

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №562
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

Программа рассмотрена
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 562
Протокол № 1 от 30.08.2023г.



УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 1-66/2 от 30.08.2023 г.

Директор ГБОУ СОШ № 562

М.А. Н.Пальченкова

**Дополнительная общеразвивающая программа
"Хоккей на траве"**

Срок обучения 2 года (288 часов)
Возраст обучающихся: 7-11 лет

Разработчик:
Искандырова Арина Антоновна
Педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы.

Представленная программа является дополнительной общеобразовательной программой, физкультурно-спортивной направленности, общекультурного уровня освоения. Она направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья

Адресат программы.

Программа разработана для учащихся разной возрастной категории 7-11 лет и предусматривает теоретическую, техническую, общефизическую и специальную подготовку.

Актуальность программы.

Актуальность программы определяется запросом со стороны детей младшего и среднего школьного возраста и их родителей на программу физкультурно-спортивно направленности (игровые виды спорта), на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности. Хоккей на траве доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Занятия хоккеем на траве способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств- выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, избирательности, меткости подач, четкости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Отличительные особенности программы.

Программа учитывает интересы детей к занятиям хоккеем на траве независимо от их одаренности, способности, уровня физического развития и подготовленности и не имеющих медицинских противопоказаний; обеспечить условия развития личных качеств ребенка через восхождения к самодисциплине, самостоятельности и свободе творчества. В структуре программы: физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов по общей физической подготовке

Новизна программы.

- внедрение начальных форм упражнений по хоккею на траве для детей с 7-летнего возраста;
- реализация технологии содействия сохранению и укреплению здоровья младшего возраста;
- систематизация требований к физической подготовленности занимающихся (по показателям физического развития, функционального состояния и развития психофизических качеств);
- преемственность изучения программного материала, отраженная в перспективном, текущем и оперативном планировании;
- разнообразие средств и методов, включенных в различные формы работы с обучающимися;

Уровень освоения программы.

Общекультурный

Объем и срок освоения программы.

1 год - 144 часа (4 часа в неделю)

2 год - 144 часа (4 часа в неделю)

Цель и задачи программы.

Цель.

Целью дополнительной общеразвивающей программы является: физическое образование-формирование знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, вовлечение в систему регулярных тренировок по хоккею на траве, также участие в районных и городских соревнованиях, способствующие популяризации данного спорта.

Задачи.

Обучающие:

1. Сформировать потребности, интересы и ценности: сформировать отношение к себе и окружающим (чувство товарищества, доброжелательности и др.)
2. Обучить технике и тактике игре в хоккей на траве
3. Сформировать теоретические знания и практический опыт, необходимый для успешной тренировочной и соревновательной деятельности
4. Сформировать знания в областях: спорт, физиология, анатомия, биохимия, биомеханика, психология, гигиена, питание и основам спортивной тренировки.

Развивающие:

1. Развитие двигательных качеств, возможностей функциональных систем организма, несущих основную нагрузку в данном виде спорта
2. Развитие волевых качеств (ответственность, целеустремленность, выдержка) у учащихся, необходимых для успешного овладения данным видом спорта
3. Формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, продуктивной организации своего досугового времени

Воспитательные:

1. Воспитание необходимых моральных и волевых качеств
2. Воспитание ответственности перед командой
3. Развитие морально-волевых качеств, сознательной дисциплины
4. Увеличить степень самостоятельности в проявленных волевых решениях

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты: получить опыт собственной спортивной деятельности, способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия, проявлять интерес к самостоятельному выполнению заданий в процессе занятий; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду.

Метапредметные результаты: осознанное стремление к освоению новых знаний и умений; активное использование занятий для профилактики психического и физического утомления; проявление к собеседнику внимания, интерес и уважение; формирование навыков работы в группе; овладение комплексом качеств, связанных с безопасностью жизнедеятельностью личности

Предметные результаты: получить знания о ЗОЖ, истории спорта и хоккея на

траве в частности; знать правила игры в хоккей на траве и правила судейства игры; освоить технические приемы хоккея на траве; развить физические качества: быстроту, силу, выносливость, координацию движений, а также пробуждение интереса детей к новой деятельности в области ФКиС.

ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации

Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке РФ

Форма обучения

Очная форма обучения занимающихся в секции.

Особенности реализации программы:

Возможность беседы с преподавателем на спортивную тематику, обсуждение технических и тактических сторон в избранном виде спорта- хоккей на траве. Проведение занятий в каникулярный период и возможна дистанционная форма обучения- занятия с использованием бесплатных информационных ресурсов, с изучением учебного материала, тестами с использованием учебных пособий и др., определенных педагогом; занятия в домашней обстановке с обратной связью через электронную почту, чаты, социальные сети и др.

Для реализации программы будут включены свободные беседы на спортивную тематику, групповые обсуждения профессиональных тем, технической и тактической стороны избранного вида спорта, участие в соревнованиях, тестирование по видам подготовки.

Особенности организации образовательного процесса:

Особенности организации образовательного процесса для различных категорий учащихся характеризуются с учетом их физической подготовленности и возраста.

Состав группы- постоянный, виды занятий определяются содержанием программы технические, игровые занятия.

Условия набора и формирования групп:

Условия набора в коллектив:

Принимаются все желающие без отбора, по заявлению родителей (законных представителей), не имеющих медицинских противопоказаний, без предъявления требований к физической подготовленности

Условия формирования групп:

Разновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся на второй и последующий годы обучения на основе собеседования и тестирования, в соответствии, в соответствии с локальными актами образовательной организации

Количество обучающихся в группе:

Списочный состав групп формируется с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы или по норме наполняемости: на первом году обучения- 15 человек, на втором году обучения -12 человек в соответствии с локальным актом образовательной организации.

Формы организации занятий:

При реализации программы предусматриваются занятие с преподавателем в спортивном зале, имеющий специальное оборудование для данного вида спорта.

Формы проведения занятий:

Групповые тренировочные и теоретические занятия. Контрольные испытания.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

Аудиторные и внеаудиторные занятия

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

Материально-техническое оснащение

Для проведения занятий по дополнительной общеобразовательной программе необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь в спортивном зале:

1. Бортики (20 шт)
2. Ворота (2шт)
3. Гимнастическая стенка (10 ШТ)
4. Гимнастические скамейки (шт)
5. Гимнастические маты (20 шт)
6. Ключки (20 шт)
7. Мячи (20 шт)
8. Вратарская форма (1 комплект

Кадровое обеспечение

Реализуется без привлечения иных специалистов.

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/атте стации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Охрана труда	2	2	0	Педагогическое наблюдение
2.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль.	6	2	4	Педагогическое наблюдение
3.	Теоретическая подготовка	8	8	0	Педагогическое наблюдение
4.	Общая физическая подготовка	52	9	43	Педагогическое наблюдение
5.	Специальная физическая подготовка	43	8	35	Педагогическое наблюдение
6.	Технико-тактическая подготовка	17	7	10	Педагогическое наблюдение
7.	Контрольные испытания и соревнования	14	0	14	Промежуточный контроль
8.	Итоговое занятие. Обсуждение итогов обучения	2	0	2	Педагогическое наблюдение
	ИТОГО:	144	38	108	

Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/атте стации
		Всего	Теория	Практик а	
1.	Вводное занятие. Охрана труда	2	2	0	Педагогиче ское наблюдение
2.	Теоретическая подготовка	6	6	0	Педагогиче ское наблюдение
3.	Общая физическая подготовка	53	4	49	Педагогиче ское наблюдение. Текущее
4.	Специальная физическая подготовка	54	10	44	Педагогиче ское наблюдение. Текущее
5.	Технико-тактическая подготовка	17	7	10	Педагогиче ское наблюдение. Текущее
6.	Контрольные испытания и соревнования	10	0	10	Промежуто чный контроль, открытое занятие
7.	Итоговое занятие. Обсуждение итогов обучения	2	0	2	Промежуто чный контроль
ИТОГО:		144	29	115	



УТВЕРЖДЕН
Приказ № 1-66/2 от 30.08.2023 г.
Директор ГБОУ СОШ № 562
Г. Н. Пальченкова

**Календарный учебный график реализации
Дополнительной общеразвивающей программы
«Хоккей на траве»
На 2023- 2024 учебный год.**

Педагог: Искандырова Арина Антоновна

Год бучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	13.09.2023	06.06.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить базовым техническим приемам для игры в хоккей на траве
2. Дать знания по теории и практике в области физической культуры и спорта, а также психологии, гигиена, питание

Развивающие:

1. Содействовать всестороннему и гармоничному развитию занимающихся
2. Повысить уровень физической подготовленности, улучшить показатели физических качеств
3. Развитие коммуникативных навыков в коллективе

Воспитательные:

1. Воспитать дисциплинированность, коллективизм, чувство товарищества на занятиях
2. Воспитать позитивные морально-волевые качества

Планируемые результаты

Личностные:

1. Управление своими эмоциями, овладение культурой речи
2. Развитие коммуникативных навыков
3. Развитие морально-волевых качеств

Метапредметные:

1. Будут получены знания по теории и практике физической культуры
2. Будут развиты физические качества, а именно: быстрота, сила, ловкость, выносливость

Предметные:

1. Развитие специальных знаний хоккеистов на траве
2. Развитие быстроты реакции, ориентировку в пространстве, быстроту перемещения с изменяющимся направлением движения

К концу обучения учащиеся:

Будут знать:

1. правила техники безопасности на занятии
2. о соблюдении личной гигиены
3. базовые элементы владения клюшкой, важные для игры в хоккей на траве
4. правила для игры в хоккей на траве

Будут уметь:

1. проводить специальную разминку
2. соблюдать технику безопасности при работе с инвентарем
3. выполнять базовые технические элементы

Разовьют следующие качества:

1. улучшение скоростно-силовых способностей
2. повышение уровня общей физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта
3. улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Охрана труда.

Теория. Цели и задачи занятиями игры в хоккей на траве. Ознакомление с оборудованием и инвентарем. Правила охраны труда при занятиях. Основные способы страховки и само страховки.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

2. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль.

Теория. Обеспечение техники безопасности. Основные причины, вызывающие травмы.

Основы гигиены и здорового образа жизни каждого человека. Правила личной и общественной гигиены.

Практика. Соблюдение правил личной гигиены. Систематический контроль основных показателей здоровья человека.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

3. Теоретическая подготовка

Теория. Развитие хоккея на траве в России. Значение и место хоккея в системе физического воспитания. Российские и международные соревнования по хоккею на траве. Российская Федерация хоккея на траве (ФХТР), Европейская федерация хоккея на траве (EFH), Международная федерация хоккея на траве (IFH), российские команды, тренеры, игроки. Защита по зонам. Персональная опека игроков. Комбинированная защита. Соблюдение принципов страховки и взаимостраховки. Тактика отбора мяча.

Высокий темп атаки, атака широким фронтом. Скоростное маневрирование в глубину обороны противника или по фронту с забеганием в чужую зону, с переменной местами, усиление темпа атаки в её завершающей фазе, использование скоростной обводки. Атакующие комбинации флангом и центром.

Разбор правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Выбор места судьей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Особенности организации и проведения соревнований по хоккею на траве.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

4. Общая физическая подготовка.

Теория. Значение общей физической подготовки для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости. Средствами физической подготовки являются упражнения из других видов спорта и подвижные игры.

Практика.

Строевые упражнения. Команды для управления строем. Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах,

интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища. Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами. Упражнения с гантелями, штангой, с короткой и длинной скакалкой.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с шайбой, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской грузов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 800 м. Кроссы от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста), 10-минутный

и 20-минутный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол, пионербол, волейбол, гандбол с элементами регби.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

5. *Специальная физическая подготовка.*

Теория. Развитие общей (аэробной) выносливости, скоростной выносливости, быстроты реакции, движений и скорости бега.

Практика. Упражнения для развития быстроты. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка, препятствий. Переменный бег. Бег с изменением направления.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседания с отягощением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением. Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх. Подвижные игры и т.д. Вбрасывание шайбы на дальность.

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Переменный бег. Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игровые упражнения с шайбой большей интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

6. *Технико-тактическая подготовка.*

Теория. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки хоккеистов на траве. Классификация и терминология технических приемов.

Практика. Высокая техника владения клюшкой и мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения и применения технических приемов в различных игровых ситуациях: ударов по мячу клюшкой и остановка мяча, ведение, обводки ложных движений, отбора мяча, основных технических приемов игры вратаря. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

7. *Контрольные испытания и соревнования.*

Практика. Участие в соревнованиях. Контрольное тестирование.

Формы контроля: Промежуточный контроль.

8. *Итоговое занятие*

Практика. Заключительное занятие первого года обучения. Закрепление навыков. Подведение итогов работы в течение учебного года. Награждение победителей и призеров соревнований.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

**Календарно-тематический план к рабочей программе педагога
Искандырова А.А. объединение "Хоккей на траве"
2023-2024 учебный год**

№ п/п	Т Е М А	Раздел УП	К-во часов	Дата план	Дата факт
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Охрана труда.	Вводное занятие. Охрана труда	2	13.09.2023	13.09.2023
2	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта, зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Поддержание чистоты, гигиены в транспорте, школе, на улице, в спортивных сооружениях. Предупреждение травм.	Теоретическая подготовка/общая физическая подготовка	2	14.09.2023	14.09.2023
3	Врачебный контроль, самоконтроль	Теоретическая подготовка/общая физическая подготовка	2	20.09.2023	20.09.2023
4	Основные сведения о сердечно-сосудистой системе человека и её функциях. Основные сведения о функциональном состоянии организма в период вработывания, основной и заключительной частей занятия	Теоретическая подготовка/Общая физическая подготовка	2	21.09.2023	21.09.2023
5	Оборудование. Одежда и инвентарь хоккеистов	Теоретическая подготовка / специальная физическая подготовка	2	27.09.2023	27.09.2023
6	История развития Хоккея на траве. Основные правила проведения соревнований	Специальная физическая подготовка / технико- тактическая	2	28.09.2023	28.09.2023
7	Основы методики обучения и тренировки. Правила игры	Технико- тактическая/ специальная физическая подготовка	2	04.10.23	04.10.2023
8	Общая физическая подготовка. Стойка хоккеистов	Общая физическая подготовка	2	05.10.23	05.10.2023
9	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико-тактическая подготовка/ специальная физическая подготовка	2	11.10.23	11.10.23
10	Общеразвивающие упражнения в парах. Передвижения хоккеиста	Общая физическая подготовка	2	12.10.23	12.10.2023
11	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	18.10.23	18.10.2023
12	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. Держание клюшки	Общая физическая подготовка	2	19.10.23	19.10.2023
13	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико- тактическая подготовка/общая физическая подготовка	2	25.10.23	25.10.2023
14	Специальная физическая подготовка. Тактика игры	специальная физическая подготовка	2	26.10.23	26.10.2023
15	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	01.11.2023	01.11.2023
16	Держание клюшки. Отработка приема и паса толчком в парах	Специальная физическая подготовка/ технико- тактическая подготовка	2	02.11.2023	02.11.2023
17	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	08.11.2023	08.11.2023
18	Общая физическая подготовка. Ведение мяча	общая физическая	2	09.11.2023	09.11.2023

		подготовка			
19	Отработка передач в движении. Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	15.11.2023	15.11.2023
20	Броски по воротам. Тактика. Общая физическая подготовка	общая физическая подготовка	2	16.11.2023	16.11.2023
21	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	22.11.2023	22.11.2023
22	Пас, передача мяча. Комбинации. Общая физическая подготовка	Общая физическая подготовка	2	23.11.2023	23.11.2023
23	Упражнение змейка+ удар по воротам. Эстафета на укрепление и совершенствование технических приемов	Специальная физическая подготовка	2	29.11.2023	29.11.2023
24	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка	2	30.11.2023	30.11.2023
25	Специальная физическая подготовка. Тактика игры команды и вратаря	Общая физическая подготовка	2	06.12.2023	06.12.2023
26	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	Специальная физическая подготовка	2	07.12.2023	07.12.2023
27	Игра в хоккей на траве по правилам	Контрольные испытания и соревнования	2	13.12.2023	13.12.2023
28	Развитие скоростно-силовых способностей, прыжки. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	14.12.2023	14.12.2023
29	Передачи в парах с последующим ударом по воротам. Эстафета	Специальная физическая подготовка	2	20.12.2023	20.12.2023
30	Эстафета на закрепление технических приемов. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	21.12.2023	21.12.2023
31	Развитие быстроты. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам	Общая физическая подготовка	2	27.12.2023	27.12.2023
32	Упражнения для развития выносливости. Переменный бег. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	28.12.2023	28.12.2023
33	Выполнение толчка с удобной и неудобной стороны, на месте и в движении	Специальная физическая подготовка	2	10.01.2024	10.01.2024
34	Выполнение остановки мяча с уступающим и без уступающего движения	Технико- тактическая подготовка	2	11.01.2024	11.01.2024
35	Отбор мяча с остановкой и выбиванием. Игра в хоккей на траве	Технико- тактическая подготовка/специальная физическая подготовка	2	17.01.2024	17.01.2024
36	Выполнение отбора мяча при встречном движении и сбоку. Закрепление отбора мяча	Специальная физическая подготовка	2	18.01.2024	18.01.2024
37	Совершенствование ранее изученных способов ведения мяча. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	24.01.2024	24.01.2024
38	Совершенствование стойки хоккеиста и перемещений в ней. Бег с ускорениями, прыжками.	общая физическая подготовка	2	25.01.2024	25.01.2024
39	Ведение мяча с торможениями и ускорениями Совершенствование толчка мяча	Специальная физическая подготовка/технико- тактическая подготовка	2	31.01.2024	31.01.2024
40	Выполнение толчка с места, после ведения, с удобной и неудобной стороны. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка/ технико- тактическая подготовка	2	01.02.2024	01.02.2024
41	Техника выполнения броска. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка/ технико- тактическая подготовка	2	07.02.2024	07.02.2024
42	Изучение сочетаний технических приемов.	Общая физическая	2	08.02.2024	08.02.2024

	Совершенствование выполнения броска	подготовка/ специальная физическая подготовка			
43	Изучение обманных движений. Развитие координационных способностей	Общая физическая подготовка	2	14.02.2024	14.02.2024
44	Игра в хоккей на траве по правилам	Специальная физическая подготовка/ техничко- тактическая подготовка	2	15.02.2024	15.02.2024
45	Общая физическая подготовка.	общая физическая подготовка	2	21.02.2024	21.02.2024
46	Общая физическая подготовка.	общая физическая подготовка	2	22.02.2024	22.02.2024
47	игра в хоккей на траве по правилам	Контрольные испытания и соревнования/ техничко- тактическая подготовка	2	28.02.2024	28.02.2024
48	Отработка техники игры в хоккей на траве	Общая физическая подготовка/ специальная физическая подготовка	2	29.02.2024	29.02.2024
49	Общая физическая подготовка.Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	06.03.2024	06.03.2024
50	Игры, развивающие физические способности. Челночный бег	общая физическая подготовка	2	07.03.2024	07.03.2024
51	Эстафета на закрепление технических приемов. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	13.03.2024	13.03.2024
52	Совершенствование ведения мяча с последующим ударом по воротам	общая физическая подготовка	2	14.03.2024	14.03.2024
53	Игра в хоккей на траве	специальная физическая подготовка	2	20.03.2024	20.03.2024
54	Эстафета на развитие выносливости. Отработка передач в парах	общая физическая подготовка	2	21.03.2024	21.03.2024
55	Отработка "прием-пас" в парах в движении	специальная физическая подготовка	2	27.03.2024	27.03.2024
56	игра в хоккей на траве	Контрольные испытания и соревнования	2	28.03.2024	28.03.2024
57	Выполнение " прием-пас" в тройках на месте. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	03.04.2024	03.04.2024
58	Выполнение " прием-пас" в парах в движении с последующим ударом по воротам	специальная физическая подготовка	2	04.04.2024	04.04.2024
59	Изучение игры в " квадратик". Общая физическая подготовка.	общая физическая подготовка	2	10.04.2024	10.04.2024
60	игра в хоккей на траве	Контрольные испытания и соревнования	2	11.04.2024	11.04.2024
61	Эстафета на развитие выносливости. Отработка техники игры в хоккей на траве	общая физическая подготовка	2	17.04.2024	17.04.2024
62	Общая физическая подготовка. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	18.04.2024	18.04.2024
63	Выполнение отбора мяча в парах	Специальная физическая подготовка	2	24.04.2024	24.04.2024
64	игра в хоккей на траве	Контрольные испытания и соревнования	2	25.04.2024	25.04.2024
65	Отработка техники игры в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	02.05.2024	02.05.2024
66	Развитие скоростно-силовых способностей,	общая физическая	2	08.05.2024	08.05.2024

	прыжки. Игра в хоккей на траве	подготовка			
67	Эстафета на закрепление технических приемов. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка/техничко-тактическая подготовка	2	15.05.2024	15.05.2024
68	Ведение мяча с сопротивлением. Отбор мяча	Техничко- тактическая подготовка/ общая физическая подготовка	2	16.05.2024	16.05.2024
69	Специальная физическая подготовка. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	22.05.2024	22.05.2024
70	Игра в хоккей на траве с футбольным мячом	техничко- тактическая подготовка	2	23.05.2024	23.05.2024
71	Игра в хоккей на траве	контрольные испытания и соревнования	2	29.05.2024	29.05.2024
72	Итоговое занятие. Подведение итогов за год.	Итоговое занятие. Обсуждение итогов обучения	2	30.05.2024	30.05.2024

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно-методические пособия	Система средств для обучения	Средства научной организации. Психолого-Педагогическое сопровождение
Сборник инструкций по технике безопасности. Материалы конференции. Центр физической культуры и здоровья детей. Санкт-Петербург, 2003-2008 Е.В.Федотова. Многолетняя подготовка юных спортсменов в хоккее на траве. Методические рекомендации, ФХТР, Москва, 2001.	Методические таблицы: •Теоретические Сведения; •Техника исполнения. Методика преподавания. Мультимедийные материалы о спорте, спортсменах России.	Участие в городских и районных мониторингах по физической культуре. Периодические сообщения о: •пользе занятий физической культуры; •здоровом образе жизни. Работа по усовершенствованию концепции развития физической культуры Работа по тестовому Контролю Физическая культура. В.И.Лях, 2007 г.

Программы по хоккею на траве для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, М.: «Физкультура, образование и наука», 2001г. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. –М.: Физкультура и спорт, 1981 Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность. Учебное пособие. –М.: Физкультура и спорт, 1981. Основы управления подготовкой юных спортсменов (Под ред. М.Я.Набатниковой). –М.: Физкультура и спорт, 1982. Современная система спортивной подготовки \ Под ред. Ф. П. Сулова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустина. – М.: «СААМ», 1995.		Организация спортивных праздников. Участие в соревнованиях.
--	--	---

Информационные ресурсы

Использование средств массовой информации – газеты, стенды, плакаты, объявления о результатах спортсменов, выполнение норм ГТО, спортивных разрядов. Социальные сети.

Список используемой литературы.

Методическая литература педагогов

1. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: Автореф. докт. дис. М., 1981. - 48 с
2. Волков Л.В. Система управления развитием физических способностей детей школьного возраста в процессе занятий физической культурой и спортом: Докт. дис. Киев, 1988. -297 с.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх.-М.: ФиС, 1980. -127 с

4. Основы управления подготовкой юных спортсменов (Под ред. М.Я. Набатниковой) -М.: ФиС, 1982. - 280 с
5. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена. -Киев: Рад. школа, 1988. - 288 с.
6. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству: адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам. - М.: ФиС, 1986. - 158 с.
7. Дорохов А.Р. Развитие силовых качеств девочек 7-12 лет разных соматических типов и вариантов развития: Канд. дис. Малаховка, 1993
8. Дидактический материал по физическому воспитанию учащихся начальных классов и воспитанников дошкольных учреждений (в помощь учителям физической культуры и воспитателям дошкольных учреждений). Под ред. заслуженного учителя РФ Анисимова В.В. Московское городское физкультурно-спортивное объединение. М., 1993 – 53с.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480с.
10. Быков В., Черепанов Л. Хоккей на траве. Москва. Физкультура и спорт. 1971г. 152с.

Методическая литература для родителей и обучающихся

1. Альберт Лейкин «Хоккей на траве самый молодой вид спорта в нашей стране. В 1980году мужская и женские сборные СССР дебютируют на ОИ». Серия: спорт в СССР. Авторская книга, первое издание М.: Физкультура и Спорт, 1979г.
2. Быков В, Черепанов Л. Хоккей на траве пособие для занятий с начинающими. Издательство: М; Физкультура и спорт 1971г.
3. Официальное руководство по хоккею на траве (классическая перепечатка). 2015г.
4. Хоккей с мячом; Хоккей на траве: справочник Х70/Сост. А.В. Комаров.-М.: Физкультура и спорт, 1979-207с.
5. Хоккей на траве для игроков, тренеров и судей. Издание 1957г.
6. Фильм «Боец» дата премьеры 02.02.2019г
7. Фильм «Легенда №17» дата премьеры 2017г
8. Фильм «Движение вверх» дата премьеры 2017г
9. Мультфильм «Олимпиада-80. Хоккей на траве». Премьера 1980г
10. Мультфильм «Бернард: Хоккей на траве» 2017г

. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Теоретическая подготовка:

1. Входная диагностика (тест) – теоретические задания по разделам программы.
2. Итоговый контроль (тест) – теоретические задания по изученному материалу

Практическая подготовка:

1. Входная диагностика – практические задания (контрольные нормативы), для определения и оценки уровня физической подготовленности учеников.
2. Наблюдения - осуществлять контроль за физической нагрузкой и в соответствии с индивидуальными особенностями подбирать комплексы для развития двигательных качеств, формирования умений и навыков.
3. Анализ выполненных работ – участие в соревнованиях школьного и районного уровней.
4. Итоговый контроль – практические задания (контрольные нормативы) для определения и оценки физической подготовленности учащихся.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий педагога, анализ на каждом занятии педагогом и обучающимися качества выполнения работ и приобретенных навыков. Итоговый контроль.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Для отслеживания и фиксации используется журнал посещения занятий. Видеозаписи и фотографии участия в мини соревнованиях.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.

Участие в соревнованиях, грамоты, открытые занятия, беседы, портфолио ребят, видео роликов занятий и соревнований. Посещение родителей соревнований.

Приложение №1.

Тест по теоретической подготовке

Тест по технике безопасности.

1. Наличие у обучающегося спортивной формы:

- а) обязательно;
- б) по возможности;
- в) по желанию;
- г) не обязательно.

2. Требования к спортивной форме

- А) грязная обувь
- Б) форма для занятий на улице- короткая, в зале- длинная
- В) обувь больше размера ноги на 1-2 размера
- Г) все перечисленное правильно
- Д) все перечисленное неправильно

3. Получили травму, ваши действия

- А) сообщите учителю
- Б) самостоятельно обратитесь к врачу
- В) без разрешения уйдете с занятия

4. Меры безопасности при проведении подвижных игр

- А) строго соблюдать правила игры
- Б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков
- В) при падении сгруппироваться
- Г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) преподавателя
- Д) все вышеперечисленное

Приложение №2

Промежуточная аттестация

№	Контрольные испытания	Нормативы	
		Мальчики	Девочки
1	Прыжок в длину с места (см)	125-148	120-145
2	Бег 30 м с места (с)	6.3-5.9	6.5-6.1
3	Отжимания (кол-во раз)	7-12	5-10
4	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам (с)	14.5-13.0	15.0-13.5
5	Точность передач после ведения мяча и обводки стоек (с)	9.4-10.5	9.8-11.1

Приложение №3

Итоговая аттестация

№	Контрольные испытания	Нормативы	
		Мальчики	Девочки
1	Челночный бег (с)	35.0-39.5	37.0- 41.5
2	Точность и дальность броска мяча (м)	7-3	6-2
3	Удары по воротам точность (очки)	4-2	4-2



УТВЕРЖДЕН

Приказ № 1-68/1 от 30.08.2024 г.

Директор ГБОУ СОШ № 562

Т. Н. Пальченкова

**Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы
«Хоккей на траве»
на 2024-2025 учебный год**

Педагог: Искандырова Арина Антоновна

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год	03.09.24	27.05.25	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа

Задачи:

Обучающие:

1. углубить представление о физической культуре в целом и о хоккее на траве в частности.
2. формировать установки на сохранение и укрепления здоровья навыков здорового и безопасного образа жизни.

Развивающие:

1. сохранять и укреплять здоровье, развитие физических качеств детей и двигательных способностях.
2. расширять двигательный опыт посредством использования и освоения физических упражнений.
3. развивать творческие способности детей – нравственное, духовное, физическое совершенствование.

Воспитательные:

1. воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, участие в соревнованиях по хоккею на траве и других спортивных мероприятиях.
2. формировать у детей чувство патриотизма, чувство гордости за свою Родину,
3. воспитывать волевые качества личности учащихся.

Планируемые результаты

Личностные:

1. понимать необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
2. обладать навыками формирования собственной культуры здорового образа жизни;
3. готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
3. владеть навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
4. обладать положительными качествами личности и уметь управлять своими эмоциями;
5. дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
6. владеть навыками к работе на результат.

Метапредметные:

1. уметь самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности в области вида спорта хоккей на траве
2. уметь планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
3. уметь работать индивидуально и в команде во время занятий, соревновательной деятельности;
4. формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать

содержание и результаты совместной деятельности.

Предметные:

1. знать основные правила по хоккею на траве;
2. устойчиво проявлять интерес к хоккею на траве, понимать значения спорта в жизни человека;
3. знать терминологию, применяемую в данном виде спорта;
4. индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности вовремя занятий по хоккею на траве.

К концу обучения учащиеся:

Будут знать:

1. правила соревнований по хоккею на траве;
2. понятие «режим»;
3. особенности овладения специальными двигательными способностями;
4. способы овладения и совершенствования технико-тактических действий в хоккее на траве.

Будут уметь:

1. подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений (ОРУ);
2. действовать не только по образцу, но и самостоятельно принимать тактические решения;
3. выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
4. слушать и слышать собеседника

Разовьют следующие качества:

1. повышение уровня общей физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта.
2. объем и интенсивность упражнений возрастают по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. Отдается предпочтение упражнениям динамического характера, приучая занимающихся к различному темпу их выполнения; повышается выносливость, скорость реакции.

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Охрана труда.

Теория. Доведение цели и задач второго года обучения, доведение расписания занятий, ознакомление с группой. Индивидуальное обсуждение целеполагания на предстоящий год и на результат обучения.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

2. Теоретическая подготовка

Теория. Основные навыки и умения игры в футбол, волейбол, баскетбол, гандбол. Значение общей физической подготовки для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма. использование технико- тактический действий в других видах спорта.

Практика. Проведение спортивных игр по футболу, баскетболу, гандболу. Подвижные игры и эстафеты для развития физических качеств и физических способностей, важные для хоккеистов.

Упражнения на развитие силы: выпрыгивания из полуприседа (развитие силы мышц ног), сгибания-разгибания рук в упоре лежа (на ладонях- развитие силы мышц рук), подъем туловища из положения лежа руки за головой (развитие силы мышц брюшного пресса), подтягивания на перекладине (развитие силы мышц рук), подъем туловища из положения лежа на животе руки за головой (развитие силы мышц спины).

Упражнения на развитие быстроты: бег (развитие быстроты перемещений), челночный бег (развитие быстроты), прыжки на координационной лестнице (развитие координации движений ног на скорость), бег спиной вперед и вращением (развитие работы вестибулярного аппарата).

Упражнения на развитие выносливости: длительный бег, выполнение силовых упражнений сериями в конце занятия.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение

3. *Общая физическая подготовка.*

Теория. Применение общей физической подготовки для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости. Средствами физической подготовки являются упражнения из других видов спорта и подвижные игры.

Практика.

Строевые упражнения. Команды для управления строем. Переход с шага на бег и с бега на шаг.

Изменение скорости движения.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища. Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами. Упражнения с гантелями, штангой, с короткой и длинной скакалкой.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с шайбой, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской грузов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 800м. Кроссы от 1000 до 3000м (в зависимости от возраста), 10-минутный

и 20-минутный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол, пионербол, волейбол, гандбол с элементами регби.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение. Текущее

4. *Специальная физическая подготовка.*

Теория. Развитие общей (аэробной) выносливости, скоростной выносливости, быстроты реакции, движений и скорости бега.

Практика. Упражнения для развития быстроты. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка, препятствий. Переменный бег и с изменением направления.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседания с отягощением. Подскоки и прыжки после полуприседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением. Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх. Подвижные игры и т.д.

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Переменный бег. Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игровые упражнения, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Формы контроля: Педагогическое наблюдение. Текущее

5. *Технико-тактическая подготовка.*

Теория. Совершенствование спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки хоккеистов на траве. Классификация и терминология технических приемов. Способность быстрого переключения от атаки к обороне.

Практика. Высокая техника владения клюшкой и мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения и применения технических приемов в различных игровых ситуациях: ударов по мячу клюшкой и остановка мяча, ведение, обводки ложных движений, отбора мяча, основных технических приемов игры вратаря. Совершенствование понятия о стратегии, системе, тактике и стиле игры

Формы контроля: Педагогическое наблюдение. Текущее

6. Контрольные испытания и соревнования.

Практика. Участие в соревнованиях. Контрольное тестирование.

Формы контроля: промежуточный контроль, открытое занятие

7. Итоговое занятие

Практика. Заключительное занятие второго года обучения. Закрепление навыков. Подведение итогов работы в течение учебного года. Награждение победителей и призеров соревнований.

Формы контроля: промежуточный контроль.

Календарно-тематический план к рабочей программе педагога Искандырова А.А. объединение "Хоккей на траве" 2024-2025 учебный год

№ п/п	Т Е М А	Раздел УП	К-во часов	Дата план	Дата факт
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Охрана труда.	Вводное занятие. Охрана труда	2	03.09	
2	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви.	Теоретическая подготовка	2	05.09	
3	Ознакомление с понятием самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Закаливание на занятии ФКиС	Теоретическая подготовка	2	10.09	
4	Упражнения для развития качеств, необходимых при быстром старте	Специальная физическая подготовка	2	12.09	
5	Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта	Теоретическая подготовка	2	17.09	
6	Упражнения для развития качеств, необходимых для обыгрывания соперника	Специальная физическая подготовка	2	19.09	
7	Упражнения для развития прыгучести	Специальная физическая подготовка	2	24.09	
8	Общая физическая подготовка. Совершенствование стойки хоккеистов в движении	Общая физическая подготовка	2	26.09	
9	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико-тактическая подготовка	2	01.10	
10	Общеразвивающие упражнения в парах. Легкоатлетические упражнения	Общая физическая подготовка	2	03.10	
11	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико-тактическая подготовка	2	08.10	
12	Упражнения для развития качеств, необходимых для обыгрывания соперника	Специальная физическая подготовка	2	10.10	
13	Игра в хоккей на траве по правилам	Теоретическая подготовка	2	15.10	
14	Специальная физическая подготовка. Тактика игры	Специальная физическая подготовка	2	17.10	
15	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико-тактическая подготовка	2	22.10	
16	Спортивные и подвижные игры	Общая физическая подготовка	2	24.10	
17	Игра в хоккей на траве по правилам	Технико-тактическая подготовка	2	29.10	

18	Общая физическая подготовка. Ведение мяча	Общая физическая подготовка	2	31.10	
19	Акробатические упражнения	Общая физическая подготовка	2	05.11	
20	Броски по воротам. Тактика. Общая физическая подготовка	Общая физическая подготовка	2	07.11	
21	Игра в хоккей на траве по правилам	Теоретическая подготовка	2	12.11	
22	Пас, передача мяча. Комбинации. Общая физическая подготовка	Общая физическая подготовка	2	14.11	
23	Упражнения для развития навыков быстроты перемещений и быстроты ответных действий	Специальная физическая подготовка	2	19.11	
24	Игра в хоккей на траве по правилам	Теоретическая подготовка	2	21.11	
25	Общая физическая подготовка. Тактика игры команды	Общая физическая подготовка/ технико-тактическая подготовка	2	26.11	
26	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	Специальная физическая подготовка	2	28.11	
27	Игра в хоккей на траве по правилам	Контрольное испытание и соревнования	2	03.12	
28	Спортивные и подвижные игры с элементами футбола и баскетбола	Общая физическая подготовка	2	05.12	
29	Передачи в тройках с последующим ударом по воротам.	Специальная физическая подготовка	2	10.12	
30	Эстафета на ловкость	Общая физическая подготовка	2	12.12	
31	Развитие быстроты. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам	Общая физическая подготовка	2	17.12	
32	Упражнения для развития выносливости. Переменный бег. Игра в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	19.12	
33	Выполнение толчка с удобной и неудобной стороны, на месте и в движении	Специальная физическая подготовка	2	24.12	
34	Совершенствование остановки мяча с уступающим движением при сопротивлении	Специальная физическая подготовка	2	26.12	
35	Спортивные и подвижные игры	Общая физическая подготовка	2	09.01	
36	Круговая тренировка (развитие ССС и ДС)	Общая физическая подготовка	2	14.01	
37	Совершенствование ранее изученных способов ведения мяча. Игра в хоккей на траве	Технико-тактическая подготовка	2	16.01	
38	Совершенствование стойки хоккеиста и перемещений в ней. Бег с ускорениями, прыжками.	Специальная физическая подготовка	2	21.01	
39	Ведение мяча с торможениями и ускорениями Совершенствование толчка мяча	Специальная физическая подготовка	2	23.01	
40	Табата тренировка	Общая физическая подготовка	2	28.01	
41	Техника выполнения удара метлой. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	30.01	
42	Спортивные и подвижные игры	Общая физическая подготовка	2	04.02	
43	Совершенствование обманных движений. Развитие координационных способностей	Специальная физическая подготовка	2	06.02	
44	Упражнения для развития качеств, необходимые при быстром старте	Специальная физическая подготовка	2	11.02	
45	Общая физическая подготовка. (развитие	Общая физическая	2	13.02	

	ловкости)	подготовка			
46	Общая физическая подготовка.(развитие силы)	Общая физическая подготовка	2	18.02	
47	Отработка тактики игры в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	20.02	
48	Отработка техники игры в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	25.02	
49	Общая физическая подготовка. Игра в хоккей на траве с футбольным мячом	Общая физическая подготовка	2	27.02	
50	Игры, развивающие физические способности. Челночный бег	Общая физическая подготовка	2	04.03	
51	Эстафеты на закрепление технических приемов.	Специальная физическая подготовка	2	06.03	
52	Совершенствование ведения мяча с последующим ударом по воротам	Специальная физическая подготовка	2	11.03	
53	Игра в хоккей на траве	Технико- тактическая подготовка	2	13.03	
54	Эстафета на развитие выносливости. Отработка передач в парах	Общая физическая подготовка	2	18.03	
55	Отработка "прием-пас" в парах в движении против защитника	Технико- тактическая подготовка	2	20.03	
56	игра в хоккей на траве	Контрольное испытание и соревнования	2	25.03	
57	Выполнение " прием-пас" в тройках на месте. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	27.03	
58	Выполнение " прием-пас" в тройках в движении с последующим ударом по воротам	Специальная физическая подготовка	2	01.04	
59	Общая физическая подготовка. (развитие координационных способностей)	Общая физическая подготовка	2	03.04	
60	игра в хоккей на траве	Контрольное испытание и соревнования	2	08.04	
61	Эстафета на развитие выносливости. Отработка техники игры в хоккей на траве	Общая физическая подготовка	2	10.04	
62	Общая физическая подготовка. (развитие силы)	Общая физическая подготовка	2	15.04	
63	Выполнение отбора мяча в тройках	Специальная физическая подготовка	2	17.04	
64	игра в хоккей на траве	Контрольное испытание и соревнования	2	22.04	
65	Отработка техники игры в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	24.04	
66	Развитие скоростно-силовых способностей, прыжки. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	29.04	
67	Встречные эстафеты на закрепление технических приемов. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	06.05	
68	Ведение мяча с сопротивлением. Отбор мяча	Специальная физическая подготовка	2	13.05	
69	Специальная физическая подготовка. Игра в хоккей на траве	Специальная физическая подготовка	2	15.05	
70	Игра в хоккей на траве с футбольным мячом	Технико-тактическая подготовка	2	20.05	
71	Игра в хоккей на траве	Контрольное испытание и соревнования	2	22.05	
72	Итоговое занятие. Подведение итогов за год.	Итоговое занятие	2	27.05	
	всего		144		

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

. На этапе начальной подготовки: изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом; повысить уровень физической подготовленности; овладеть основами техники вида спорта «хоккей на траве»; получить общие знания об антидопинговых правилах; соблюдать антидопинговые правила; ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно-методические пособия	Система средств для обучения	Средства научной организации. Психолого-Педагогическое сопровождение
Сборник инструкций по технике безопасности. Материалы конференции. Центр физической культуры и здоровья детей. Санкт-Петербург, 2003-2008 Е.В.Федотова. Многолетняя подготовка юных спортсменов в хоккее на траве. Методические рекомендации, ФХТР, Москва, 2001. Программы по хоккею на траве для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, М.: «Физкультура, образование и наука», 2001г. Деркач А.А., Исаев А.А.	Методические таблицы: •Теоретические Сведения; •Техника исполнения. Методика преподавания. Мультимедийные материалы о спорте, спортсменах России.	Участие в городских и районных мониторингах по физической культуре. Периодические сообщения о: •пользе занятий физической культуры; •здоровом образе жизни. Работа по усовершенствованию концепции развития физической культуры Работа по тестовому Контролю Физическая культура. В.И.Лях, 2007 г. Организация спортивных праздников. Участие в соревнованиях.

Педагогическое мастерство тренера. –М.: Физкультура и спорт, 1981 Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность. Учебное пособие. –М.: Физкультура и спорт, 1981. Основы управления подготовкой юных спортсменов (Под ред. М.Я.Набатниковой). –М.: Физкультура и спорт, 1982. Современная система спортивной подготовки \ Под ред. Ф. П. Суслова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустина. – М.: «СААМ», 1995.		
--	--	--

Информационные ресурсы

Использование средств массовой информации – газеты, стенды, плакаты, объявления о результатах спортсменов, выполнение норм ГТО, спортивных разрядов. Социальные сети.

Список используемой литературы.

Методическая литература педагогов

11. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: Автореф. докт. дис. М., 1981. - 48 с
12. Волков Л.В. Система управления развитием физических способностей детей школьного возраста в процессе занятий физической культурой и спортом: Докт. дис. Киев, 1988. -297 с.
13. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх.-М.: ФиС, 1980. -127 с
14. Основы управления подготовкой юных спортсменов (Под ред. М.Я. Набатниковой) -М.: ФиС, 1982. - 280 с
15. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена. -Киев: Рад. школа, 1988. - 288 с.
16. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству: адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам. - М.: ФиС, 1986. - 158 с.
17. Дорохов А.Р. Развитие силовых качеств девочек 7-12 лет разных соматических типов и вариантов развития: Канд. дис. Малаховка, 1993

18. Дидактический материал по физическому воспитанию учащихся начальных классов и воспитанников дошкольных учреждений (в помощь учителям физической культуры и воспитателям дошкольных учреждений). Под ред. заслуженного учителя РФ Анисимова В.В. Московское городское физкультурно-спортивное объединение. М., 1993 – 53с.
19. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480с.
20. Быков В., Черепанов Л. Хоккей на траве. Москва. Физкультура и спорт. 1971г. 152с.

Методическая литература для родителей и обучающихся

11. Альберт Лейкин «Хоккей на траве самый молодой вид спорта в нашей стране. В 1980году мужская и женские сборные СССР дебютируют на ОИ». Серия: спорт в СССР. Авторская книга, первое издание М.: Физкультура и Спорт, 1979г.
12. Быков В, Черепанов Л. Хоккей на траве пособие для занятий с начинающими. Издательство: М; Физкультура и спорт 1971г.
13. Официальное руководство по хоккею на траве (классическая перепечатка). 2015г.
14. Хоккей с мячом; Хоккей на траве: справочник Х70/Сост. А.В. Комаров.-М.: Физкультура и спорт, 1979-207с.
15. Хоккей на траве для игроков, тренеров и судей. Издание 1957г.
16. Фильм «Боец» дата премьеры 02.02.2019г
17. Фильм «Легенда №17» дата премьеры 2017г
18. Фильм «Движение вверх» дата премьеры 2017г
19. Мультфильм «Олимпиада-80. Хоккей на траве». Премьера 1980г
20. Мультфильм «Бернард: Хоккей на траве» 2017г

Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки представлены в таблице

Приложение 1

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1	Бег на 30м	с	Не более		Не более	
			5,8	6,0	5,4	5,6
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее		Не менее	
			145	143	150	145
1.3	Челночный бег 10х5м	с	Не более		Не более	
			25	30	20	25
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1	Вис на согнутых руках	с	Не менее		Не менее	
			13	9	15	12