

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей»

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психологическое и нравственное оздоровление воспитанников, программа также актуальна в связи с популярностью хоккея в нашей стране.

Отличительные особенности программы. Особенности методики данной программы:

- обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;
- достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий, комплексного подбора учебного материала на каждом занятии;
- эмоциональность образовательной и инструктивной направленности учебных занятий;
- формирование у детей навыков и умений в проведении самостоятельных занятий.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Хоккей» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Целью данной программы является: создание условий для овладения учащимися технико-тактическими приемами игры в хоккей, способствующими росту спортивного мастерства учащихся.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить учащихся с историей мирового и отечественного хоккея;
- познакомить учащихся с основными терминами, понятиями и их определением;
- познакомить учащихся со стратегией и тактикой игры в хоккей;
- развивать:
 - навыки и умения выполнения основных и специальных физических упражнений;
 - навыки технических приемов игры, тактическое мастерство учащихся;
 - навыки группового взаимодействия в различных его формах посредством подготовительных игр и соревнований;
 - основы знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению здорового образа жизни, приемам закаливания;

Развивающие:

- развивать у детей основные физические качества (сила, быстрота, ловкость, координация, выносливость), а также уметь их сочетать;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки ребенка;
- развивать мотивацию ребенка к занятиям физической культурой и спортом;
- развивать у детей стремление и желание к самовыражению через игру в хоккей;

Воспитательные:

- воспитывать у ребенка нравственные качества (воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм), навыки культурного и физически компетентного общественного поведения;
- формировать навыки соблюдения спортивной этики, преданности своему коллективу;
- формировать у детей привычку заботиться о своем здоровье в повседневной жизни, навыки организации самостоятельной двигательной активности.

Адресат программы: учащиеся, желающие заниматься хоккеем и имеющие медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к занятиям.

Форма реализации программы: очная.

Уровень реализации программы: базовый.

Возраст детей и сроки реализации: данная программа рассчитана для детей 7-18 лет. Срок реализации программы рассчитан на 4 года.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях.

Ведущей формой организации обучения является групповая. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям. К основным формам учебно-тренировочного процесса относят: учебно-тренировочные занятия; теоретические занятия (в форме бесед, лекций); участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях; тестирование и медицинский контроль.

Наполняемость групп. Режим занятий.

Период обучения	Оптимальная наполняемость групп, чел.	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования на конец каждого спортивного года
1-2	12-24	12	6	Прирост показателей по ОФП и СФП
3-4	12-24	12	6	

Наполняемость учебных групп, объем учебно-тренировочной нагрузки определены с учетом техники безопасности и в соответствии с методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в РФ от 12.05.2014 №ВМ-04-10/2554.

Расписание занятий объединения составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся, по представлению педагогических работников с учетом пожеланий учащихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся и их возрастных особенностей

Ожидаемые результаты.

К концу 1 года обучения учащиеся должны

знать:

- историю мирового и отечественного хоккея;
- основные термины и их значение;
- основные способы закаливания организма;
- технику безопасности при работе на льду, правила безопасного поведения в МБОУДО ДЮСШ;

- гигиенические требования при занятиях хоккеем;

уметь:

- демонстрировать технику катания на коньках;
- выполнять различные торможения на коньках;
- выполнять приемы клюшкой при передаче шайбы;
- выполнять основные и специальные физические упражнения;
- выстраивать режим дня и выполнять его;

К концу 2 года обучения учащиеся должны

знать:

- спортивную терминологию;
- основные виды профилактики заболевания и травм;
- приемы первой помощи при травмах;
- основные и специальные элементы игры в хоккей.

уметь:

- выполнять специальные упражнения, способствующие развитию специальных технических навыков при игре в хоккей;
- демонстрировать технические навыки: стойки, перемещения, имитация ударов клюшкой, броски шайбы, и основные приемы игры на льду;
- самостоятельно работать в группе и индивидуально;
- играть в команде;
- правильно распределять свои силы для выполнения физических нагрузок;

- поддерживать свой уровень физической подготовленности.

К концу 3 года обучения учащиеся должны знать:

- основы техники и тактики хоккея с шайбой;
- основные и специальные элементы игры в хоккей.

уметь:

- выполнять основные и специальные элементы игры в хоккей;
- демонстрировать групповую и командную тактику обороны;
- демонстрировать индивидуальные и групповые атакующие действия;
- играть в команде в большинстве и в меньшинстве.

К концу 4 года обучения учащиеся должны

знать:

- основы техники и тактики хоккея с шайбой;
- правила судейства и правила соревнований.

уметь:

- выполнять основные и специальные элементы игры в хоккей;
- демонстрировать групповую и командную тактику обороны;
- выполнять роль инструктора для младших товарищей и сверстников;
- организовать двустороннюю игру в хоккей с судейством.

Личностные результаты:

- формирование опыта общения и взаимодействия в коллективе;
- формирование опыта саморегуляции, самостоятельности и самоопределения в достижении поставленных задач;
- формирование положительных личностных качеств: дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении цели.

Метапредметные результаты:

- формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками
- формирование умения планировать собственную деятельность с учетом требований ее безопасности;
- формирование умения характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

Контроль результатов освоения программы осуществляется следующими способами:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП (в начале и в конце учебного года);
- текущий контроль двигательных умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- участие в соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов;
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.

Методическое обеспечение образовательной программы.

Методическая часть программы включает учебный материал по основным этапам подготовки, его распределение по годам обучения и в годичном цикле; рекомендуемые объёмы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам обучения; организацию и проведение врачебно-педагогического контроля; содержит практические материалы и методические рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий.

Основной показатель работы – стабильность состава учащихся, положительная динамика прироста спортивных показателей, выполнение программных требований по уровню подготовленности, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической и теоретической подготовке (по истечении каждого года).

Форма демонстрации результатов обучения – открытые занятия, показательные выступления, участие в соревнованиях.