

Аннотация к рабочей программе по хоккею

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень программы: продвинутый

Возраст обучающихся: 15-16 лет.

Объем программы – 528 часов, срок освоения программы - 1 год.

Форма обучения – очная.

Форма организации учебной деятельности: групповая, мало групповая, фронтальная по подгруппам.

Виды занятий: вводное, комбинированные, теоретические, практические, диагностические, итоговые, контрольные, соревновательные, игровые, показательные.

Режим занятий

Общее количество часов неделю – 12 часов.

Количество занятий в неделю – 5 занятий.

Цель программы - формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических и морально-волевых качеств обучающихся через овладение техникой и тактикой игры в хоккей с шайбой.

Задачи:

Образовательные:

- ✓ дать обучающимся более углубленные, детальные знания о выбранном виде;
- ✓ обогатить двигательный опыт обучающихся физическими упражнениями общеразвивающей и специальной физической направленности;
- ✓ расширить знания о технико-тактических приемах выбранного вида спорта;
- ✓ закрепить знания по основам безопасного поведения во время занятий выбранным видом спорта;
- ✓ применять теоретические и практические знания в первой судейской практике;
- ✓ расширить знания о способах и методах контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях спортом и выбранным видом спорта, в частности.

Воспитательные:

- ✓ способствовать формированию у обучающихся положительных качеств, таких как чувство товарищества, личной ответственности, толерантности и взаимопомощи, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- ✓ закрепить у обучающихся потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья;
- ✓ способствовать профилактике асоциального поведения у обучающихся и распространения вредных привычек через занятия выбранным видом спорта;
- ✓ прививать и поддерживать у обучающихся чувство патриотизма к своей стране и малой родине, гордость за свою спортивную школу.

Развивающие:

- ✓ развивать физические качества, необходимых для выбранного вида спорта (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);
- ✓ развивать технические и тактические навыки, характерные для выбранного вида спорта;
- ✓ развивать стойкое желание и мотивацию к регулярным занятиям спортом, в частности хоккеем.

Основные разделы программы/ количество часов:

1. Вводное занятие и ИТБ/ 2 часа
2. Теоретическая подготовка/ 9 часов
3. Общая физическая подготовка (ОФП)/ 105 часов
4. Специальная физическая подготовка (СФП)/ 95 часов
5. Техническая подготовка/ 170 часов
6. Тактическая подготовка/ 85 часов

7. Учебные и тренировочные игры / 15 часов
8. Участие в соревнованиях/ 34 часов
9. Инструкторская и судейская практика/7 часов
10. Аттестация обучающихся/ 6 часов

Планируемые результаты освоения программы

По окончании Программы обучающиеся будут

уверенно знать:

✓ правила игры и соревнований, имена лучших спортсменов в своем виде деятельности;

✓ о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;

✓ технику безопасного поведения во время занятий выбранным видом спорта;

✓ правила судейства, термины и жесты судьи в хоккее;

✓ о вреде для организма и последствиях для спортивной карьеры применения допинга.

уметь:

✓ выполнять требования по общей и специальной физической подготовке в соответствии с возрастом и пройденным материалом;

✓ уверенно использовать в игровой деятельности изученные тактические и технические приемы хоккея;

✓ вести протоколы игры, судить внутригрупповые игры по хоккею;

✓ играть в хоккей с соблюдением всех правил.

Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации

Текущий контроль проводится тренером-преподавателем без прекращения процесса обучения, в течение всего учебного года (по мере освоения обучающимися программы).

Промежуточная аттестация – форма контроля, реализуемая через прием контрольных нормативов и определяющая уровень успешности освоения обучающимися образовательной программы по выбранному виду спорта. Она включает в себя *годовое* оценивание результатов обучающегося по общей и специальной физической подготовке:

- бег 30 м с высокого старта (с);

- прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз);

- бег 1 км с высокого старта (мин, с);

- сгибание и разгибание туловища, лежа на спине (кол-во раз, без учета времени);

- бег на коньках 30 м (с);

- челночный бег на коньках 6х9 м (с);

- бег на коньках слаломный с ведением шайбы (с);

- бег на коньках спиной вперед 30 м (с).