

АННОТАЦИЯ

к Дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» КГАУ ДО «СШ по хоккею «Сокол»

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке хоккея с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», утвержденным приказом Минспорта России № 997 от 16.11.2022 г.

Целью программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, количество лиц в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	14-28
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	10-20
Этап совершенствования спортивного мастерства	2	15	6-12
Этап высшего спортивного мастерства	Не ограничивается	17	3-6

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства до двух лет	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
Количество часов в неделю	4,5	6	12	16	20	27
Общее количество часов в год	234	312	624	832	1040	1404

Формы обучения и формы занятий

Программа рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 8 до 18 лет по очной форме обучения, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям хоккеем на 52 недели подготовки в год.

Занятия проводятся соответственно возрасту обучающихся, их подготовленности и поставленным задачам.

Формы занятий определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся и уровня их подготовленности. Основными формами учебно-

тренировочных занятий являются: групповые, индивидуальные, смешанные и теоретические занятия.

Основные разделы спортивной подготовки

1. Общая физическая подготовка
2. Специальная физическая подготовка
3. Техническая подготовка
4. Тактическая подготовка
5. Участие в соревнованиях
6. Инструкторская и судейская практика
7. Теоретическая и психологическая подготовка
8. Восстановительные мероприятия
9. Контрольные испытания
10. Медицинские и медико-биологические мероприятия

Виды контроля

Контроль за подготовленностью хоккеистов является составной частью учебно-тренировочного процесса. Объективная информация об уровне подготовленности хоккеистов позволяет тренеру-преподавателю вносить соответствующие корректировки в учебно-тренировочный процесс.

В теории и практике спорта принято различать следующие виды контроля: этапный, текущий и оперативный.

Этапный контроль предназначен для оценки устойчивого состояния обучающегося и кумулятивного тренировочного эффекта. Проводится в конце конкретного этапа.

Текущий контроль проводится для получения информации о состоянии хоккеиста после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в учебно-тренировочную и соревновательную деятельность.

Оперативный контроль направлен на получение срочной информации о переносимости учебно-тренировочных нагрузок и оценки срочного учебно-тренировочного эффекта конкретного упражнения или их серии. С этой целью проводятся педагогические наблюдения за ходом занятия с регистрацией ЧСС до выполнения упражнения и после него.

Контроль по направленности и содержанию охватывает три основных раздела:

- 1) контроль уровня подготовленности хоккеистов (оценка физической подготовленности и уровня технико-тактического мастерства);
- 2) контроль соревновательной деятельности (оценка соревновательных нагрузок и эффективности соревновательной деятельности);
- 3) контроль учебно-тренировочной деятельности (оценка учебно-тренировочных нагрузок и эффективности тренировочной деятельности).

Оценка и контроль соревновательной деятельности хоккеистов

Контроль соревновательной деятельности ведется на основе оценки соревновательной нагрузки и эффективности технико-тактических действий. В хоккее наиболее простым способом соревновательная нагрузка определяется количеством игр и временем, затраченным на их проведение.

Оценка и контроль учебно-тренировочной деятельности

Контроль учебно-тренировочной деятельности ведется на основе оценки учебно-тренировочной нагрузки и эффективности учебно-тренировочной деятельности.

Для отбора обучающихся к этапу спортивной подготовки используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение перспективности спортсмена и его готовности к достижению высоких спортивных результатов. Для контроля общей и специальной физической подготовки используют:

– комплекс тестов, направленных на выявление скоростных, скоростно-силовых качеств, выносливости;

– нормативы по техническому мастерству.

Система нормативов последовательно охватывает весь период спортивной подготовки в организации. Состав нормативов изменяется в зависимости от этапа спортивной подготовки.

Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Критерии освоения программы	Теоретическая подготовка (акт проверки)	КПН (тест)	Онлайн обучение РУСАДА (сертификат) / беседы, лекции	Медицинский допуск (наличие справки/индивидуальный медицинский допуск ККВФД)	Участие в официальных соревнованиях (кол-во игр в год)	Наличие разряда (приказ)
Этап СП						
НП-1	Участие в тестировании, беседах, лекциях	зачет	Участие в беседах и лекциях на тему «Допинг как глобальная проблема современного спорта»	Наличие справки от педиатра для допуска к занятиям вида спорта «Хоккей»		-
НП-2		зачет	Получение сертификата РУСАДА, курс «Ценности спорта»	Прохождение УМО 1 раз в год	15 (м)	-
НП-3		зачет			7 (д)	-
УТГ-1		зачет		Прохождение УМО 1 раза в год и прохождение текущего медицинского осмотра 1 раз в год	30 (м)	-
УТГ-2		зачет			24 (д)	-
УТГ-3		зачет	Получение сертификата РУСАДА, курс «Антидопинг»		36 (м)	3 юн. и выше
УТГ-4		зачет			26 (д)	
УТГ-5		зачет			60 (м)	2 сп. и выше
ССМ-1		зачет			32 (д)	
ССМ-2		зачет			70 (м)	1 сп. и выше
ВСМ		зачет		38 (д)		

*Примечание:

ККВФД – Красноярский краевой врачебно-физкультурный диспансер;

УМО – углубленное медицинское обследование;

КПН – контрольно-переводные нормативы;

М – мальчики;

Д – девочки.