# Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по виду спорта «Хоккей» (базовый уровень)

Хоккей- командная спортивная игра на льду. Популярность хоккея объясняется притягательностью его как зрелища, динамичностью и яркостью впечатлений. Одновременно, он является настоящей школой мужества, проявления ума и уникальной технической, физической и др. подготовленности.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Актуальность –** возрождение и развитие хоккея в своём районе участие в районных и краевых соревнованиях, пропаганда здорового образа жизни, провождение досуга в зимнее время года, привлечение младших школьников для обучения игры в хоккей с шайбой.

**Педагогическая целесообразность –** самое главное в этом определении создать гармоничное развитие растущего организма, т. е. весь тренировочный процесс педагогически и психологически должен выстраиваться правильно; преемственность, доступность, отсутствие форсирования, переход от простого к сложному для любого возраста.

**Адресат программы**

Программа рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 8 до 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям. В процессе всего периода занятий по программе необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить организацию контроля за состоянием здоровья, подготовленностью обучающихся и их физическим развитием.

Прием детей осуществляется на основании заявления родителей и медицинской справки.

**Цель программы**: формирование и сохранение физического здоровья подрастающего поколения, социальная адаптация каждого ребенка в коллективе сверстников и в обществе в целом средствами лыжного спорта, используя дисциплину лыжные гонки.

### Задачи обучающие:

- создать представления о хоккее, как о спорте, историю возникновения, пути развития

**-**обучить терминологии дисциплины;

* обучить элементам техники игры;

- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

* обучить правильно использовать полученные навыки в досуговой деятельности;
* научить правилам безопасности во время занятий;

### развивающие:

* способствовать развитию физических качеств;
* укрепить здоровье;
* расширить функциональные возможности организма;
* развитие познавательных процессов в области хоккея;
* развитие мышления, памяти, внимания, воображения;
* развитие умений эффективности решения проблемных ситуаций и выхода
* из непредвиденной ситуации;
* развитие коммуникативных навыков, работа в команде;

### воспитательные:

* воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности юных спортсменов;
* воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
* воспитать черты спортивного характера;
* формировать потребность к ведению здорового образа жизни;
* воспитание личности, мотивированной на физическое саморазвитие;
* привить способность соблюдения требований и следование правилам как спортивных, так и общепринятых социальных.

**Параметры организации образовательного процесса**

|  |
| --- |
| **Показатели учебной нагрузки**Базовый уровень (42 недели) |
| Срок обучения | 1 год обучения | 2 год обучения | 3 год обучения |
| Возраст  | от 8 до 18 лет |
| Число обучающихся в группе | 12-20 чел |
| Количество часов в неделю | 4 ч/нед | 6 ч/нед | 6 ч/нед |
| Общее количество часов в год | 168ч | 252ч | 252ч |
| Количество занятий в неделю | 2 | 3 | 3 |
| Общее количество занятий в год | 84 | 126 | 126 |

* **Срок реализации программы:** 3 года, форма обучения – очная.
* **Режим занятий:** Занятия проходят в 1-ый год обучения 2 раза в неделю по 2 часа или 3 раза в неделю по 2 часа (2 и 3 год обучения).
* Занятие - академический час 45 минут, организационные моменты – 5 минут, проветривание помещения - 10 минут.

## Планируемые результаты освоения программы.

 **В результате освоения программы**

**обучающиеся будут знать:**

1. Историю развития хоккея с шайбой в России
2. Краткие сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека.
3. Значение гигиены, режима дня, закаливания, врачебного контроля, самоконтроля обучающегося.
4. Организацию занятий физическими упражнениями, техники безопасности, инвентаря, спортивной одежды обучающегося.
5. Краткие сведения о технике хоккея. Особенности травматизма в хоккее с шайбой
6. Анализ выполнения технических приемов и их применения в конкретных игровых ситуациях

## обучающиеся будут уметь:

1. Выполнять упражнения с шайбой. Выполнять различные упражнения для ОФП, СФП
2. Уметь владеть клюшкой.
3. Выполнять различные торможения на коньках.
4. Выполнять различные приемы клюшкой при передаче шайбы игроку.
5. Выполнять контрольные нормативы.
6. Уметь играть в команде.
7. Уметь вести себя в соревновательной деятельности.

## Метапредметные результаты освоения программы:

- будет уметь определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- будет уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

- сможет объективно оценивать результаты собственного труда;

- будет иметь понятия о роли игры в укреплении здоровья;

- сможет рационально распределять свое время в режиме дня;

- будет уметь вести наблюдение за показателями своего физического развития.

**Личностные (социально-личностные)  компетенции:**

- будет воспитана дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

- будет сформировано умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях, умение оказывать помощь своим сверстникам.

**Формы текущего контроля** – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

**Формы итоговой аттестации** - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.