

Управление образование Новояляинского городского округа.
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
дополнительного образования Новояляинского городского округа
«Детско-юношеский центр патриотического воспитания
имени Героя Российской Федерации Туркина А.А.».

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НОВОЯЛЯИНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА "ДЕТСКО-
ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ТУРКИНА А.А."
2022.10.06 22:19:37 +05'00'

Рассмотрена на
заседании педагогического совета
«22» августа 2022 г.
протокол № 20



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU ДО НГО «ДЮОЦПВ»

Н.Н. Огородникова

Н.Н. Огородникова

приказ № 88-ОД от «22» августа 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Хоккей с шайбой»

Возраст обучающихся: 8-14 лет

Срок реализации: 3 года

Автор – составитель:

Халевин Евгений Александрович,
педагог дополнительного образования.

Оглавление

РАЗДЕЛ 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	5
1.3.1. Учебный (тематический) план первого года обучения.....	5
1.3.2. Содержание учебного (тематического) плана первого года обучения.....	6
1.3.3. Учебный (тематический план) второго года обучения.....	11
1.3.4. Содержание учебного (тематического) плана второго года обучения..	11
1.3.5. Учебный (тематический план) третьего года обучения.....	16
1.3.6. Содержание учебного (тематического) плана третьего года обучения..	21
1.4. Планируемые результаты.....	22
РАЗДЕЛ 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	22
2.1. Условия реализации программы.....	22
2.1.1. Материально- техническое обеспечение.....	22
2.1.2. Информационное обеспечение	23
2.1.3. Кадровое обеспечение.....	23
2.2. Формы аттестации	23
2.3. Оценочные материалы.....	23
2.4. Методические материалы.....	27
РАЗДЕЛ 3. Список литературы.....	30
Приложение	
Приложение 1. Календарный учебный график первого года обучения.....	31
Приложение 2. Календарный учебный график второго года обучения.....	37
Приложение 3. Календарный учебный график третьего года обучения ...	38

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы.

1. Пояснительная записка.

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающей программы «Хоккей с шайбой» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми, на этапе многолетней подготовки и для содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста. Разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
9. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
11. Устав МАОУ ДО НГО «ДЮЦПВ»;

12. Образовательная программа МАОУ ДО НГО «ДЮЦПВ»

Актуальность программы в том, что система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

Отличительная особенность программы «Хоккей с шайбой» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку, а развитие специальных физических качеств помогает развить морфофункциональные системы растущего организма.

Адресат программы: возраст детей 8-14 лет. Формируются как одновозрастные, так и разновозрастные группы. Максимальная наполняемость группы 12-15 человек.

Зачисляются в группы все желающие заниматься хоккеем с шайбой, не имеющие медицинских противопоказаний. При поступлении необходимо иметь сертификат ПФДО.

Объем и срок освоения программы.

Объем программы - 524 часа.

Программа рассчитана на 3 года обучения

1 год обучения: 144 часов,

2 год обучения: 152 часа,

3 год обучения: 228 часов.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: форма реализации образовательного процесса - традиционная модель реализации программы, представляющая собой линейную последовательность освоения содержания программы в течение одного года.

Форма проведения занятий: индивидуально – групповая, групповая. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 40 минутам. Перерыв между учебными занятиями - 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 14 часов.

Занятия проводятся:

1 группа – три раза в неделю: 1 раз в неделю по 2 часа и 2 раза по 1 часу.

2 группа – 2 раза в неделю по 2 часа.

3 группа - 3 раза в неделю по 2 часа.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Данная программа ориентирована на то, чтобы дети получили базовую общую физическую подготовку, а также представления о начальных технических действиях для вида спорта хоккей с шайбой.

Цель - формирование и развитие личностных качеств обучающихся, их физического развития, самореализации и социальной адаптации через занятия хоккеем с шайбой.

Основные задачи реализации программы:

Образовательные:

-обучить воспитанников начальным основам техники хоккея, правилам игры в хоккей.

-раскрыть понятие здорового образа жизни, спортивного режима, систематичности тренировочного процесса.

Оздоровительные:

-развивать физические качества обучающихся,

-освоить и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки;

Воспитательные:

-формировать у детей интерес к спорту и хоккею в частности, культуру здорового образа жизни.

-воспитывать чувство товарищества и коллективизма.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный (тематический) план

уровень сложности	год обучения	Название раздела	Трудоемкость (количество академических часов)			Формы аттестации/контроля
			Всего	Теория	Практика	
	первый год	1 Теоретическая подготовка	6	6	0	Беседа, опрос
		2 Общая физическая подготовка	38	0	38	Контрольные тесты
		3 Специальная физическая подготовка	16	0	16	Контрольные тесты
		4 Техническая подготовка	20	0	20	Контрольные тесты,

						тренировочные и товарищеские игры
	5	Тактическая подготовка	10	0	10	Контрольные тесты
	6	Подвижные игры	30	0	30	Тренировочные и товарищеские игры
	7	Спортивные игры	24	0	24	Тренировочные и товарищеские игры
		Итого	144	6	138	

1.3.2. Содержание учебного (тематического) плана

Первый год обучения

Раздел 1. «Теоретическая подготовка» (6 часов)

Тема № 1.1. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Физическая культура как одно из средств укрепления здоровья и всестороннего физического развития.

Тема №1.2. Хоккей в России и за рубежом.

Теория: История развития хоккея. Основные этапы развития хоккея в России и за рубежом. Просмотр видеозаписей игр, учебных фильмов.

Тема № 1.3. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятии хоккеем. Оказание первой помощи при травмах. Поведение игроков во время тренировок и соревнований.

Тема № 1.4. Гигиенические требования к занимающимся спортом

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Гигиена, закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха. Влияние занятий спортом на организм. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсмена.

Тема № 1.5. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Теория: Нравственные и волевые качества спортсмена. Спорт и воспитание характера.

Тема № 1.6. Инвентарь для занятия хоккеем.

Теория: Одежда и инвентарь в хоккее, выбор, хранение уход за ним.

Тема № 1.7. Спортивные соревнования, правила игры в хоккее.

Теория: Правила соревнований по хоккею на траве. Основные права и обязанности игроков.

Тема № 1.8. Основы техники игры и техническая подготовка.

Теория: Понятие о спортивной технике.

Характеристика основных технических приемов хоккея на траве.

Тема № 1.9. Основы тактики хоккея на траве.

Теория: Общие понятия о тактике игры. Тактика игры в нападении и обороне.

Раздел 2. «Общая физическая подготовка» (38 часов)

Тема №2.1. Строевая подготовка

Практика

Строевые и порядковые упражнения:

Построение группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал.

Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Тема №2.2. Гимнастика

Практика

Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела.

Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, стойки на голове и руках

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений на месте и в движении, по кругу или по периметру площадки сгибание и разгибание рук, вращение в плечевых, локтевых и запястных суставах. Махи, отведение и приведение, рывки назад в сторону

Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных коленных и голеностопных суставах; приведения, отведения и махи вперед, назад и в сторону: выпады с пружинистыми покачиваниями: вращение в тазобедренном суставе ноги, согнутой в коленном суставе; приседания; прыжки из различных исходных положений.

Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища. Из положения лежа на спине поднимание ног с доставанием стопами головы. Из положения сидя упор кистями рук сзади — поднимание ноги выполнением скрестных движений. Из исходного положения (основная стойка) перейти в упор сидя, затем в упор лежа, обратно в упор сидя и переход в положение основной стойки.

Тема №2.3. Легкоатлетическая подготовка

Практика

Упражнения для развития физических качеств.

Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, хоккейная лесенка. Упражнения из других видов спорта: футбол, баскетбол.

Упражнения для развития скоростных качеств. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций (простой и сложной). Старты с места и в движении, по зрительному и звуковому сигналу. Игра в настольный теннис. Бег на короткие дистанции (20-100 м) с возможно максимальной скоростью. Выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью. Проведение различных эстафет стимулирующих выполнение различных двигательных действий с максимальной скоростью.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые

упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку и л/а барьер, прыжки в высоту и длину. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Упражнение со скакалками.

Упражнения для развития координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и чистотой движения рук и ног. Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

Раздел 3. «Специальная физическая подготовка» (16 часов)

Тема № 3.1. Эстафеты с отягощением на коньках.

Практика

Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия толчками одной или двумя ногами. Бег на коньках с резиновым поясным эспандером, прикрепленным к борту хоккейной коробки. Старт и движение вперед с возрастанием мышечных напряжений до максимума, то же с ведением шайбы. Упражнение с партнером. Исходное положение - партнеры располагаются лицом в сторону движения на расстоянии друг от друга на длину клюшек, которые один держит обеими руками за рукоятки, а другой за крючки. Задача первого развить максимальную скорость, задача второго затормозить движение. И тот, и другой проявляют максимальные мышечные напряжения ног.

Тема №3.2. Ведение шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения для развития специальных силовых качеств мышц рук и плечевого пояса, способствующих повышению выполнения бросков, ударов и ведения шайбы. Махи, вращение клюшкой одной и двумя руками, с различным хватом кистями рук, то же с утяжеленной клюшкой.

Тема №3.3. Броски и передачи шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения в бросках, передаче и остановках утяжеленной шайбы (200 - 400 г).

Тема №3.4. Борьба за шайбу

Практика.

Упражнения специальной силовой и скоростно-силовой направленности способствуют успешному ведению контактных силовых единоборств. Упражнения с партнером: петушиный бой с выполнением толчковых движений плечом, грудью и задней частью бедра. Толчки, удары плечом, грудью в качающийся подвешенный боксерский мешок в движении на коньках. Упражнение 1:1, хоккеист в движении стремится обыграть партнера, располагающегося в коридоре шириной 3м. Задача обороняющегося не пропустить партнера с помощью контактного силового единоборства. Упражнение выполняется нападающим без шайбы и с шайбой, когда степень сложности упражнения регулируется шириной коридора.

Тема №3.5. Эстафеты с отягощением на земле

Практика.

Упражнения специальной скоростной направленности. Упражнения для

развития быстроты двигательных реакций (простой и сложных). Старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу. Различные игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнера, игрока-соперника. Бег на короткие дистанции (10—30 м) с возможной максимальной скоростью. Разновидности челночного бега (3x18 м, 6x9 м и др.) с установкой на максимально скоростное пробегание. Проведение различных эстафет, стимулирующих скоростное выполнение различных двигательных действий.

Раздел 4. «Техническая подготовка» (20 часов)

Тема № 4.1 Катание на коньках

Практика

Приемы техники передвижения на коньках:

- передвижение по резиновой и уплотнённой снежной дорожке;
- основная стойка (посадка) хоккеиста;
- скольжение на двух коньках с опорой руками на стул;
- скольжение на двух коньках с попеременным отталкиванием левой и правой ногой;
- скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот;
- бег скользящими шагами;
- повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда;
- повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием);
- повороты по дуге переступанием двух ног;
- повороты влево и вправо скрестными шагами;
- торможение плугом и полуплугом;
- старт с места лицом вперед;
- бег короткими шагами;
- торможение поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах;
- бег с изменением направления скрестными шагами (перебежка);
- прыжки толчком одной и двумя ногами;
- бег спиной вперед переступанием ногами;
- бег спиной вперед скрестными шагами;
- повороты в движении на 180° и 360°.

Тема № 4.2 Ведение шайбы

Практика

- Приемы техники владения клюшкой и шайбой
 - основная стойка хоккеиста. Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хват);
 - ведение шайбы на месте;
 - ведение шайбы, не отрывая крюка от шайбы;
 - широкое ведение шайбы в движении с переключением крюка клюшки через шайбу;
 - короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки;
 - ведение шайбы дозированными толчками вперед;
 - ведение шайбы коньками;
-

-
- ведение шайбы в движении спиной вперед;
 - обводка соперника на месте и в движении;
 - длинная и короткая обводка;
 - финт клюшкой;
 - финт с изменением скорости и направления;

Тема № 4.3 Бросок по воротам

Практика

- бросок с длинным и коротким (кистевой) разгоном;
- удар шайбы с длинным замахом;
- броски в процессе ведения, обводки и передач шайбы;
- броски с неудобной руки.

Раздел 5. «Тактическая подготовка» (10 часа)

Тема №5.1. Скоростное маневрирование и выбор позиции.

Практика.

Игра в хоккей футбольным мячом.

Тема № 5.2 Контактная опека

Практика.

Упражнения в парах на удержание шайбы

Тема № 5.3 Игра в неравных составах

Практика

Игра в формате 5х4, 4х3, 5х3.

Раздел 6. «Игровая подготовка» (54 часа)

Тема №6.1. Подвижные игры

Практика.

Вышибалы, перестрелки, перебежки, ловишки и т.д.

Тема №6.2. Спортивные игры

Практика.

Игра в хоккей, футбол, баскетбол, регбол.

Подвижные игры, спортивные игры. Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх, соревнованиях.

Требования к уровню подготовки. После первого года обучения обучающиеся должны *знать*:

- представление об истории и происхождении хоккея с шайбой;
- правила игры;
- хоккейная терминология.

К концу первого года обучения обучающиеся должны *уметь*:

- активно применять в своей игре простые тактические приемы;
- уметь кататься лицом и спиной вперед, выполнять прыжки в движении, выполнять «прокаты» на одной ноге.
- видеть и осознавать свои ошибки.

1.3.3. Учебный (тематический) план 2 год обучения

	второй год	1	Теоретическая подготовка	6	6	0	Беседа, опрос
		2	Общая физическая подготовка	40	0	40	Контрольные тесты
		3	Специальная физическая подготовка	24	0	24	Контрольные тесты
		4	Техническая подготовка	26	0	26	Контрольные тесты, тренировочные и товарищеские игры
		5	Тактическая подготовка	16	0	16	Контрольные тесты
		6	Подвижные игры	20	0	20	Тренировочные и товарищеские игры
		7	Спортивные игры	20	0	20	Тренировочные и товарищеские игры
			Итого	152	6	146	

1.3.4. Содержание учебного плана второй год обучения

Раздел 1. «Теоретическая подготовка» (6 часов)

Тема № 1.1. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Физическая культура как одно из средств укрепления здоровья и всестороннего физического развития.

Тема №1.2. Хоккей в России и за рубежом.

Теория: История развития хоккея. Основные этапы развития хоккея в России и за рубежом. Просмотр видеозаписей игр, учебных фильмов.

Тема № 1.3. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятии хоккеем. Оказание первой помощи при травмах. Поведение игроков во время тренировок и соревнований.

Тема № 1.4. Гигиенические требования к занимающимся спортом

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Гигиена, закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха. Влияние занятий спортом на организм. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсмена.

Тема № 1.5. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Теория: Нравственные и волевые качества спортсмена. Спорт и воспитание характера.

Тема № 1.6. Инвентарь для занятия хоккеем.

Теория: Одежда и инвентарь в хоккее, выбор, хранение уход за ним.

Тема № 1.7. Спортивные соревнования, правила игры в хоккее.

Теория: Правила соревнований по хоккею на траве. Основные права и обязанности игроков.

Тема № 1.8. Основы техники игры и техническая подготовка.

Теория: Понятие о спортивной технике.

Характеристика основных технических приемов хоккея на траве.

Тема № 1.9. Основы тактики хоккея на траве.

Теория: Общие понятия о тактике игры. Тактика игры в нападении и обороне.

Раздел 2. «Общая физическая подготовка» (40 часов)

Тема №2.1. Строевая подготовка

Практика

Строевые и порядковые упражнения:

Построение группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал.

Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Тема №2.2. Гимнастика

Практика

Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела.

Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, стойки на голове и руках

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений на месте и в движении, по кругу или по периметру площадки сгибание и разгибание рук, вращение в плечевых, локтевых и запястных суставах. Махи, отведение и приведение, рывки назад в сторону

Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных коленных и голеностопных суставах; приведения, отведения и махи вперед, назад и в сторону: выпады с пружинистыми покачиваниями: вращение в тазобедренном суставе ноги, согнутой в коленном суставе; приседания; прыжки из различных исходных положений.

Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища. Из положения лежа на спине поднимание ног с доставанием стопами головы. Из положения сидя упор кистями рук сзади — поднимание ноги выполнением скрестных движений. Из исходного положения (основная стойка) перейти в упор сидя, затем в упор лежа, обратно в упор сидя и переход в положение основной стойки.

Тема №2.3. Легкоатлетическая подготовка

Практика

Упражнения для развития физических качеств.

Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, хоккейная лесенка. Упражнения из других видов спорта: футбол, баскетбол.

Упражнения для развития скоростных качеств. Упражнения для развития

быстроты двигательных реакций (простой и сложной). Старты с места и в движении, по зрительному и звуковому сигналу. Игра в настольный теннис. Бег на короткие дистанции (20-100 м) с возможно максимальной скоростью. Выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью. Проведение различных эстафет стимулирующих выполнение различных двигательных действий с максимальной скоростью.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку и л/а барьер, прыжки в высоту и длину. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Упражнение со скакалками.

Упражнения для развития координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и чистотой движения рук и ног. Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

Раздел 3. «Специальная физическая подготовка» (24 часа)

Тема № 3.1. Эстафеты с отягощением на коньках.

Практика

Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия толчками одной или двумя ногами. Бег на коньках с резиновым поясным эспандером, прикрепленным к борту хоккейной коробки. Старт и движение вперед с возрастанием мышечных напряжений до максимума, то же с ведением шайбы. Упражнение с партнером. Исходное положение - партнеры располагаются лицом в сторону движения на расстоянии друг от друга на длину клюшек, которые один держит обеими руками за рукоятки, а другой за крючки. Задача первого развить максимальную скорость, задача второго затормозить движение. И тот, и другой проявляют максимальные мышечные напряжения ног.

Тема №3.2. Ведение шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения для развития специальных силовых качеств мышц рук и плечевого пояса, способствующих повышению выполнения бросков, ударов и ведения шайбы. Махи, вращение клюшкой одной и двумя руками, с различным хватом кистями рук, то же с утяжеленной клюшкой.

Тема №3.3. Броски и передачи шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения в бросках, передаче и остановках утяжеленной шайбы (200 - 400 г).

Тема №3.4. Борьба за шайбу

Практика.

Упражнения специальной силовой и скоростно-силовой направленности способствуют успешному ведению контактных силовых единоборств. Упражнения с партнером: петушиный бой с выполнением толчковых движений плечом, грудью и задней частью бедра. Толчки, удары плечом, грудью в качающийся подвешенный боксерский мешок в движении на коньках. Упражнение 1:1, хоккеист в движении

стремится обыграть партнера, располагающегося в коридоре шириной 3м. Задача обороняющегося не пропустить партнера с помощью контактного силового единоборства. Упражнение выполняется нападающим без шайбы и с шайбой, когда степень сложности упражнения регулируется шириной коридора.

Тема №3.5. Эстафеты с отягощением на земле

Практика.

Упражнения специальной скоростной направленности. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций (простой и сложных). Старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу. Различные игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнера, игрока-соперника. Бег на короткие дистанции (10—30 м) с возможной максимальной скоростью. Разновидности челночного бега (3x18 м, 6x9 м и др.) с установкой на максимально скоростное пробегание. Проведение различных эстафет, стимулирующих скоростное выполнение различных двигательных действий.

Раздел 4. «Техническая подготовка» (26 часов)

Тема № 4.1 Катание на коньках

Практика

Приемы техники передвижения на коньках:

- передвижение по резиновой и уплотнённой снежной дорожке;
- основная стойка (посадка) хоккеиста;
- скольжение на двух коньках с опорой руками на стул;
- скольжение на двух коньках с попеременным отталкиванием левой и правой ногой;
- скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот;
- бег скользящими шагами;
- повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда;
- повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием);
- повороты по дуге переступанием двух ног;
- повороты влево и вправо скрестными шагами;
- торможение плугом и полуплугом;
- старт с места лицом вперед;
- бег короткими шагами;
- торможение поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах;
- бег с изменением направления скрестными шагами (перебежка);
- прыжки толчком одной и двумя ногами;
- бег спиной вперед переступанием ногами;
- бег спиной вперед скрестными шагами;
- повороты в движении на 180° и 360°.

Тема № 4.2 Ведение шайбы

Практика

- Приемы техники владения клюшкой и шайбой
 - основная стойка хоккеиста. Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хватты);
-

-
- ведение шайбы на месте;
 - ведение шайбы, не отрывая крюка от шайбы;
 - широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу;

- короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки;
- ведение шайбы дозированными толчками вперед;
- ведение шайбы коньками;
- ведение шайбы в движении спиной вперед;
- обводка соперника на месте и в движении;
- длинная и короткая обводка;
- финт клюшкой;
- финт с изменением скорости и направления;

Тема № 4.3 Бросок по воротам

Практика

- бросок с длинным и коротким (кистевой) разгоном;
- удар шайбы с длинным замахом;
- броски в процессе ведения, обводки и передач шайбы;
- броски с неудобной руки.

Раздел 5. «Тактическая подготовка» (16 часов)

Тема №5.1. Скоростное маневрирование и выбор позиции.

Практика.

Игра в хоккей футбольным мячом.

Тема № 5.2 Контактная опека

Практика.

Упражнения в парах на удержание шайбы

Тема № 5.3 Игра в неравных составах

Практика

Игра в формате 5х4, 4х3, 5х3.

Раздел 6. «Игровая подготовка» (40 часов)

Тема №6.1. Подвижные игры

Практика.

Вышибалы, перестрелки, перебежки, ловишки и т.д.

Тема №6.2. Спортивные игры

Практика.

Игра в хоккей, футбол, баскетбол, регбол.

Подвижные игры, спортивные игры. Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх, соревнованиях.

Требования к уровню подготовки. После второго года обучения обучающиеся должны знать:

- представление об истории и происхождении хоккея с шайбой;
 - правила игры;
 - хоккейная терминология.
-

К концу второго года обучения обучающиеся должны уметь:

- активно применять в своей игре простые тактические приемы;
- уметь кататься лицом и спиной вперед, выполнять прыжки в движении, выполнять «прокаты» на одной ноге, работы на внешних «ребрах» конька.
- видеть и осознавать свои ошибки.

1.3.5. Учебный (тематический) плана 3 года обучения

углубленный (продвинутый) уровень	третий год	1	Теоретическая подготовка	6	6	0	Беседа, опрос
		2	Общая физическая подготовка	50	0	50	Контрольные тесты
		3	Специальная физическая подготовка	30	0	30	Контрольные тесты
		4	Техническая подготовка	36	0	36	Контрольные тесты, тренировочные и товарищеские игры
		5	Тактическая подготовка	40	0	40	Контрольные тесты
		6	Подвижные игры	20	0	20	Тренировочные и товарищеские игры
		7	Спортивные игры	52	0	52	Тренировочные и товарищеские игры
				Итого	228	6	222
		итого в год по программе	524				

1.3.6. Содержание учебного плана третий год обучения**Раздел 1. «Теоретическая подготовка» (6 часов)**

Тема № 1.1. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Физическая культура как одно из средств укрепления здоровья и всестороннего физического развития.

Тема №1.2. Хоккей в России и за рубежом.

Теория: История развития хоккея. Основные этапы развития хоккея в России и за рубежом. Просмотр видеозаписей игр, учебных фильмов.

Тема № 1.3. Правила поведения и техника безопасности на занятиях.

Теория: Техника безопасности при занятии хоккеем. Оказание первой помощи при травмах. Поведение игроков во время тренировок и соревнований.

Тема № 1.4. Гигиенические требования к занимающимся спортом

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Гигиена, закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха. Влияние занятий спортом на организм. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсмена.

Тема № 1.5. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Теория: Нравственные и волевые качества спортсмена. Спорт и воспитание характера.

Тема № 1.6. Инвентарь для занятия хоккеем.

Теория: Одежда и инвентарь в хоккее, выбор, хранение уход за ним.

Тема № 1.7. Спортивные соревнования, правила игры в хоккее.

Теория: Правила соревнований по хоккею на траве. Основные права и обязанности игроков.

Тема № 1.8. Основы техники игры и техническая подготовка.

Теория: Понятие о спортивной технике.

Характеристика основных технических приемов хоккея на траве.

Тема № 1.9. Основы тактики хоккея на траве.

Теория: Общие понятия о тактике игры. Тактика игры в нападении и обороне.

Раздел 2. «Общая физическая подготовка» (50 часов)

Тема №2.1. Строевая подготовка

Практика

Строевые и порядковые упражнения:

Построение группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал.

Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Тема №2.2. Гимнастика

Практика

Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела.

Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, стойки на голове и руках

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений на месте и в движении, по кругу или по периметру площадки сгибание и разгибание рук, вращение в плечевых, локтевых и запястных суставах. Махи, отведение и приведение, рывки назад в сторону

Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных коленных и голеностопных суставах; приведения, отведения и махи вперед, назад и в сторону: выпады с пружинистыми покачиваниями: вращение в тазобедренном суставе ноги, согнутой в коленном суставе; приседания; прыжки из различных исходных положений.

Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища. Из положения лежа на спине поднимание ног с доставанием стопами головы. Из положения сидя упор кистями рук сзади — поднимание ноги выполнением скрестных движений. Из исходного положения (основная стойка) перейти в упор сидя, затем в упор лежа, обратно в упор сидя и переход в положение основной стойки.

Тема №2.3. Легкоатлетическая подготовка

Практика

Упражнения для развития физических качеств.

Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, хоккейная лесенка. Упражнения из других видов спорта: футбол, баскетбол.

Упражнения для развития скоростных качеств. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций (простой и сложной). Старты с места и в движении, по зрительному и звуковому сигналу. Игра в настольный теннис. Бег на короткие дистанции (20-100 м) с возможно максимальной скоростью. Выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью. Проведение различных эстафет стимулирующих выполнение различных двигательных действий с максимальной скоростью.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку и л/а барьер, прыжки в высоту и длину. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Упражнение со скакалками.

Упражнения для развития координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и чистотой движения рук и ног. Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

Раздел 3. «Специальная физическая подготовка» (30 часов)

Тема № 3.1. Эстафеты с отягощением на коньках.

Практика

Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия толчками одной или двумя ногами. Бег на коньках с резиновым поясным эспандером, прикрепленным к борту хоккейной коробки. Старт и движение вперед с возрастанием мышечных напряжений до максимума, то же с ведением шайбы. Упражнение с партнером. Исходное положение - партнеры располагаются лицом в сторону движения на расстоянии друг от друга на длину клюшек, которые один держит обеими руками за рукоятки, а другой за крючки. Задача первого развить максимальную скорость, задача второго затормозить движение. И тот, и другой проявляют максимальные мышечные напряжения ног.

Тема №3.2. Ведение шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения для развития специальных силовых качеств мышц рук и плечевого пояса, способствующих повышению выполнения бросков, ударов и ведения шайбы. Махи, вращение клюшкой одной и двумя руками, с различным хватом кистями рук, то же с утяжеленной клюшкой.

Тема №3.3. Броски и передачи шайбы (утяжеленной)

Практика.

Упражнения в бросках, передаче и остановках утяжеленной шайбы (200 - 400 г).

Тема №3.4. Борьба за шайбу

Практика.

Упражнения специальной силовой и скоростно-силовой направленности способствуют успешному ведению контактных силовых единоборств. Упражнения с партнером: петушиный бой с выполнением толчковых движений плечом, грудью и задней частью бедра. Толчки, удары плечом, грудью в качающийся подвешенный боксерский мешок в движении на коньках. Упражнение 1:1, хоккеист в движении стремится обыграть партнера, располагающегося в коридоре шириной 3м. Задача обороняющегося не пропустить партнера с помощью контактного силового единоборства. Упражнение выполняется нападающим без шайбы и с шайбой, когда степень сложности упражнения регулируется шириной коридора.

Тема №3.5. Эстафеты с отягощением на земле

Практика.

Упражнения специальной скоростной направленности. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций (простой и сложных). Старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу. Различные игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнера, игрока-соперника. Бег на короткие дистанции (10—30 м) с возможной максимальной скоростью. Разновидности челночного бега (3x18 м, 6x9 м и др.) с установкой на максимально скоростное пробегание. Проведение различных эстафет, стимулирующих скоростное выполнение различных двигательных действий.

Раздел 4. «Техническая подготовка» (36 часов)

Тема № 4.1 Катание на коньках

Практика

Приемы техники передвижения на коньках:

- передвижение по резиновой и уплотнённой снежной дорожке;
- основная стойка (посадка) хоккеиста;
- скольжение на двух коньках с опорой руками на стул;
- скольжение на двух коньках с попеременным отталкиванием левой и правой ногой;
- скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот;
- бег скользящими шагами;
- повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда;
- повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием);
- повороты по дуге переступанием двух ног;
- повороты влево и вправо скрестными шагами;
- торможение плугом и полуплугом;
- старт с места лицом вперед;
- бег короткими шагами;

- торможение поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах;
- бег с изменением направления скрестными шагами (перебежка);
- прыжки толчком одной и двумя ногами;
- бег спиной вперед переступанием ногами;
- бег спиной вперед скрестными шагами;
- повороты в движении на 180° и 360°.

Тема № 4.2 Ведение шайбы

Практика

- Приемы техники владения клюшкой и шайбой
- основная стойка хоккеиста. Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хват);
 - ведение шайбы на месте;
 - ведение шайбы, не отрывая крюка от шайбы;
 - широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу;
 - короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки;
 - ведение шайбы дозированными толчками вперед;
 - ведение шайбы коньками;
 - ведение шайбы в движении спиной вперед;
 - обводка соперника на месте и в движении;
 - длинная и короткая обводка;
 - финт клюшкой;
 - финт с изменением скорости и направления;

Тема № 4.3 Бросок по воротам

Практика

- бросок с длинным и коротким (кистевой) разгоном;
- удар шайбы с длинным замахом;
- броски в процессе ведения, обводки и передач шайбы;
- броски с неудобной руки.

Раздел 5. «Тактическая подготовка» (40 часа)

Тема №5.1. Скоростное маневрирование и выбор позиции.

Практика.

Игра в хоккей футбольным мячом.

Тема № 5.2 Контактная опека

Практика.

Упражнения в парах на удержание шайбы

Тема № 5.3 Игра в неравных составах

Практика

Игра в формате 5х4, 4х3, 5х3.

Раздел 6. «Игровая подготовка» (72 часов)

Тема №6.1. Подвижные игры

Практика.

Вышибалы, перестрелки, перебежки, ловишки и т.д.

Тема №6.2. Спортивные игры

Практика.

Игра в хоккей, футбол, баскетбол, регбол.

Подвижные игры, спортивные игры. Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх, соревнованиях.

Требования к уровню подготовки. После третьего года обучения обучающиеся должны *знать*:

- представление об истории и происхождении хоккея;
- правила игры;
- основные хоккейные понятия.

К концу третьего года обучения обучающиеся должны *уметь*:

- активно применять в своей игре простые тактические приемы и технические элементы катания;
- умение выполнять основные развороты (улитка, кораблик и т.д.);
- выполнять кisetвой бросок шайбы

1.4. Планируемые результаты реализации программы для обучающихся первого года обучения

Личностные:

- у обучающихся сформирован интерес к хоккею, установка на здоровый образ жизни

Предметные:

- обучающиеся освоят начальные навыки игры в хоккей

Результаты 1-го года обучения:

• Развитые коммуникативные навыки, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия в команде.

• Владение теоретическими знаниями по разделам теоретической подготовки.

• Освоение основных средств ОФП.

• Умение играть по правилам.

• Освоение основных приёмов игры в хоккей.

• Положительная динамика здоровья обучающихся на основе занятий физкультурой и спортом с использованием как общих, так и применяемых в хоккее упражнений, методов и средств.

• Динамика в развитии специфических для хоккея физических качеств – быстроты движений, скоростной и скоростно-силовой выносливости, резкости, координации движений, имитации ударов перемещений.

• Знание основ техники игры – стойки, перемещения, имитация ударов клюшкой, упражнения на тренажерах, специфика катания на коньках, изучение ударов, бросков шайбы, и основных приемов игры на льду.

- Выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической и технической подготовке.
- Базовый уровень подготовки к соревновательной деятельности.
- Основы умения играть командой.
- Участие обучающихся в районных, городских соревнованиях.
- Закрепление навыков командной игры, игра в большинстве и в меньшинстве.

Раздел №2. «Комплекс организационно - педагогических условий»

2.1.Условия реализации программы.

Календарный учебный график.

(общий)

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01 сентября 2021г.	25 мая 2022 г.	36	108	144, 4 часа в неделю	3 раза в нед.: 2 раза – 1 час, 1 раз - 2 часа
2 год обучения первая подгруппа	01 сентября 2021г.	25 мая 2022 г.	38	76	152, 4 часа в неделю	2 раза в неделю по 2 часа
2 год обучения вторая подгруппа	01 сентября 2021г.	25 мая 2022г.	38	76	228, 6 часов в неделю	3 раза в нед. по 2 часа

2.1.1. Материально-техническое обеспечение.

Для реализации программы «Хоккей с шайбой» помещение должно быть светлым, соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения.

Теоретическая подготовка: мультимедийный проектор, проекционный экран, ноутбук, колонки.

Общая физическая подготовка: мячи футбольные, мячи баскетбольные, скакалки, хоккейная лесенка.

Специально-физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка: ворота хоккейные (2шт), сетка оградительная, коньки хоккейные, хоккейные шлемы, блин вратаря; ловушка вратаря, подтяжки игрока, перчатки игрока, майки хоккейные; шорты вратаря; шорты игрока; защита голени игрока; защита локтя игрока; панцирь игрока; панцирь вратаря; протектор горла игрока; протектор горла вратаря; раковина игрока; раковина вратаря; щитки вратаря.

2.1.2. Информационное обеспечение: учебные фильмы; презентации.

2.1.3. Кадровое обеспечение:

Педагог дополнительного образования - Халевин Евгений Александрович

Образование: средне – специальное

Педагогический стаж – 3 года

Квалификационная категория - соответствие занимаемой должности.

2.2. Формы аттестации.

Формами подведения итогов являются выполнение контрольных нормативов. Для проверки результатов обучения проводятся тесты. Подведение итогов реализации программы: участие ребят в районных, городских соревнованиях, участие в товарищеских встречах, участие юных хоккеистов в окружных соревнованиях по хоккею с шайбой.

Формами аттестации и контроля являются выполнение контрольных нормативов, тренировочные и товарищеские игры, участие в соревнованиях.

Каждый раздел программы предлагает обязательную теоретическую часть. Эта часть излагается в форме бесед в логической последовательности: беседы о здоровом образе жизни, о положительном влиянии различных физических упражнений на организм человека. Тем самым формируется пласт знаний по физической культуре у обучающихся.

Практическая часть состоит из двух составляющих: учебно-тренировочной и соревновательной.

Педагогический контроль и оценка освоения программного материала являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагоги используют следующие виды контроля:

- этапный,
- текущий,
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

2.3. Оценочные материалы.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных хоккеистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется педагогами в качестве оперативного контроля. В процессе работы с хоккеистами педагоги осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом обучающемся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе тренировочных занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы хоккеистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, педагоги получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на обучающихся.

Общими критериями оценки деятельности на спортивно-оздоровительном этапе подготовки являются:

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности обучающихся;
- динамика роста уровня специальной физической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объёмов тренировочных нагрузок, предусмотренных Программой.

Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки и эффективности тренировочной деятельности. Нагрузка оценивается по показателям объема и интенсивности, при этом за показатель объема принимается суммарное количество выполненной тренировочной работы в часах, а за показатель интенсивности – ее напряженность (в баллах), которая определяется количеством технико-тактических действий, выполняемых в единицу времени, скоростью, темпом и др.

К показателям объема следует отнести количество:

- тренировочных дней;
- тренировочных занятий;
- часов, затраченных на тренировочные занятия.

Для более объективной оценки тренировочной нагрузки необходимо определение ее частных объемов по видам подготовки (физической, технической, тактической и игровой), по характеру и направленности. Эффективность тренировочного процесса определяется по степени выполнения тренировочных заданий в занятиях, по динамике контрольных показателей технико-тактической и физической подготовленности, по результатам официальных игр.

Указания к выполнению контрольных упражнений (тестов):

Оценка общей физической подготовленности.

1. 20 метров вперед лицом. Тест призван оценивать уровень скоростных качеств движений юного хоккеиста. Тест проводится в зале на дистанции 20 метров с высокого старта. Оценивается время пробегания (с).

2. Бег 20 м вперед спиной. Тест проводится для выявления уровня развития координационных качеств и быстроты юного хоккеиста. Задание проводится в зале, дистанция 20 метров, старт по звуковому сигналу. Даются две попытки, регистрируется время (с).

3. Отжимания. Тест призван оценивать уровень развития собственно силовых качеств верхнего плечевого пояса. И.п. упор лежа, руки прямые, глаза смотрят вперед, спина и ноги прямые. Спортсмен выполняет сгибание - разгибание рук в локтевом суставе до угла 90° максимальное количество раз, с заданной частотой. Упражнение останавливается когда хоккеист начинает выполнять задание с погрешностями (неполное выпрямление рук, неполное сгибание рук в локтевом суставе, выполнение упражнения с согнутой спиной). Оценивается количество раз.

4. Прыжок в длину. Тест проводится для выявления скоростно-силовых качеств юного хоккеиста, а также уровня развития координационных способностей. Упражнение проводится в зале. После показа задания тренером и объяснения правильности выполнения спортсмену дается две попытки, из которых регистрируется лучшая (м).

5. Тест на ловкость. Контрольное задание, призванное оценивать уровень развития координации юных спортсменов. Тест проводится в зале на дистанции 20 метров. По сигналу спортсмен выполняет прыжок с разворотом на 360° на месте. Затем выполняет 2 кувырка вперед на матах, после чего перепрыгивает через барьер высотой 50 см и подлезает под барьер высотой 50 см (расстояние между барьерами 3 метра, высота может меняться в зависимости от возраста), оббегание змейкой 5 стоек, находящихся друг от друга на расстоянии 2 метров в длину и 1 метра в ширину, затем выполняется поворот на 180° и финиш спиной вперед. Оценивается время прохождения (с).

6. Челночный бег 4x9 метров. Тест проводится для выявления уровня развития скоростных и скоростно-силовых качеств спортсмена. Тест проводится в зале на волейбольной площадке. По сигналу спортсмен стартует с высокого старта, пробегая каждый, кроме последнего, 9-метровый отрезок, он должен коснуться рукой линии. Выполняются две попытки. Оценивается по времени (с).

Оценка специальной физической и технической подготовленности

1. Бег 20 метров вперед лицом. Тест призван определить уровень специальных скоростных качеств (стартовой скорости и частоты движений). Упражнение проводится на льду, хоккеист стоит у борта, касаясь его ногой. По звуковому сигналу спортсмен старается как можно быстрее преодолеть расстояние до синей линии. Оценивается время (с).

2. Бег 20 метров вперед спиной. Тест для определения координационных способностей, а также для определения техники катания спиной вперед. Проводится аналогично тесту 1.

3. Челночный бег 6x9 метров. Тест призван определить уровень развития скоростных и скоростно-силовых качеств юного хоккеиста. Проводится на льду

хоккейного поля. Спортсмен стартует с синей линии, и должен преодолеть шесть 9-метровых отрезков (до красной линии и обратно). Торможения выполняются правым и левым боком. Попытка не засчитывается, если хоккеист не доезжает хотя бы до одной линии и тормозит только одним боком. Оценивается время (с).

4. Слаломный бег с шайбой. Тест призван оценить уровень владения техникой ведения шайбы и техником катания. Проводится на льду хоккейного поля. Оценивается время (с) и техника выполнения. 5. Слаломный бег без шайбы (Рис. 1). Тест для определения уровня владения техникой катания скрестным шагом, прохождения виражей и поворотов. Проводится на льду хоккейного поля. Оценивается время (с) и техника выполнения. Выполняется аналогично тесту 4.

6. Салки (вне льда). Игра проводится на площадке 6x9 метров двумя командами по 5 чело Примечание. Разница во времени выполнения теста с шайбой и без шайбы свидетельствует об уровне владения клюшкой и шайбой юными хоккеистами. Игроки команды 1 встают внутрь площадки, игроки команды 2 садятся на скамейку и по очереди вбегают внутрь, стараясь осалить как можно больше членов команды противника. По истечении 20 с раздается свисток и на площадку вбегает следующий игрок команды. Игроки команды 1 стараются не быть осаленными. В случае, если кого-то из игроков все же осалили, он замирает на месте и вытягивает руки в стороны, после чего его может спасти кто-то из партнеров, дотронувшись до его руки. Игроки команды 2 получают по 1 очку за каждого осаленного противника. Игрок, которого осалили первым, получает 1 очко, вторым - 2 очка и т. д. Игроки, которых не осалили за 20 секунд, получают по 6 очков. Игрок, зашедший за периметр площадки, считается осаленным. После того как все игроки команды 2 побывали на площадке, команды меняются местами. Очки считаются по сумме двух туров.

7. Салки на льду. Проводятся для выявления уровня игровых способностей в ледовых условиях. Проводятся по аналогичным правилам (см. п. 6) с той лишь разницей, что время игры увеличивается до 30 с и площадка увеличивается до 15x18 метров (половина средней зоны) и ограничивается специальными выносными бортиками. Протокол составляется аналогично салкам в зале.

8. Борьба за шайбу. Проводится для выявления уровня игровых способностей в ледовых условиях. Площадка (средняя зона) ограничивается специальными выносными бортиками. Запрещается одному игроку держать шайбу более 5 секунд. Остальные правила и начисления очков соответствуют аналогичной игре «борьба за мяч», проводимой в зале.

9. Борьба за мяч. Игра проводится на баскетбольной площадке. Две противоборствующие команды по 5 человек. Цель каждой команды - как можно больше времени удерживать мяч. С помощью передвижения, передач, ведения и обманных действий. Побеждает команда, владевшая мячом больше

времени. Правила. С мячом нельзя бегать, но можно его вести правой и левой рукой ударами о пол. Запрещается двойное ведение, толчки, захваты.

2.4. Методические материалы

Основная форма работы по данной программе – фронтальная, с помощью которой обучающиеся овладевают навыками игры хоккея с шайбой. По мере овладением техникой также рекомендуется проводить внутригрупповые соревнования на скорость, технику хоккеисту.

Основными **видами занятий** являются:

- тренировочные занятия с группой, в индивидуально - групповой форме;
- теоретические занятия;
- участие в различных физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях.

Методы обучения

В практике обучения и воспитания имеют место различные словесные, наглядные, практические методы, которые применяются в зависимости от степени формирования навыков, на всех этапах обучения. Выбор того или иного способа зависит от содержания учебного материала, от поставленных задач обучения.

Словесные методы обучения основаны на использовании слова, как средства воздействия на детей. Включают в себя объяснения, рассказ, беседу, подачу команд, указаний, замечаний.

Наглядные методы обучения - это показ, демонстрация видеофильмов, фотографий, плакатов, схем, которые создают у учащихся образные представления об изучаемых видах спорта. Он важен на первоначальном этапе обучения, когда объяснения не дают полного представления об упражнении.

Практические методы обучения играют решающую роль в формировании двигательных навыков, развития и совершенствования физических и специальных качеств у учащихся. Это, как правило, многократное повторение упражнений, с постепенным усложнением и повышением нагрузки. Важны в обучении и методические приемы, такие как - выполнение упражнений, игры, эстафеты, соревнования, поощрения.

Формы учебных занятий

По особенностям коммуникативного взаимодействия в форме лекций, практикумов, олимпиад, соревнований. По дидактической цели занятия могут быть: вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Занятие состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

Вводная часть проводится в виде легкого разминочного бега, либо в виде игровых упражнений для повышения работоспособности организма, предварительный разогрев, растягивание и увеличения эластичности мышц. На вводную часть отводится около 15-20% общего времени занятия.

В основной части решаются задачи ознакомления и овладения элементами техники легкой атлетики. Используются упражнения для овладения и совершенствования техники, а также развития физических качеств. На основную часть отводится 70-85% общего времени.

В заключительной части необходимо снизить физическое и эмоциональное напряжение. Чтобы создать у занимающихся условия для перехода к другому виду деятельности, организм необходимо привести в более спокойному состоянию. Поэтому в заключительную часть включаются подвижные и спортивные игры. Заканчивается занятие подведением итогов, заданием на дом посильных упражнений и организованным уходом. Отводится 10% от общего времени.

<i>Тема</i>	<i>Форма занятий</i>	<i>Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса</i>	<i>Дидактический материал, техническое оснащение</i>
Теоретическая подготовка	- беседа; - просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов - самостоятельное чтение специальной литературы;	- сообщение новых знаний; - объяснение; - работа с учебно-методической литературой; - работа по фотографиям; - работа по рисункам; - работа по таблицам; - практический показ.	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; - специальная литература; - учебно-методическая литература; - научно-популярная литература; - оборудование и инвентарь
Общая физическая подготовка	- учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- учебные и методические пособия; - учебно-методическая литература; - оборудование и инвентарь
Специальная физическая подготовка	- учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- учебные и методические пособия; - учебно-методическая литература; - оборудование и инвентарь.

Техническая подготовка	-учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	-учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература; - оборудование и инвентарь
Игровая подготовка	-контрольная тренировка; -соревнование	-практический.	-спортивный инвентарь.

Раздел 3.Список литературы

Литература, используемая при составлении программы:

1. Букатин А.Ю., Колузганов В.М., Иванов В.П. Начальное обучение юных хоккеистов. / Учебное пособие. - М.: ГЦОЛИФК, 1983. - 95 с.
2. Горский Л. Тренировка хоккеистов. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 36 с.
3. Климин В.П., Колосков В.Н. Управление подготовкой хоккеистов. /М.:Физкультура и спорт, 1982. - 23 с.
4. Колосков В.И., Климин В.П. Подготовка хоккеистов/ М.: Физкультура и спорт, 1981. - 87 с.
7. Матвеев, Л. П. Основы спортивной тренировки : учеб. пособ. / Л. П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 26 с.
8. Мудрук, А. В. Диагностика и оценка способностей юных хоккеистов: учебное пособие / А. В. Мудрук. - Омск: СибГУФК, 2005. - 11.с

Литература для обучающихся:

1. Кукушкин В.А. Большой хоккей. - Москва, 1972.
2. Мищенкова Е.А. Харламов. Легенда хоккея. - АСТ, 2014
3. Тополь Э.В. Стрижи на льду. – М, 2016

Календарный учебный график (1 год обучения)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	12	11:50-12:30	Беседа, практическое	1	Вводное занятие (знакомство, техника безопасности, график занятий)	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
2	Сентябрь	14	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
3	Сентябрь	16	13:20-14:00	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
4	Сентябрь	19	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
5	Сентябрь	21	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
6	Сентябрь	23	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
7	Сентябрь	26	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
8	Сентябрь	28	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
9	Сентябрь	30	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
10	Октябрь	3	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
11	Октябрь	5	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
12	Октябрь	7	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
13	Октябрь	10	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
14	Октябрь	12	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
15	Октябрь	14	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
16	Октябрь	17	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
17	Октябрь	19	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

							СОШ№10	
18	Октябрь	21	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
19	Октябрь	24	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
20	Октябрь	26	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
21	Октябрь	28	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
22	Октябрь	31	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
23	Ноябрь	2	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
24	Ноябрь	4	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
25	Ноябрь	7	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
26	Ноябрь	9	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
27	Ноябрь	11	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
28	Ноябрь	14	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
29	Ноябрь	16	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
30	Ноябрь	18	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
31	Ноябрь	21	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
32	Ноябрь	23	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
33	Ноябрь	25	13:20-14:00	Беседа	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
34	Ноябрь	28	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
35	Ноябрь	30	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
36	Декабрь	2	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
37	Декабрь	5	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

38	Декабрь	7	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
39	Декабрь	9	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
40	Декабрь	12	11:50-12:30	Беседа, практическое	1	Теоретическая подготовка (Т.Б на льду, знакомство с хоккейной экипировкой).	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
41	Декабрь	14	13:20-14:00	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
42	Декабрь	16	13:20-14:00	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
43	Декабрь	19	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
44	Декабрь	21	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
45	Декабрь	23	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
46	Декабрь	26	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
47	Декабрь	28	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
48	Декабрь	30	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
49	Январь	9	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
50	Январь	11	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
51	Январь	13	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
52	Январь	16	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
53	Январь	18	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
54	Январь	20	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
55	Январь	23	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
56	Январь	25	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
57	Январь	27	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
58	Январь	30	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ	Наблюдение

							СОШ№10	
59	Февраль	1	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
60	Февраль	3	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
61	Февраль	6	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
62	Февраль	8	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
63	Февраль	10	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
64	Февраль	13	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
65	Февраль	15	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
66	Февраль	17	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
67	Февраль	20	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
68	Февраль	22	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
69	Февраль	24	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
70	Февраль	27	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
71	Март	1	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
72	Март	3	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
73	Март	6	11:50-12:30	Практическое	1	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
74	Март	8	13:20-14:00	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
75	Март	10	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
76	Март	13	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
77	Март	15	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
78	Март	17	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

79	Март	20	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
80	Март	22	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
81	Март	24	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
82	Март	27	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
83	Март	29	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
84	Март	31	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
85	Апрель	3	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
86	Апрель	5	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
87	Апрель	7	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
88	Апрель	10	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
89	Апрель	12	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
90	Апрель	14	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
91	Апрель	17	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
92	Апрель	19	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
93	Апрель	21	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
94	Апрель	24	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
95	Апрель	26	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
96	Апрель	28	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
97	Май	1	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
98	Май	3	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
99	Май	5	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ	Наблюдение

							СОШ№10	
100	Май	8	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
101	Май	10	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
102	Май	12	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
103	Май	15	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
104	Май	17	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
105	Май	19	13:20-14:00	Практическое	1	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
106	Май	22	11:50-12:30	Практическое	1	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
107	Май	24	13:20-14:00	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
108	Май	26	13:20-14:00	Беседа	1	Подведение итогов года	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос

Приложение 2.

Календарный учебный график (2 год обучения)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	6	12:40-13:20 13:30-14:10	Беседа, практическое	2	Вводное занятие (знакомство, техника безопасности, график занятий)	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
2	Сентябрь	8	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
3	Сентябрь	13	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
4	Сентябрь	15	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
5	Сентябрь	20	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
6	Сентябрь	22	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
7	Сентябрь	27	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
8	Сентябрь	29	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
9	Октябрь	4	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
10	Октябрь	6	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
11	Октябрь	11	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
12	Октябрь	13	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
13	Октябрь	18	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
14	Октябрь	20	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
15	Октябрь	25	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
16	Октябрь	29	11:00-15:00	Практическое	4	Соревнования (мини-футбол)	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
17	Ноябрь	1	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

18	Ноябрь	3	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
19	Ноябрь	8	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
20	Ноябрь	10	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	ЛЦКиС	Наблюдение
21	Ноябрь	15	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
22	Ноябрь	17	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
23	Ноябрь	22	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
24	Ноябрь	24	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
25	Ноябрь	29	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
26	Декабрь	1	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
27	Декабрь	6	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
28	Декабрь	8	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
29	Декабрь	13	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
30	Декабрь	15	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
31	Декабрь	20	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
32	Декабрь	22	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	
33	Декабрь	27	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
34	Декабрь	29	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
35	Январь	10	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
36	Январь	12	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
37	Январь	17	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
38	Январь	19	12:40-13:20	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ	Наблюдение

			13:30-14:10			Спортивные игры.	СОШ№10	
39	Январь	24	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
40	Январь	26	12:40-13:20 13:30-14:10	Беседа, практическое	2	Теоретическая подготовка (Т.Б на льду, знакомство с хоккейной экипировкой).	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
41	Январь	31	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
42	Февраль	2	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
43	Февраль	7	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
44	Февраль	9	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
45	Февраль	14	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
46	Февраль	16	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
47	Февраль	21	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
48	Февраль	23	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
49	Февраль	28	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
50	Март	2	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
51	Март	7	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Соревнования (хоккей)	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
52	Март	9	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
53	Март	14	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
54	Март	16	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
55	Март	21	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
56	Март	23	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
57	Март	28	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
58	Март	30	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

59	Апрель	4	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
60	Апрель	6	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
61	Апрель	11	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
62	Апрель	13	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
63	Апрель	18	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
64	Апрель	21	11:00-13:00	Практическое	2	Соревнования мини-футбол.	ЛЦКиС	Наблюдение
65	Апрель	20	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
66	Апрель	25	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
67	Апрель	27	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
68	Май	2	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
69	Май	4	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
70	Май	9	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
71	Май	11	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
72	Май	16	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
73	Май	18	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Тактическая подготовка. Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
74	Май	23	12:40-13:20 13:30-14:10	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
75	Май	25	12:40-13:20 13:30-14:10	Беседа	2	Подведение итогов года.	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос

Календарный учебный график (3 год обучения)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	6	10:00-10:45 11:00-11:45	Беседа, практическое	2	Вводное занятие (знакомство, техника безопасности, график занятий)	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
2	Сентябрь	8	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
3	Сентябрь	9	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
4	Сентябрь	13	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
5	Сентябрь	15	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
6	Сентябрь	16	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
7	Сентябрь	20	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
8	Сентябрь	22	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
9	Сентябрь	23	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
10	Сентябрь	27	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
11	Сентябрь	29	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
12	Сентябрь	30	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
13	Октябрь	4	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
14	Октябрь	6	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
15	Октябрь	7	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2 30	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
16	Октябрь	11	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
17	Октябрь	13	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

18	Октябрь	14	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
19	Октябрь	18	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
20	Октябрь	20	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
21	Октябрь	21	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
22	Октябрь	25	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
23	Октябрь	27	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
24	Октябрь	28	10:30-11:15 11:30-12:15	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
25	Ноябрь	1	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
26	Ноябрь	3	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
27	Ноябрь	4	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
28	Ноябрь	8	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
29	Ноябрь	10	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
30	Ноябрь	11	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
31	Ноябрь	15	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
32	Ноябрь	17	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
33	Ноябрь	18	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
34	Ноябрь	22	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
35	Ноябрь	24	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
36	Ноябрь	25	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
37	Ноябрь	29	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
38	Декабрь	1	10:00-10:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ	Наблюдение

			11:00-11:45				СОШ№10	
39	Декабрь	2	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
40	Декабрь	6	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
41	Декабрь	8	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
42	Декабрь	9	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
43	Декабрь	13	10:00-10:45 11:00-11:45	Беседа	2	Теоретическая подготовка (Т.Б на льду, знакомство с хоккейной экипировкой).	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос
44	Декабрь	15	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
45	Декабрь	16	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
46	Декабрь	20	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
47	Декабрь	22	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
48	Декабрь	23	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
49	Декабрь	27	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
50	Декабрь	29	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
51	Декабрь	30	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
52	Январь	10	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
53	Январь	12	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
54	Январь	13	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
55	Январь	17	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
56	Январь	19	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
57	Январь	20	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
58	Январь	24	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

59	Январь	26	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
60	Январь	27	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
61	Январь	31	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
62	Февраль	2	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
63	Февраль	3	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
64	Февраль	4	10:00-14:00	Практическое	4	Соревнования	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
65	Февраль	7	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
66	Февраль	9	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
67	Декабрь	10	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
68	Февраль	14	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
69	Февраль	16	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
70	Февраль	17	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
71	Февраль	21	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
72	Февраль	23	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
73	Февраль	24	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
74	Февраль	28	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
75	Март	2	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
76	Март	3	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
77	Март	7	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
78	Март	9	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
79	Март	10	10:00-10:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ	Наблюдение

			11:00-11:45				СОШ№10	
80	Март	14	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
81	Март	16	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
82	Март	17	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
83	Март	21	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
84	Март	23	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
85	Март	24	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
86	Март	28	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
87	Март	30	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
88	Март	31	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
89	Апрель	4	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
90	Апрель	6	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
91	Апрель	7	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
92	Апрель	11	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
93	Апрель	13	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
94	Апрель	14	10:30-11:15 11:30-12:15	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
95	Апрель	18	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
96	Апрель	20	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
97	Апрель	21	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
98	Апрель	25	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
99	Апрель	27	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение

100	Апрель	28	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
101	Май	2	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
102	Май	4	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
103	Май	5	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Специальная физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
104	Май	9	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Техническая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
105	Май	11	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
106	Май	12	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
107	Май	16	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
108	Май	18	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
109	Май	19	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
110	Май	23	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Спортивные игры. Тактическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
111	Май	25	10:00-10:45 11:00-11:45	Практическое	2	Подвижные игры. Общая физическая подготовка.	Стадион МБОУ СОШ№10	Наблюдение
112	Май	26	10:00-10:45 11:00-11:45	Беседа	2	Теоретическая подготовка (подведение итогов года).	Стадион МБОУ СОШ№10	Опрос

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 284904154893307766464458434654888258361777585627

Владелец Огородникова Наталия Николаевна

Действителен с 02.09.2024 по 02.09.2025