

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Замурий Нина Владимировна
Должность: Заместитель директора по учебно-
спортивной и воспитательной работе
Дата подписания: 09.09.2024 10:50:51
Уникальный программный ключ:
d51a610db724b206c742aed9124f082f100683a8

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное учреждение
Профессиональная образовательная организация
«Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею»
(ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»

_____ **Е.А.Крошева**
« ____ » _____ **2023 г.**

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
- ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Наименование программы: «Теория и методика подготовки юных хоккеистов в спортивных школах».

Категория слушателей: тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты

Объём: 72 часа

Форма обучения: электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий

Ярославль, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	4
1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы.....	4
1.2. Область применения программы	4
1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)	4
1.4. Цель и задачи программы	4
1.5. Планируемые результаты освоения программы	6
1.6. Форма обучения	7
1.7. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы	7
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	8
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	9
4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ	12
5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	16
5.1. Материально-техническое обеспечение	16
5.2. Информационное обеспечение обучения	16
5.3. Организация образовательного процесса	17
5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса	18
6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.....	18

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа повышения квалификации «Теория и методика подготовки юных хоккеистов в спортивных школах» (далее – Программа) адресована тренерам-преподавателям, инструкторам-методистам организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по виду спорта «хоккей».

Программа разработана на основе:

- профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 952н;
- федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», утвержденным приказом Министерства спорта России от 16 ноября 2022 г. № 997;
- нормативных и методических документов, регламентирующих организацию и осуществление образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Реализация Программы позволит совершенствовать методическую подготовленность тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «хоккей».

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки Программы.

Нормативно-правовую основу разработки Программы составляют:

- Федеральный закон №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

1.2. Область применения Программы.

Настоящая Программа предназначена для повышения квалификации работников организаций, участвующих в реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в части формирования (совершенствования) профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся.

1.3. Требования к слушателям (категории слушателей):

К освоению программы допускаются лица, имеющие:

- среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области физической культуры и спорта;
- среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области педагогики с направленностью «физическая культура»;
- высшее образование в области физической культуры и спорта или педагогики с направленностью «физическая культура».

1.4. Цель и задачи Программы.

Цель Программы – формирование (совершенствование) у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся.

Задачи Программы:

- формирование и углубление знаний в области организации учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов и развития физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки;

– формирование умений применять полученные знания в учебно-тренировочном процессе.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы.

Профессиональные компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
ПК 1. Определять содержание и организовывать учебно-тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки	-определения содержания учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки на основе учета факторов, влияющих на эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов	- определять цель, задачи учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах спортивно-оздоровительного этапа; этапа начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа и этапа совершенствования спортивного мастерства -определять средства, методы спортивной подготовки при организации учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах спортивно-оздоровительного этапа; этапа начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа и этапа совершенствования спортивного мастерства; - учитывать факторы, влияющие на эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов при определении содержания учебно-тренировочного процесса	- факторы, определяющие эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов; - цель, задачи и основные принципы спортивной подготовки юных хоккеистов - особенности содержания и организации учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах спортивно-оздоровительного этапа; этапа начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа и этапа совершенствования спортивного мастерства;
ПК 2. Определять содержание и организовывать учебно-тренировочный процесс по ОФП и СФП на разных	- определения содержания учебно-тренировочного процесса по ОФП и СФП на разных этапах	- определять средства и методы общей и специальной физической подготовки юных хоккеистов в группах спортивно-оздоровительного	- понятие, классификация физических способностей - режимы тренировки при развитии физических способностей; - факторы, определяющие развитие

этапах спортивной подготовки	спортивной подготовки на основе учета факторов, влияющих на эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов	этапа; этапа начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа и этапа совершенствования спортивного мастерства	физических способностей; -средства и методы развития физических способностей; -основы современной методики направленного развития физических способностей; у юных хоккеистов; -возрастные особенности проявления физических способностей.
------------------------------	---	---	---

1.6. Форма обучения: электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий.

1.7. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы: удостоверение о повышении квалификации.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование компонентов (модулей) программы	Обязательные аудиторные учебные занятия (час.)			Консультации	Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа (час.)	Итоговая аттестация ¹	Всего по модулю
	Всего, в том числе:	лекции	практические занятия				
Модуль 1. Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов	12	8	4	-	2	2	16
Модуль 1. Направленное развитие физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки	40	28	12	-	10	2	52
Итоговая аттестация ²						4	4
Итого:	52	36	16	-	12	8	72

¹ Итоговая аттестация по модулям осуществляется в форме тестирования

² Итоговая аттестация по курсу осуществляется в форме экспертной оценки практических работ

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование тем модуля	Лекции, СР, консультации														
		1 неделя			2 неделя			3 неделя			4 неделя			5 неделя		
		Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР
Модуль 1. Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов																
1.	Тема 1.1. Факторы, определяющие эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов	1														
2.	Тема 1.2. Подготовка детей в спортивно-оздоровительных группах по хоккею	1														
3.	Тема 1.3. Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах начальной подготовки в группах начальной под подготовки	2	2	4												
4.	Тема 1.4. Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах учебно-тренировочного этапа	2														
5.	Тема 1.5. Содержание и организация учебно-	2														

№ п/п	Наименование тем модуля	Лекции, СР, консультации														
		1 неделя			2 неделя			3 неделя			4 неделя			5 неделя		
		Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР
	тренировочного процесса юных хоккеистов в группах этапа совершенствования спортивного мастерства															
6	Контроль по модулю 1			2												
Модуль 2. Направленное развитие физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки																
1	Тема 2.1. Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов				6	2	2									
2.	Тема 2.2. Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов				4	1		2	1	3						
3.	Тема 2.3. Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов							6				2	2			
4.	Тема 2.4. Направленное развитие координационных способностей юных хоккеистов										6	2				3

№ п/п	Наименование тем модуля	Лекции, СР, консультации														
		1 неделя			2 неделя			3 неделя			4 неделя			5 неделя		
		Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР	Л	СР	ПР
5	Тема 2.5. Направленное развитие гибкости юных хоккеистов										2			2	2	2
6	Контроль по модулю 2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
		8	2	6	10	3	2	8	1	3	8	4	2	2	2	7
Итоговая аттестация		-	-	-										4		
ИТОГО		16			15			12			14			15		

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование модуля	Содержание учебного материала, практические занятия, внеаудиторная учебная работа обучающихся		Объем часов
1	2		3
Модуль 1. Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов			16
Тема 1.1. Факторы, определяющие эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов	Содержание	Уровень освоения	1
	1. Система спортивной подготовки юных хоккеистов 2. Цель, задачи и основные принципы спортивной подготовки юных хоккеистов 3. Особенности учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов		2
	Тематика учебных занятий		1
	Лекция 1. Факторы, определяющие эффективность спортивной подготовки юных хоккеистов		1
Тема 1.2. Подготовка детей в спортивно-оздоровительных группах по хоккею	Содержание	Уровень освоения	1
	1. Цель и задачи спортивной подготовки в спортивно-оздоровительных группах по хоккею 2. Особенности применения средств, методов спортивной тренировки и планирования нагрузки в спортивно-оздоровительных группах по хоккею		2
	Тематика учебных занятий		1
	Лекция 2. Подготовка детей в спортивно-оздоровительных группах по хоккею		1
Тема 1.3. Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах начальной подготовки	Содержание	Уровень освоения	2
	1. Цель и задачи спортивной подготовки в группах начальной подготовки по хоккею 2. Особенности применения средств, методов спортивной тренировки и планирования нагрузки в группах начальной подготовки по хоккею		2
	Тематика учебных занятий		2
	Лекция 3 Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах начальной подготовки		2

Тема 1.4. Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах учебно-тренировочного этапа	Содержание	Уровень освоения	2
	1. Цель и задачи спортивной подготовки в группах учебно-тренировочного этапа по хоккею 2. Особенности применения средств, методов спортивной тренировки и планирования нагрузки в группах учебно-тренировочного этапа по хоккею	2	
	Тематика учебных занятий		2
	Лекция 4 Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах учебно-тренировочного этапа		2
Тема 1.5. Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах этапа совершенствования спортивного мастерства	Содержание	Уровень освоения	2
	1. Цель и задачи спортивной подготовки в группах этапа совершенствования спортивного мастерства по хоккею 2. Особенности применения средств, методов спортивной тренировки и планирования нагрузки в группах этапа совершенствования спортивного мастерства по хоккею	3	
	Тематика учебных занятий		2
	Лекция 5 Содержание и организация учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов в группах этапа совершенствования спортивного мастерства		2
ПЗ 1 Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов			4
Контроль по М.1 (тест).			2
Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов			2
Внеаудиторная самостоятельная работа при изучении модуля (СР 1):			2
Подготовка к контролю по М.1			2
Модуль 2. Направленное развитие физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки			52
Тема 2.1. Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов	Содержание	Уровень освоения	10
	1. Режим тренировки силовых способностей. Факторы, определяющие развитие силы. Взаимосвязь между различными видами силовых способностей. 2. Средства и методы развития силовых способностей. Основы современной методики направленного развития силовых способностей у юных хоккеистов.	2	

	3. Возрастные особенности проявления силовых способностей.		
	Тематика учебных занятий		10
	Лекция 6 Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов		6
	ПЗ 2. Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов		2
	СР 2. Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов		2
Тема 2.2. Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов	Содержание	Уровень освоения	11
	1. Формы проявления скоростных способностей. 2. Средства и методы направленного развития скоростных способностей. Основы современной методики направленного развития скоростных способностей у юных хоккеистов. 3. Возрастные особенности развития скоростных способностей.	2	
	Тематика учебных занятий		11
	Лекция 7 Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов		6
	ПЗ 3. Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов		3
	СР 3. Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов		2
	Тема 2.3. Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов	Содержание	Уровень освоения
1. Классификация выносливости по отношению к физическому утомлению. Зоны мощности работы при направленном развитии выносливости. 2. Средства и методы направленного развития выносливости. Основы современной методики направленного развития выносливости у юных хоккеистов. 3. Возрастные особенности развития выносливости		3	
Тематика учебных занятий			10
Лекция 8 Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов			6
ПЗ 4. Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов			2
СР 4. Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов			2
Тема 2.4. Направленное развитие координационных способностей юных		Содержание	Уровень освоения
	1. Роль координационных способностей в хоккее. Виды координационных способностей.	3	

хоккеистов	2. Средства и методы направленного развития координационных способностей. Общие положения методики направленного развития координационных способностей. Требования к нагрузке при работе над направленным развитием координационных способностей.		
	3. Возрастное развитие координационных и психомоторных способностей		
	Тематика учебных занятий		11
	Лекция 9 Направленное развитие координационных способностей юных хоккеистов		6
	ПЗ 5. Направленное развитие координационных способностей юных хоккеистов		3
	СР 5. Направленное развитие координационных способностей юных хоккеистов		2
Тема 2.5. Направленное развитие гибкости юных хоккеистов	Содержание	Уровень освоения	8
	1. Виды гибкости и их характеристика. Факторы, определяющие проявления гибкости. 2. Средства и методы направленного развития гибкости. Виды упражнений для повышения гибкости. Основы современной методики направленного развития гибкости. 3. Возрастные особенности проявления гибкости.	3	
	Тематика учебных занятий		8
	Лекция 10 Направленное развитие гибкости юных хоккеистов		4
	ПЗ 6. Направленное развитие гибкости юных хоккеистов		2
	СР 6. Направленное развитие гибкости юных хоккеистов		2
	Контроль по М.1 (тест).		
Направленное развитие физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки			2
Итоговая аттестация			4
Итоговая аттестация осуществляется в форме накопительной системы			
Итого:			72

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-техническое обеспечение.

Реализация программы предполагает наличие доступа обучающихся к системе дистанционного обучения.

Оборудование рабочих мест:

рабочее место преподавателя (стол, стул, монитор, персональный компьютер с программным обеспечением);

технические средства обучения:

персональные компьютеры;

мультимедиапроектор с экраном;

копировальная техника.

5.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки [Текст] / К. А. Буццичелли, пер.: М. Прокопьева. — [3 — е изд.]. — М. : Спорт, 2016. — 385 с.

2. Горский, Л. Тренировка хоккеистов [Текст] / Л. Горский. — М.: Физкультура и спорт, 1981. — 224 с.

3. Ишматов, Р. Г. Тактическая подготовка хоккеистов. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей) : учеб. пособие [Текст] / Р. Г. Ишматов. — НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 144 с.

4. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей): Отбор в хоккее: учеб. пособие [Текст] / Ю. Ф. Курамшин, Л. В. Михно. — НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.], 2013. — 175 с.

5. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры [Текст] / Ю. Ф. Курамшин. — М.: Советский спорт, 2010. — 320 с.

6. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры [Текст] /Л. П. Матвеев. — М.: ФиС, 1991. — 543 с.

7. Национальная программа подготовки хоккеистов: философия и базовые принципы / Красная Машина [Электронный ресурс]. — М.: Просвещение, 2018. — 60 с. — Режим доступа: https://fhr.ru/upload/iblock/3d3/2018_Filosofiya_i_bazovye_printsiyu.pdf (дата обращения 05.06.2021).

8. Национальной программы по виду спорта «Хоккей» / В.А. Третьяк, Р.Б. Ротенберг, П.В. Буре, О.В. Браташ, В.Т. Шалаев, П.В. Шеруимов, Е.А. Сухачёв, Н.Н. Урюпин, С.М. Черкас, Д.Бохнер. — М., 2020.

9. О физической культуре и спорте в Российской Федерации [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.06.2021).

10. Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации [Электронный ресурс]: Приказ Минспорта России от 30.10.2015 № 999 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 05.06.2021)

11. Основы антидопингового обеспечения спорта: учеб. пособие [Текст] / под ред. : Э. Н. Безуглов, Е. Е. Ачкасов. — М.: Спорт: Человек, 2019. — 288 с.

12. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография [Текст] / В. Н. Платонов. — М.: Спорт, 2019. — 656 с.

13. Савин, В. П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: учеб. Пособие [Текст] / В. П. Савин, В. Г. Удилов, В. В. Крутских. — М.: Редакционно — издательский отдел РГАФК, 2002. — 62 с.

14. Савин, В. П. Теория и методика хоккея: Учебник для студ. высш. учеб. Заведений [Текст] / В. П. Савин. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 400 с.

15. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор: теория и практика: [монография] [Текст] / Л. П. Сергиенко. — М. : Советский спорт, 2013. — 1056 с.

16. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте: учеб. пособие [Текст] / Л. К. Серова. — М.: Человек, 2011. — 161 с.

5.3. Организация образовательного процесса.

Реализация программы подразумевает практикоориентированную подготовку с индивидуальным зачетом на основе оценивания практических работ обучающихся. Обучающиеся обеспечиваются текстовыми и презентационными материалами по модулям программы, заданиями для практических работ и самостоятельной работы.

В начале обучения обучающимся разъясняется порядок итоговой аттестации, тематика заданий и требования к их выполнению.

Для реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации предусмотрено электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий.

Образовательный процесс строится на основе принципа синхронизации теории и практики, что достигается преимущественно практикоориентированным характером обучения. Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические работы, внеаудиторную (самостоятельную) учебную работу и тестирование.

Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Программа обеспечивается учебно-методическими материалами по учебному модулю, включающими:

- текстовые и презентационные материалы по модулю;
- задания для практических работ и самостоятельной работы,
- оценочные средства;
- учебно-методические материалы для изучения.

Каждый слушатель должен иметь доступ к сети Интернет, к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам.

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации организуется в форме накопительной системы оценивания практических работ и контрольных тестов по модулям. Итоговая аттестация позволит определить уровень методической подготовленности и сформированность профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся.

5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса.

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее педагогическое образование.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценка результатов освоения программы осуществляется в виде итоговой аттестации, которая проводится в форме накопительной системы оценивания практических работ и контрольных тестов по модулям.

В содержание аттестационных материалов входят практические работы и итоговые тесты по модулям:

- ПЗ 1 Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов;

ПЗ 2. Направленное развитие силовых способностей юных хоккеистов;

ПЗ 3. Направленное развитие скоростных способностей юных хоккеистов;

ПЗ 4. Направленное развитие выносливости у юных хоккеистов;

ПЗ 5. Направленное развитие координационных способностей юных хоккеистов;

ПЗ 6. Направленное развитие гибкости юных хоккеистов;

Тест по модулю 1 Общая характеристика спортивной подготовки юных хоккеистов;

Тест по модулю 2 Направленное развитие физических способностей у юных хоккеистов в рамках общей и специальной физической подготовки.

Для оценивания результатов используется бинарная шкала (зачтено/не зачтено). Итоговая аттестация считается пройденной при соответствии объектов оценивания основным показателям оценки.