

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РОССИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. И. ПИРОГОВА»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России  
(Пироговский Университет)

**ИНСТИТУТ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ**

**«ОДОБРЕНО»**

Заместитель председателя цикловой  
методической комиссии института  
непрерывного образования и  
профессионального развития  
к. м. н., доцент Борщевская М.В.

«10» июня 2026 г.

Протокол заседания цикловой методической  
комиссии ИНОПР от «10» июня 2026 г. №11

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор института непрерывного  
образования и профессионального  
развития к.м.н., доцент Природова О.Ф.

«10» июня 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(физкультурно-спортивная направленность)**

**ПО ВИДУ СПОРТА «ХОККЕЙ»**

**Срок освоения: 400 академических часов**

**Форма обучения: очная**

**Москва, 2026**

Дополнительная общеобразовательная программа (направленность: физкультурно-спортивная) «Хоккей» обсуждена и одобрена на заседании Группы «Спортивный клуб» управление внеучебной деятельности обучающихся Института непрерывного образования и профессионального развития (далее ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет)).

Протокол заседания  
группы «Спортивный клуб» № 07-05 от 07.05. 20 26. г.

Руководитель группы  
«Спортивный клуб»

Смышляев К.А.  
Фамилия И.О.

  
подпись

Программа рекомендована к утверждению рецензентом:

Пахомов Владимир Игоревич Старший преподаватель кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры ИПМ ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова

Дополнительная общеобразовательная программа (направленность: физкультурно-спортивная) «Хоккей» (далее - Программа) разработана рабочей группой сотрудников группы «Спортивный клуб» ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет), Руководитель группы «Спортивный клуб» Смышляев Кирилл Алексеевич

**Состав рабочей группы:**

<b>№№</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Учёная степень, звание</b>	<b>Занимаемая должность</b>	<b>Место работы</b>
1.	Смышляев Кирилл Алексеевич	К.пед.н.	Руководитель группы «Спортивный клуб»	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет)
2.	Кириллов Алексей Владимирович		Специалист по спортивной работе группы «Спортивный клуб»	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет)
3.	Царегородцев Павел Максимович		Тренер по хоккею	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет)

## **Глоссарий**

ДО - дополнительное образование;

ДОП – дополнительная общеобразовательная программа;

УП - учебный план

# **КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ**

## **1. Общая характеристика Программы**

- 1.1. Краткая аннотация
- 1.2. Нормативно-правовая основа разработки программы
- 1.3. Категории обучающихся
- 1.4. Цель реализации программы
- 1.5. Ожидаемые результаты обучения

## **2. Содержание Программы**

- 2.1. Учебно-тематический план
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Рабочие программы модулей
- 2.4. Оценка качества освоения программы

## **3. Ресурсное обеспечение Программы**

- 3.1. Материально-технические условия
- 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение
- 3.3. Кадровые условия
- 3.4. Организация образовательного процесса

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

## **1.1 Краткая аннотация**

ДОП «Хоккей» предназначена для обучающихся Пироговского университета достигших 16-летнего возраста, без предъявления требований к образованию качественно обучаться играть в хоккей.

ДОП «Хоккей» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность ДОП «Хоккей»:

Игровые виды спорта и, в частности, хоккей всегда были востребованы.

Хоккей – это красивая командная игра, способная развивать не только человеческие качества, но и целый комплекс физических способностей и навыков. Ключевыми аспектами актуальности программы являются: физическое здоровье способствует профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, улучшает работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивает выносливость, координацию и ловкость. Программа направлена на удовлетворение потребностей обучающихся Пироговского университета качественно обучаться играть в хоккей.

## **1.2 Нормативная правовая основа разработки Программы**

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 75;

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года №629;

– Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утверждено постановлением Правительства РФ от 11 октября 2023 года N 1678);

– Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

– Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р);

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

– Лицензия Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки на осуществление образовательной деятельности федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации (ФГАОУ ВО РНИМУ ИМ. Н.И. ПИРОГОВА МИНЗДРАВА РОССИИ (ПИРОГОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ)) от 07 октября 2024 года, регистрационный № ЛО35-00115-77/00096954.

### **1.3 Категории обучающихся**

ДОП предназначена для обучающихся в возрасте от 16 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям Хоккеем.

Зачисление на обучение по общеобразовательной программе дополнительного образования «Хоккей» осуществляется по личному желанию обучающегося, при этом сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и/или СФП не предусмотрена.

### **1.4 Цель реализации программы**

ДОП направлена на формирование и развитие творческих способностей, обучающихся; удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени.

**Цель программы:** физическое развитие и приобщение обучающихся к нравственным спортивным ценностям посредством обучения игре в хоккей.

#### **Задачи программы:**

##### **обучающие:**

- формировать основы знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать элементарные знания в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в частности хоккеем;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях хоккеем;

##### **развивающие:**

- развить тактические навыки и умения игры;
- развить физические и специальные качества;
- укрепить здоровье;
- расширить функциональные возможности организма;

##### **воспитательные:**

- формировать организаторские навыки и умения действовать в

коллективе;

- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

### 1.5. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы у обучающихся формируются и совершенствуются следующие общие компетенции (ОК):

Результаты	Описание результатов
<b>Предметные:</b> будет	Знать: историю развития хоккея в мире и в России; о методике организации самостоятельных занятий по хоккею; методику составления упражнений направленных на развитие физических качеств и правила их тестирования; основы здорового образа жизни, гигиены, анатомии и физиологии человека; причины травматизма и правила безопасности во время занятий хоккеем; правила соревнований по хоккею; место Хоккея в системе физического воспитания; развитие и современное состояние хоккея в мире и у нас в стране.
	Уметь: организовать самостоятельные занятия хоккеем, а также с группой товарищей; выполнять требования по общей физической подготовке; выполнять требования по специальной физической подготовке; выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами хоккеем; владеть техническими и тактическими приемами хоккеем; играть в хоккей с соблюдением правил; участвовать в соревновательной деятельности по хоккею.
	Иметь: представление о правилах и тактике игры в хоккей.
	Понимать: правила и тактику игры в хоккей.
	Применять полученные знания на практике при игре в хоккей.
<b>Межпредметные:</b> научится	Организовывать и проводить: тренировочное занятия
	Планировать свою деятельность труда и отдыха в тренировочном процессе;
	Определять цель тренировочной программы;
	Оценивать функциональное и эмоциональное состояние;
	Представлять информацию о своем физическом состоянии;
	Слушать и понимать требования тренера и партнеров по команде;
Участвовать в парной (групповой, командной) работе в ходе тренировочного и соревновательного процесса;	

<b>Личностные:</b> будут сформированы	Мотивация к систематическим занятиям по хоккею;
	Познавательный интерес к теории и истории по хоккею
	Чувства дружбы, товарищества, взаимопомощи; чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества;
	Ориентация на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
	Способность к развитию основных физических качеств и повысить функциональные возможности организма; повысит сопротивляемость организма к заболеваниям; преодолевать усталость, боль; выработает устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.
	Самооценка личного физического состояния.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1 Учебно-тематический план

дополнительной общеобразовательной программы  
«Хоккей» 400 академических часа; форма обучения очная.

№ п/п	Наименование раздела (модуля),	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1.	Введение	<b>1</b>	1	0	беседа
2.	Теоретическая подготовка	<b>5</b>	5	0	беседа
3.	Общая физическая подготовка	<b>78</b>	1	77	диагностика
4.	Специальная физическая подготовка	<b>135</b>	1	134	диагностика
5.	Технико-тактическая подготовка	<b>135</b>	1	134	диагностика
6.	Соревновательная деятельность	<b>40</b>	0	40	соревнования
7.	Контрольные занятия	<b>5</b>	1	4	аттестация промежуточная и итоговая
8.	Итоговое занятие	<b>1</b>	1	0	Оценка уровня физической подготовки
<b>Всего по программе</b>		<b>400</b>	11	389	

### 2.2 Календарный учебный график

Учебные занятия проводятся в течение 40 учебных недель, 3 занятия в неделю по 2 часа: занятия проводятся очно согласно утвержденного расписания образовательной организации, в которой реализуется данная программа.

### 2.3 Рабочие программы учебных модулей

#### 1. Введение.

Теоретическая часть. Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности. Тренировочный режим. Спортивная форма для занятий хоккеем. Выбор капитана. История развития хоккея. Ознакомление с календарем соревнований текущего года обучения. Организация медицинского контроля, его значимость и сроки проведения.

Практическая часть. Ознакомление с местами проведения занятий.

Подвижные и спортивные игры.

## **2. Теоретическая подготовка (реализуется в рамках практических занятий)**

Теоретическая часть. Гигиенические знания и навыки. Правила закаливание. Режим дня и питание спортсмена. Правила игры в хоккей. Роль капитана команды, его права и обязанности. Площадка для игры в хоккей, её устройство, разметка. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм. История развития хоккея в России. Значение и место хоккея в системе физического воспитания. Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Система соревнований для обучающихся. Чемпионаты, первенства России. Строение и функции организма человека. Гигиенические знания и навыки. Основы и методы закаливания. Режим и питание спортсмена. Врачебный контроль и самоконтроль. Физиологические основы спортивной тренировки. Общая и специальная физическая подготовка хоккеиста. Техническая подготовка. Тактическая подготовка. Воспитание морально-волевых качеств спортсмена.

Психологическая подготовка. Организация и проведение соревнований. Системы проведения соревнований, их особенности. Протокол соревнований. Судьи и их обязанности. Места занятий, оборудование и инвентарь. Правила безопасности во время занятий хоккеем. Профилактика травматизма во время занятий хоккеем.

## **3. Общая физическая подготовка**

Теоретическая часть. Понятия «Упражнение и система упражнений общей физической подготовки». Классификация упражнений по направленности воздействия. Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей.

Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей. Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем, и воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в тренировочных занятиях с юными хоккеистами. Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой, индивидуальные занятия.

Практическая часть.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Выполнение упражнений на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы. Упражнения для формирования правильной осанки. В различных исходных положениях – наклоны, повороты, вращения. В положении лёжа – поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением в парах: повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, перетаскивание, приседания, переноска партнёра на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами: поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперёд и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе. Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию движений. Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 400, 500, 800 м. Кросс от 1000 до 3000 м, 6- и 12-минутный бег. Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Многоскоки. Пятикратный прыжок с места. Метание малого мяча на дальность и в цель.

Участие в спортивных играх: ручной мяч.

#### **4. Специальная физическая подготовка**

Теоретическая часть. Влияние СФП на развитие двигательных способностей. Основные средства специальной физической подготовки. Основные физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость. Значение специальных физических качеств в формировании двигательных навыков и умений.

Практическая часть. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. Неспецифические. Рывки по сигналу на 5 – 10 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком, спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, из положения сидя, лёжа, из медленного бега, подпрыгивания, бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров»,

«Рывок за мячом» и т. п.

Специфические.

Упражнения для развития дистанционной скорости.

Неспецифические.

Упражнения на развитие абсолютной силы мышц, скоростно-силовых способностей и мощности, специальных силовых способностей полевых игроков, быстроты простой и сложной реакции, стартовой скорости, дистанционной скорости, быстроты тормозных движений, быстроты выполнения технических приемов игры, быстроты переключения от одного действия к другому.

Специальных скоростных способностей полевых игроков: скоростной выносливости, силовой выносливости, скоростно-силовой выносливости и мощности, общей (аэробной) выносливости, специальной выносливости полевых игроков.

Специальных координационных способностей и технической подготовленности полевых игроков: бег на коньках скрестным шагом, смена направления движения на коньках, исполнения виражей на коньках, переходов с бега на коньках лицом вперед на бег спиной вперед и наоборот, скоростная техника владения клюшкой и шайбой, техники торможений и способности к быстрой смене направлений движений, точности бросков и передачи шайбы.

Упражнения на развитие специальных скоростных способностей вратарей, быстроты реакции вратаря, скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях вратарей, специальной выносливости вратарей, специальных координационных способностей вратарей и в их комплексном проявлении.

Техника владения клюшкой и шайбой: броски и удары, подправление, ведение, обводка, передачи, остановка, прием, вбрасывание.

Силовое единоборство: отбор клюшкой, плечом, грудью, бедром.

Групповые тактические действия: страховка, взаимодействие с вратарем, переключение, спаренный отбор.

Тактика игры в неравенстве: в большинстве, меньшинстве. Стратегия и различные системы игры.

## **5. Тактическая подготовка**

Теоретическая часть. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра. Индивидуальные и групповые тактические действия. Индивидуальные действия без шайбы. Правильное расположение на хоккейной площадке. Умение ориентироваться, реагировать

соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения шайбы. Индивидуальные действия с шайбой. Целесообразное использование изученных способов бросков по воротам. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков

#### **6. Соревновательная деятельность.**

Теоретическая часть. Инструктаж по технике безопасности во время проведения и участия в соревнованиях по хоккею. Правила поведения во время соревнований, отношения к соперникам и судьям соревнований.

Установка на игру. Анализ проведенных игр. Обсуждение результатов соревновательной деятельности.

Практическая часть. Участие в соревнованиях различного уровня.

#### **7. Промежуточная аттестация.**

Теоретическая часть. Методика выполнения тестовых упражнений, количество попыток, исходные положения. Техника безопасности во время выполнения тестовых упражнений.

Практическая часть. Разминка. Сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и СФП, ТТП. Итоговая аттестация.

#### **8. Итоговое занятие.**

Теоретическая часть. Подведение итогов учебного года, вручение грамот, дипломов по результатам соревновательной деятельности года обучения. Объявление итогов промежуточной и итоговой аттестации. Задание для самостоятельных заданий на летний

### **2.4 Оценка качества освоения программы**

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера дополнительного образования. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления учебно-тренировочной деятельностью.

Управление учебно-тренировочной деятельностью охватывает три стадии:

- сбор информации;
- анализ накопленной информации;
- планирование учебно- тренировочной деятельности.

На каждом этапе подготовки в рамках годового цикла периодически необходимо:

- собирать и анализировать информацию о физическом состоянии и технико- тактическом мастерстве каждого обучающегося, психологическом состоянии, о тренировочных нагрузках и т. п.;
- сопоставлять информацию о применяемых тренировочных нагрузках с результатами, показанными обучающимися в соревновательной деятельности и тестировании.

В процессе такого сопоставления определяется, какая тренировочная нагрузка оказала наибольшее влияние на совершенствование того или иного физического качества обучающегося, достаточным ли оказался объем того или иного вида нагрузки, насколько оптимально соотношение объема и направленности разных видов нагрузки и т.п.

Точность ответа на поставленные вопросы будет зависеть от классификации и способов измерения тренировочных нагрузок, применяемых в образовательной деятельности обучающихся.

Если выбраны не информативные характеристики, объективно оценить тренировочную нагрузку не удастся. В этом случае нельзя эффективно управлять учебно-тренировочной деятельностью.

Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:

проверяются и оцениваются результаты усвоения материала на тренировочных занятиях.

объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данного года обучения.

выявление уровня освоения обучающимся, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам.

**Формой контроля** является мониторинг по общей физической, специальной и технико-тактической подготовке. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения.

Мониторинг проводится дважды в год в конце первого полугодия - промежуточный контроль и в конце учебного года - диагностика уровня подготовленности.

Результаты мониторинга заносятся в протокол и обрабатываются в электронном виде.

### **Шкала оценки уровня физической подготовленности обучающихся по программе «Хоккей» Общая физическая подготовка**

возраст	уровень	ОФП		
		Бег 30 м. (сек)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Прыжок в длину с места (см)

<b>Мужчины</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			
<b>Девушки</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			

### Специальная физическая подготовка

возраст	уровень	СФП		
		Бег на коньках 20 м, с.	Змейка без шайбы	Обманные движения в змейке с шайбой
<b>Мужчины</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			
<b>Девушки</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			

### Технико-тактическая подготовка

возраст	уровень	ТТ		
		Обыгрыш 1 в 1	Выход из зоны с диагональной передачей	Вход в зону 2 в 1
<b>Мужчины</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			
<b>Девушки</b>	<i>Высокий</i> <i>Средний</i> <i>Низкий</i>			

Итоговая аттестация (итоговый мониторинг) обучающихся по программе «хоккей» проводится с целью определения соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам.

## 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 3.1 Материально-технические условия

3.1.1 Перечень помещений Университета и/или медицинской организации, предоставленных структурному подразделению для образовательной деятельности:

№№	Наименование ВУЗА, учреждения здравоохранения, адрес	Вид занятий	Этаж, кабинет
1	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова (Пироговский Университет), ул. Островитянова д.1 стр. 2/ Спортивный комплекс «Остров» ул. Островитянова	Практика	Ледовая арена «Остров»

	д. 10		
2	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова (Пироговский Университет), ул. Островитянова д.1 стр.2	Теория	Аудитория № 27
3.	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова (Пироговский Университет), ул. Островитянова д.1 стр. 2/ Спортивный комплекс «Остров» ул. Островитянова д. 10	Практика, Итоговое занятие	1 этаж, Большой зал Ледовая арена «Остров»

3.1.2 Перечень используемого для реализации Программы медицинского оборудования и техники:

№№	Наименование оборудования, техники, аппаратуры, технических средств обучения и т.д.
1.	Хоккейная площадка и/или спортивный зал, площадь которых должна быть не менее 4 м <sup>2</sup> на одного занимающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 метров
2.	комната для переодевания
3.	ворота для хоккея
4.	скакалки, 20 штук
5.	шайбы хоккейные - 20 штук
6.	Канистра для шайб -1 штука
7.	комплект фишек - 30 штук (трех разных контрастных цветов)
8.	рулетка 3 м.- 1 штука
9.	тренировочные манишки -20 штук
10.	Секундомер
11.	Свисток
12.	планшет магнитный

## 3.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение

### 3.2.1 Литература

№№	Основная литература
1.	Ишматов Р.Г. Тактическая подготовка хоккеистов. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей): учеб. пособие НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. 2014 год. — 144 стр.
2.	Волков В.С. Подготовка вратарей. Этап специализации учеб. пособие НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. 2014 год. — 140 с.
	<b>Дополнительная литература</b>
3.	Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте: монография 3-е изд. М: Советский спорт, 2013 год. — 214 с.
4.	Ишматов Р.Г. Построение учебно-тренировочного процесса для

	хоккеистов различной квалификации: учеб. пособие НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. 2011 год. — 220 с.
--	---

### 3.2.2 Информационно-коммуникационные ресурсы

<b>№№</b>	<b>Наименование ресурса</b>	<b>Электронный адрес</b>
1.	Федерация Хоккея России	<a href="https://fhr.ru/">https://fhr.ru/</a>

### 3.3 Кадровые условия

Реализация Программы обеспечивается научно-педагогическими работниками группы «Спортивный клуб».

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющего профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

## Приложение 1.

### Учебно-методическое обеспечение программы

Программа предусматривает применение различных приемов и методов организации образовательной деятельности:

- обучение проходит в очной форме на русском языке; используется метод:
- словесный: объяснение, беседа, рассказ;
- наглядный: показ тренером, обучающимся, работа по образцу, показ видеоматериалов;
- практический: тренировочные упражнения, контрольно-тестовые упражнения, учебные игры.

Учебный материал программы составлен для занимающихся хоккеем и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, формирование практических умений и навыков.

При реализации программы используются следующие *формы организации занятий*:

- учебно-тренировочные занятия,
- соревнования,
- открытые занятия,
- турниры,
- учебные игры,
- дидактические материалы.

#### Подготовка к занятию и его проведение.

Готовясь к занятию, тренер должен, прежде всего, определить его задачи, содержание, необходимый инвентарь. Рекомендуется составлять подробный конспект с указанием дозировки выполнения упражнений, размещения занимающихся, предопределяя возможные ошибки и пути их исправления. Важным условием правильной организации тренировки является четко продуманное размещение обучающихся и расположение мини-игровых площадок с учетом размеров спортивного зала. Во время проведения занятия тренер должен разумно сочетать показ упражнений с объяснением, особенно при освоении новых движений.

Обучение и техническая подготовка

#### Этапы обучения.

Процесс обучения может быть условно разделен на 3 этапа.

- 1- й этап – создание предварительного представления о разучиваемом движении,
- 2- й этап – *углубленное* разучивание
- 3- й этап – совершенствование.

Создание предварительного представления опирается на следующие методы:

1. Показ упражнения, с помощью которого создается в первую очередь зрительный образ движения.
2. Предварительное ознакомление с движением – его первичное,

пробное исполнение.

Из числа перечисленных методов и приемов наиболее важную роль играют *показ* и *объяснение*. Показ осуществляется педагогом дополнительного образования. К показу предъявляются следующие требования: точность и соответствие данному этапу освоения двигательного действия. *Разучивание*. Создание предварительного представления о движении постепенно переходит в этап разучивания. По мере формирования в целом представления о разучиваемом движении переходят к процессу совершенствования.

*Совершенствование движения* – наиболее трудоемкий этап. Совершенствование продолжается на протяжении всего периода обучения

### Учебно-методическое обеспечение:

№п/п	Тема	Форма организации занятий	Методы и приемы.	Использованные материалы	Формы подведения итогов
1	ОФП	Беседа, практическое, контрольное занятие, диагностика	<b>Методы:</b> Словесный, наглядный, практический. <b>Приемы:</b> Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	<b>Оборудование:</b> Шведские стенки, скамейки гимнастические, эспандеры. <b>Методические материалы:</b> Журналы, картинки, карточки	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
2	СФП	Инструктаж, практическое, контрольное занятие, игровое занятие, учебно- тренировочное занятие	<b>Методы:</b> Словесный, наглядный, практический. <b>Приемы:</b> Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	<b>Оборудование:</b> Гимнастические маты, гимнастическая стенка, скакалки, гимнастическая скамейка тренажерный зал <b>Методические материалы:</b> Журналы, картинки, видеозаписи.	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
3	Технические элементы	Рассказ, практическое занятие, комбинированное занятие, контрольное занятие.	<b>Методы:</b> Словесный, наглядный, практический, работа по образцу <b>Приемы:</b> Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	<b>Оборудование:</b> Клюшки, шайбы ворота, стойки, фишки, кубики др. <b>Методические материалы:</b> Журналы, картинки, видеозаписи	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация

4	Соревновательная подготовка	Беседа, инструктаж, интегральная подготовка, соревнование	<p><b>Методы:</b> Словесный, наглядный, практический.</p> <p><b>Приемы:</b> Объяснение, демонстрация, выполнение практических упражнений</p>	<p><b>Оборудование:</b> Клюшки, шайбы, ворота.</p> <p><b>Методические материалы:</b> видеозаписи, схемы, таблицы</p>	Обсуждение, обобщение знаний, анализ.
5	Подвижные игры	Инструктаж, игровое занятие	<p><b>Методы:</b> Соревновательно - игровой, словесный</p> <p><b>Приемы:</b> Объяснение, демонстрация.</p>	<p><b>Оборудование:</b> Мячи, шайбы, клюшки кегли, кубики, инвентарь для подвижных игр.</p> <p><b>Методические материалы:</b> карточки.</p>	Обсуждение.
7	Контрольные занятия	Беседа, инструктаж, практическое занятие,	<p><b>Методы:</b> соревновательно-игровой, практический.</p> <p><b>Приемы:</b> Объяснение, демонстрация, моделирование соревнований</p>	<p><b>Оборудование:</b> Стойки, конусы, столы, рулетка, ракетки, секундомер, ворота, клюшки, шайбы</p> <p><b>Методические материалы:</b> Видеозаписи (учебные, соревнования), иллюстрации</p>	обсуждение, обобщение знаний и умений