

УПРАВЛЕНИЕ ПО РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖНОЙ
ПОЛИТИКИ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НИЖНИЙ ТАГИЛ

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа по хоккею «Спутник»

СОГЛАСОВАНО
общим собранием работников
протокол от 4.04.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
от 4.04.2023 г. № 19

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Хоккей»**

Возраст обучающихся: 4-17 лет.
Срок реализации программы: 4 года.

Автор-составитель:
Галкин С.В.,
заместитель директора

Нижний Тагил
2023

Содержание

Раздел 1. Пояснительная записка	3
Раздел 2. Формы и режим обучения по программе	5
Раздел 3. Календарный план-график	5
Раздел 4. Годовой учебный план	6
Раздел 5. Содержание и методика программы	6
5.1. Физическая подготовка	6
5.2. Техническая подготовка	9
5.3. Тактическая подготовка	9
5.4. Теоретическая подготовка	10
5.5. Психологическая подготовка	11
5.6. Воспитательная работа	13
Раздел 6. Система контроля и зачетные требования	13
Раздел 7. Материально-техническое обеспечение программы	16
Раздел 8. Методическое обеспечение программы	16
Раздел 9. Кадровые условия реализации программы	17
Раздел 10. Перечень информационного обеспечения программы	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современных условиях без занятий физической культурой и спортом невозможно разностороннее и гармоничное формирование личности.

Хоккей пользуется огромной популярностью не только у нас в России, но и во всем мире. В хоккей играют миллионы детей на стадионах, спортивных площадках, во дворах. Хоккей - массовый и оздоровительный вид спорта, командная игра, в которой каждый обучающийся выстраивает собственный тип деятельности и стиль поведения на основе существующих правил, индивидуальных и коллективных тренировок.

Дополнительная общеразвивающая программа «Хоккей» МБУ ДО «СШ по хоккею «Спутник» (далее – Программа) направлена на формирование базовых навыков по виду спорта «хоккей», выявление одаренных детей, способных пройти индивидуальный отбор для зачисления на этапы подготовки дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» МБУ ДО «СШ по хоккею «Спутник».

Программа разработана и составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми источниками:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Законом Свердловской области от 16.07.2012 № 70-ОЗ «О физической культуре и спорте в Свердловской области»;

Приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер-преподаватель";

Приказом Министерства спорта РФ от 16 ноября 2022 г. N 997 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "хоккей"

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации»;

Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)"

Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта, утвержденные ФГБУ «ФЦОМОФВ», 2021 г.

Методическими рекомендациями «Организация и проведение экспертизы и экспертной оценки дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта, утвержденные ФГБУ «ФЦОМОФВ», 2020 г.

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. N 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях"

Приказом Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту от 26.05.2003 № 345 «Об утверждении Табеля оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем».

В дополнительной общеразвивающей программе раскрывается содержание образовательного процесса и воспитательной работы, приводятся учебно-тематические планы по разделам подготовки (физической, технической, теоретической, тактической, игровой), учебный материал по видам подготовки.

Актуальность программы состоит в том, что подготовка юного хоккеиста на спортивно-оздоровительном этапе является своевременной для совершенствования учебно-тренировочного процесса на начальном этапе обучения хоккею. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта «хоккей» в нашей стране.

Данная программа ориентирована на то, чтобы дети получили базовую общую физическую подготовку, а также начальные технико-тактические навыки.

Цель: физическое образование детей и подростков в соответствии с возрастными, физическими возможностями и особенностями учащихся, привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортивными занятиями.

Основные задачи:

Образовательные:

- ❖ подготовка детей к зачислению на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки;
- ❖ формирование основ знаний, умений и навыков хоккея;
- ❖ содействие физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
- ❖ вовлечение в систему регулярных занятий хоккеем и физической культурой в целом.

Воспитательные:

- ❖ адаптация ребенка в современном обществе;
- ❖ воспитание воли, дисциплины, трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов;
- ❖ организация деятельности через создание ситуации успеха.

Развивающие:

- ❖ создание условий для развития внимания, мышления, выносливости, силы, гибкости, быстроты реакции.

Основными показателями выполнения программы являются: стабильность состава учащихся, динамика прироста индивидуальных показателей в соответствии с образовательной программой (физической, технической, тактической, игровой и теоретической подготовки).

2. ФОРМЫ И РЕЖИМ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ

Режим обучения

Продолжительность 1 занятия	Количество учащихся в группе	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Требования по физической и спортивной подготовке к концу учебного года
45 минут (1 академ. час)	10-30	3-6	6	Выполнение нормативов ОФП без требований

На спортивно-оздоровительный этап зачисляются желающие заниматься оздоровительно-физическими упражнениями и хоккеем и имеющими письменное разрешение врача-педиатра.

Спортивно-оздоровительный этап проходит в спортивно-оздоровительных группах и может длиться от 1-го года до 4-х лет.

К занятиям на этом этапе допускаются дети от 4 до 17 лет, желающие заниматься спортом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. Группы комплектуются с учетом возраста, общефизической и спортивной подготовленности обучающихся.

Учебная-тренировочная работа строится на основании данной программы, рассчитана на 44 недели. В каникулярное время спортивная школа может организовывать в установленном порядке спортивные, спортивно-оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, как на своей базе, так и на базе загородных оздоровительных лагерей.

Занятия, направленные на освоение теоретического материала программы производятся в форме бесед, лекций. Практический материал программы изучается на занятиях в игровой, соревновательной, командной, групповой, индивидуальной формах.

При проведении занятий должны строго соблюдаться установленные требования по врачебному контролю, предупреждению травм и обеспечению должного санитарно-гигиенического состояния мест занятий и оборудования.

Планирование занятий в группах и распределение учебного материала производится на основании календарного плана-графика и годового учебного плана.

Формы обучения

- групповые теоретические занятия (в виде бесед, лекций, семинаров и т.д.);
- групповые практические занятия в соответствии с требованиями программы для группы каждого года обучения по утвержденному расписанию;
- индивидуальные занятия в соответствии с планами и программой, установленной для воспитанников;
- занятия в рамках лагерей;
- просмотр и анализ учебных фильмов и видеоматериалов по хоккею;
- психологическая и спортивная диагностика и тестирование.

3. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК

Срок обучения по Программе: 4 года.

Количество учебных недель: 44.

Объем нагрузки за 1 учебный год: 264 часа.

Даты начала и окончания учебных периодов:

начало учебного года - 1 сентября, окончание учебного года - 31 августа.

Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестаций:

срок проведения промежуточной аттестации: апрель-май;

срок проведения итоговой аттестации: август (по завершении срока реализации программы).

4. ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов
1	Практическая подготовка	250
	Общая физическая подготовка	150
	Специально-физическая подготовка	14
	Техническая подготовка	60
	Тактическая подготовка	12
	Игровая подготовка	8
	Контрольные испытания	6
2	Теоретическая подготовка	14
	Физическая культура и спорт в России	2
	Влияние физических упражнений на организм спортсмена	2
	Этапы развития отечественного хоккея	2
	Личная и общественная гигиена в физической культуре и спорте	2
	Хоккей как вид спорта и средство физического воспитания	2
	Основы техники и технической подготовки	2
	Соревнования по хоккею	2
3	Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	264

Разработанный и выверенный таким образом учебный план подготовки учащихся является основным нормативным документом, определяющим дальнейший ход технологии планирования.

5. СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОГРАММЫ

При формировании данного раздела программы мы исходили из специфики хоккея, структуры соревновательной деятельности хоккеистов, задач, стоящих перед предварительным этапом подготовки и возрастными особенностями юных хоккеистов в соответствии с учебным планом. Программный материал включает следующие разделы: теоретическая подготовка, практическая подготовка, психологическая подготовка.

5.1. Физическая подготовка

Физическая подготовка имеет существенное значение, что связано с особенностями вида спорта, происходящего на ограниченной площадке, в высоком темпе с обилием жестких контактных единоборств. Физическая подготовка подразделяется на общую и специальную.

Общая физическая подготовка направлена на гармоническое развитие различных функциональных систем, мышечных групп, расширение двигательного опыта, создание базы для успешного развития специальной подготовки.

Специальная физическая подготовка направлена на те качества и функциональные системы, которые непосредственно отвечают за успешное ведение специфической деятельности, задействованной в хоккее. В этом аспекте средства (упражнения), направленные на повышение уровня общей физической подготовки, следует представлять как общеподготовительные, а средства направленные на повышение уровня специальной физической подготовки, как специально-подготовительные.

Общеподготовительные упражнения

1. Строевые и порядковые упражнения.

Построение группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал. Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

2. Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела.

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

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

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

3. Упражнения для развития физических качеств.

Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах.

Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения со снарядами: гантелями, набивными мячами.

Упражнения на снарядах: на различных тренажерах, гимнастической стенке.

Упражнения из других видов спорта: борьба, езда на велосипеде.

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

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку и барьер, прыжки в высоту и длину. Многоскоки, пятикратный и трехкратный прыжки в длину. Общеразвивающие движения рук с небольшими отягощениями (20-30 % от макс), выполняемые с большой скоростью. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Упражнение со скакалками.

Упражнения для развития координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и частотой движения рук и ног. Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, кульбиты. Упражнения на равновесие на гимнастической скамейке. Жонглирование футбольного мяча ногами, головой. Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с большой амплитудой движения: отведение рук, ног, наклоны, прогибы, повороты, выкруты до небольших болевых ощущений. Эти упражнения можно выполнять с небольшими отягощениями, в виде набивных мячей, гимнастической палки, гантельки и др. Для повышения эффективности развития гибкости полезно выполнять упражнения с помощью

партнера, который помогает увеличить амплитуду движения, уменьшить или увеличить суставные углы.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег с равномерной и переменной интенсивностью 800 м. Спортивные игры - преимущественно: футбол, гандбол, баскетбол. Важным критерием развития общей выносливости является режим выполнения упражнений.

Специально-подготовительные упражнения.

Специфика спортивной деятельности предъявляет высокие требования к развитию специальных физических качеств в следующем порядке:

- 1) силовые и скоростно-силовые;
- 2) скоростные;
- 3) координационные;
- 4) специальная (скоростная) выносливость.

Основными средствами специальной физической подготовки являются специальные упражнения, адекватные структуре технико-тактических приемов.

Упражнения для развития специальных силовых и скоростно-силовых качеств мышц ног, определяющих эффективность выполнения передвижения хоккеистов на коньках в соревновательной деятельности, а также ряда других технико-тактических приемов. Имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста, на месте и в движении. Прыжковая имитация в движении (с ноги на ногу) с переходом на движение в глубоком приседе и обратно в основную посадку. Бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и стартом в обратном направлении. Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия толчками одной или двумя ногами. Упражнение с партнером. Исходное положение - партнеры располагаются лицом в сторону движения на расстоянии друг от друга на длину клюшек, которые один держит обеими руками за рукоятки, а другой за крючки. Задача первого развить максимальную скорость, задача второго затормозить движение. И тот и другой проявляют максимальные мышечные напряжения ног.

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

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

Упражнения для развития специальных координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и асинхронным движением рук и ног. Например, при ведении шайбы и обводке в сложной игровой ситуации имеет место асинхронная работа рук и ног - когда руками выполняют частые движения, а ногами относительно медленные.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с клюшкой с большой амплитудой движений: махи, наклоны, повороты, выкруты до небольших болевых ощущений. Для повышения эффективности развития гибкости можно выполнять упражнения с небольшими отягощениями и с помощью партнера, который способствует увеличению амплитуды движения, уменьшению или увеличению суставных углов.

Упражнения на развитие гибкости с использованием борта хоккейной коробки.

5.2. Техническая подготовка

Техническая подготовка является одной из важных составляющих образовательного процесса. Она тесно связана с другими видами подготовки (физической, тактической, игровой). В таблицах представлены основные средства по обучению технической подготовке.

Приемы техники передвижения на коньках

№ п/п	Приемы техники хоккея
1	Передвижение по резиновой дорожке и уплотненной снежной дорожке
2	Основная стойка (посадка) хоккеиста
3	Скольжение на двух коньках с опорой руками на стул
4	Скольжение на двух коньках с попеременным отгалкиванием левой и правой ногой
5	Скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот
6	Бег скользящими шагами
7	Повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда
8	Повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием)
9	Повороты по дуге переступанием двух ног
11	Торможения полуплугом и плугом
12	Старт с места лицом вперед
13	Бег короткими шагами
14	Торможение с поворотом туловища на 90° на одной из двух ног
15	Бег спиной вперед не отрывая коньков ото льда
16	Бег спиной вперед переступанием ногами

Приемы техники владения клюшкой и шайбой

№ п/п	Приемы техники хоккея
1	Основная стойка хоккеиста
2	Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хваты): обычный, широкий, узкий
3	Ведение шайбы на месте
4	Широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу
5	Ведение шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы
6	Ведение шайбы дозированными толчками вперед
7	Обводка соперника на месте и в движении
8	Длинная обводка
9	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, рукой, туловищем

5.3. Тактическая подготовка

Не менее важной составляющей подготовки является тактическая подготовка. В таблицах представлены средства обучения индивидуальных, групповых и командных тактических действий в обороне и нападении.

№ п/п	Приемы техники хоккея
	Приемы тактики обороны

	<i>Приемы индивидуальных тактических действий</i>
1	Скоростное маневрирование и выбор позиции
2	Отбор шайбы перехватом
3	Отбор шайбы клюшкой
	Приемы тактики нападения
	<i>Индивидуальные атакующие действия</i>
1	Атакующие действия с шайбой: ведение, обводка, бросок, прием шайбы, единоборство с вратарем
	<i>Групповые атакующие действия</i>
1	Передачи шайбы - короткие, средние, длинные
2	Передачи по льду и надо льдом, в крюк клюшки партнера и на свободное место

5.4. Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт в России.

Понятие «Физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры, как дело государственной важности. Ее значение для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родины. Спорт как составная часть физической культуры, их существенная роль в воспитании подрастающего поколения.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Характеристика положительных влияний на органы и функциональные системы при рациональном соотношении нагрузок и отдыха. Понятие об утомлении и переутомлении. Восстановительные мероприятия в спорте. Этапы развития отечественного хоккея. Возникновение и эволюция хоккея. Зарождение хоккея в России. Этапы развития хоккея. Первые чемпионаты страны. Участие отечественных хоккеистов в международных соревнованиях. Достижения хоккеистов России в международных соревнованиях: чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх. Современное состояние и перспективы дальнейшего развития детского и юношеского хоккея в нашей стране.

Личная и общественная гигиена в физической культуре и спорте.

Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к местам проведения занятий и к спортивному инвентарю. Гигиенические требования к питанию хоккеиста. Значение витаминов и минеральных солей.

Хоккей как вид спорта и средство физического воспитания.

Хоккей как наиболее популярный, широко культивируемый олимпийский вид спорта. Факторы, определяющие популярность и привлекательность хоккея. Особенности структуры и содержание игровой деятельности. Большой объем контактных силовых единоборств, происходящих на любом участке хоккейной площадки требует определенного мужества и способствует воспитанию у хоккеистов высокого уровня волевых качеств. Игровая деятельность комплексно воздействует на органы и функциональные системы, укрепляет их, повышая общий уровень функционирования.

Основы техники и технической подготовки.

Основные понятия о технике игры «хоккей» и ее значимость в подготовке хоккеистов. Классификация техники. Анализ техники передвижения хоккеиста на коньках, владения клюшкой и шайбой, приемов силовой борьбы. Особенности техники игры вратаря. Средства, методы и методические подходы к разучиванию приемов техники. Характеристика технического мастерства: объем и разносторонность технических приемов; эффективность выполнения технических приемов; степень обученности владения техническими приемами. Показатели надежности, стабильности и вариативности. Просмотр видеозаписей.

Соревнования по хоккею.

Планирование, организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях. Характеристика систем розыгрыша: круговая, система с выбыванием,

комбинированная. Основные правила игры «хоккей». Судейство соревнований.

5.5. Психологическая подготовка

Психологическая подготовка органически взаимосвязана с другими видами подготовки (физической, технической, тактической и игровой) и проводится круглогодично в ходе образовательного процесса. Она является важной составляющей системы подготовки, хотя ее объем не выражается в количественных показателях.

Задачи:

- 1) воспитание личностных качеств;
- 2) формирование спортивного коллектива и психологического климата в нем;
- 3) воспитание волевых качеств;
- 4) развитие процесса восприятия;
- 5) развитие процессов внимания, его устойчивости, сосредоточенности, распределения и переключения;
- 6) развитие оперативного (тактического) мышления;
- 7) развитие способности управлять своими эмоциями.

Воспитание личностных качеств

В процессе подготовки чрезвычайно важно формировать характер и личностные качества (идейность, убежденность, позитивное отношение к труду, патриотизм, любовь и преданность хоккею). Так как моральный облик зависит от общего уровня развития, следует постоянно нацеливать учащихся на повышение самообразования, культуры, эрудиции. В ходе образовательного процесса нужно последовательно, педагогично воздействовать на формирование личностных качеств, устраняя негативные проявления, в том числе с помощью коллектива.

Формирование спортивного коллектива

Высокое чувство коллективизма, товарищеские взаимоотношения, сплоченность - необходимые условия успешного выступления команды. С целью формирования сплоченного коллектива и здорового психологического климата тренер должен осуществлять индивидуальный подход к каждому игроку, умело объединять всех игроков команды (лидеров и рядовых) и направлять их деятельность в интересах коллектива, важное значение имеет решение проблемы комплектования команды и звеньев.

Воспитание волевых качеств

Целенаправленному воспитанию волевых качеств способствуют упражнения повышенной трудности, требующие больших волевых усилий. При этом очень важно давать установку на выполнение упражнений.

Для воспитания смелости и решительности необходимы упражнения, выполнение которых связано с известным риском и преодолением чувства страха. Вместе с тем нужно поощрять и стимулировать принятие игроками ответственных решений, выполнением решительных действий в экстремальных условиях соревновательной деятельности. Целеустремленность и настойчивость воспитываются формированием у детей сознательного отношения к образовательному процессу, к важности освоения техники и тактики игры, к повышению уровня физической подготовленности. Следует также практиковать конкретные целевые установки на определенные сроки и требовать их выполнения.

Выдержка и самообладание. Выдержка и самообладание чрезвычайно важные качества, выражающиеся в преодолении отрицательных эмоциональных состояний (чрезмерная возбудимость и агрессивность, растерянность, подавленность) до игры и особенно в процессе игры. Невыдержанность часто приводит к необоснованным нарушениям правил игры и удалением. А это весьма болезненно отражается на коллективе команды и отрицательно влияет на результаты выступлений. Для воспитания этих качеств в занятиях моделируют сложные ситуации с внезапно меняющимися условиями и при этом добиваются

того, чтобы учащиеся не терялись, управляли своими действиями, сдерживали отрицательные эмоции. Следует поощрять детей, проявивших в ответственных матчах выдержку и самообладание.

Инициативность и дисциплинированность. Инициативность воспитывается в тактически сложных игровых упражнениях и свободных играх, где предоставляется возможность проявлять инициативу и творчество, и самостоятельно принимать действия в решении сложной игровой задачи. Удачное действие должно поощряться.

Дисциплинированность выражается в добросовестном отношении к своим обязанностям в организованности и исполнительности. Соблюдение учащимися игровой дисциплины в ходе соревнований - одно из важных условий полноценной реализации тактического плана игры.

Воспитание дисциплинированности начинается с организации образовательного процесса, неукоснительного выполнения правил распорядка, установленных норм и требований.

Для воспитания игровой дисциплины на установке тренер должен четко сформулировать игровое задание каждому учащемуся. На разборе прошедшей игры оценивается степень выполнения игрового задания и соблюдение каждым игровой дисциплины.

Развитие процессов восприятия

Умение ориентироваться в сложной игровой обстановке - важнейшее качество хоккеиста. Во многом оно зависит от зрительного восприятия: периферического и глубинного зрения. Эффективность выполнения многих технико-тактических действий в игре связана с периферическим зрением. Способность одновременно видеть передвижение шайбы, игроков противника и партнеров, и объективно оценивать игровую ситуацию - важные составляющие мастерства хоккеиста. Не менее важное значение в игровой деятельности хоккеиста имеет и глубинное зрение, выражающееся в способности хоккеиста точно оценивать расстояние между движущимися объектами - шайбой, соперником, партнером. От этого во многом зависит своевременность и точность выполнения технико-тактических действий. Для развития периферического и глубинного зрения в образовательном процессе с успехом используют игровые упражнения, суть которых заключается в варьировании способов выполнения технико-тактических действий, в изменении скорости, направления и расстояния движения различных объектов.

Развитие внимания

Эффективность игровой деятельности в значительной мере зависит от внимания: его объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения. В сложных и быстроменяющихся игровых ситуациях учащийся должен одновременно воспринимать большое количество различных объектов. Это свойство внимания называют его объектом. Концентрация внимания на наиболее важных объектах является его интенсивностью, а умение противостоять действию различных сбивающих факторов - его устойчивостью.

Однако наиболее важным свойством внимания в игровой деятельности является его распределение и переключение. Для развития способностей распределения и переключения внимания в занятия включают игровые упражнения на большом пространстве с большим количеством объектов, например игру по всему полю с увеличенным составом команд и в две шайбы.

Развитие оперативно-тактического мышления

Тактическое мышление - это оперативное и целесообразное протекание мыслительных процессов, направленных на нахождение наиболее рациональных путей борьбы с противником. Оно проявляется в экспресс-оценке игровой ситуации, выборе правильного решения и его своевременной реализации. Тактическое мышление развивается с помощью игровых упражнений, моделирующих различные по сложности ситуации, а также в играх.

Развитие способности управлять своими эмоциями

Самообладание и эмоциональная устойчивость помогают преодолевать чрезмерное возбуждение, экономить энергию, не нарушать нормальный ход мыслительного и двигательного процессов.

Для управления эмоциональным состоянием и мобилизации стенических эмоций следует включать в занятия нетрадиционные (эмоциональные и достаточно сложные) упражнения с использованием соревновательного метода, добиваясь обязательного их выполнения и формируя уверенность в своих силах;

5.6. Воспитательная работа

Воспитательная работа с учащимися должна носить систематический и планомерный характер. Она теснейшим образом связана с образовательным процессом и проводится повседневно на занятиях и в свободное от занятий время на основе предварительно разработанного плана. Такой план должен включать в себя следующие разделы: гуманитарное, патриотическое, трудовое, нравственное и эстетическое воспитание, формирование здорового коллектива.

В качестве средств и форм воспитательного воздействия используют занятия, беседы, встречи с интересными людьми, культпоходы, конкурсы, субботники, наставничество опытных спортсменов.

Методами воспитания служат убеждение, упражнения, поощрение, личный пример, требование, наказание.

В решении задач гуманитарно-духовного воспитания используются преимущественно методы убеждения и личного примера.

Патриотическое воспитание ведется на основе изучения материалов о ВОВ, встреч с воинами-ветеранами, посещения памятников боевой славы.

Наиболее важно формирование воспитание трудолюбия, добросовестного отношения к образовательной деятельности, а также к общественно-полезному труду.

В решении этой важной задачи ведущее место занимают методы упражнений и приучения, реализуемые на основе требований, принуждения и контроля за выполнением. Для воспитания устойчивых привычек к труду и к преодолению трудностей в образовательном процессе практикуют постоянное усложнение упражнений и заданий, жесткие нагрузки, силовые единоборства, объемные самостоятельные занятия. Эффективность в воспитании трудолюбия зависит также от разумного использования методов поощрения и наказания. Эффективность воспитательной работы во многом определяется проведением воспитательных мероприятий по следующему плану:

- просмотр соревнований и их обсуждение;
- беседы на нравственные, эстетические темы, направленные на формирование трудолюбия;
- проведение праздников;
- встречи со знаменитыми людьми,
- встречи с ветеранами ВОВ, посещение памятников боевой славы
- наставничество опытных спортсменов;
- экскурсии, культпоходы в театры, музеи, выставки.

В решении задач воспитательной работы важное место занимает самовоспитание. Самовоспитание включает принятие самим учащимся обязательств по исправлению или совершенствованию комплекса его качеств и свойств. Особенно важное значение имеет самовоспитание морально-волевых и нравственных качеств.

6. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Контроль является составной частью подготовки и одной из функций управления

образовательным процессом.

Объективная информация о состоянии учащихся в ходе образовательной деятельности позволяет тренеру-преподавателю анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки.

В теории и практике спорта принято различать следующие виды контроля: этапный, текущий и оперативный.

Этапный контроль предназначен для оценки устойчивого состояния учащихся и кумулятивного эффекта от образовательного процесса.

В программу этапного контроля входят:

- врачебные обследования;
- антропометрические обследования;
- тестирование уровня физической подготовленности;
- тестирование технико-тактической подготовленности;
- расчет и анализ нагрузки за прошедший этап;

Текущий контроль проводится для получения информации о состоянии учащихся после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в образовательную деятельность. В его программу входят оценки:

- объема и эффективность в игровых ситуациях;
- объема нагрузок и качества выполнения заданий.

Оперативный контроль направлен на получение срочной информации о переносимости нагрузок и оценки эффекта конкретного упражнения или их серии. С этой целью проводятся педагогические наблюдения за ходом занятия с регистрацией ЧСС до выполнения упражнения и после него.

В практике детско-юношеского хоккея должны практиковаться все виды контроля. Однако наибольшее внимание следует уделять педагогическому контролю, как наиболее доступному и информативному.

Педагогический контроль по направленности и содержанию охватывает три основных раздела.

1. Контроль уровня подготовленности (оценка физической подготовленности и уровня технико-тактического мастерства).

2. Контроль деятельности (оценка нагрузок и эффективности образовательной деятельности).

Оценка и контроль текущего состояния учащихся осуществляется врачами. Заключение о состоянии каждого чрезвычайно важно для тренера, что позволяет ему более эффективно осуществлять образовательный процесс, реализуя принцип индивидуализации.

Тесты для оценки и контроля

Для оценки общей физической подготовки спортивно-оздоровительных групп применяются следующие тесты в «безледовых условиях»:

1. Бег 20 м с высокого старта (с).
2. Прыжок в длину толчком двух ног (м).
3. Отжимание на руках из и.п. упор лежа (кол-во).
4. Бег 20 м спиной вперед (с).
5. Челночный бег 4x9 м (с).

Для оценки специальной физической и технической подготовленности (на льду хоккейной площадки).

1. Бег 20 м с высокого старта (с).
2. Бег 20 м спиной вперед (с).
3. Челночный бег 6x9 м (с).
4. Слаломный бег с шайбой.
5. Слаломный бег без шайбы.

Указания к выполнению контрольных упражнений (тестов)

Оценка общей физической подготовленности

1. Бег 20 метров вперед лицом (уровень скоростных качеств). Тест проводится в зале на дистанции 20 метров с высокого старта. Оценивается время пробегания (с).

2. Бег 20 м вперед спиной (уровень развития координационных качеств и быстроты). Задание проводится в зале, дистанция 20 метров, старт по звуковому сигналу. Даются две попытки, регистрируется время (с).15

3. Отжимания (уровень развития силовых качеств верхнего плечевого пояса). И.п. упор лежа, руки прямые, глаза смотрят вперед, спина и ноги прямые. Выполнение сгибания - разгибания рук в локтевом суставе до угла 90° максимальное количество раз, с заданной частотой. Оценивается количество раз.

4. Прыжок в длину (уровень скоростно-силовых качеств и уровень развития координационных способностей). Упражнение проводится в зале. После показа задания тренером и объяснения правильности выполнения, дается две попытки, из которых регистрируется лучшая (м).

5. Челночный бег 4х9 метров. (уровень развития скоростных и скоростно-силовых качеств спортсмена). По сигналу спортсмен стартует с высокого старта, пробегая каждый отрезок, кроме последнего, 9-метровый отрезок, он должен коснуться рукой линии. Выполняются две попытки. Оценивается по времени (с).

Оценка специальной физической и технической подготовленности

1. Бег 20 метров лицом вперед (уровень специальных скоростных качеств). Упражнение проводится на льду, учащийся стоит у борта, касаясь его ногой. По звуковому сигналу старается как можно быстрее преодолеть расстояние до синей линии. Оценивается время (с).

2. Бег 20 метров спиной вперед (уровень координационных способностей и техники катания спиной вперед). Проводится аналогично тесту 1.

3. Челночный бег 6х9 метров (уровень развития скоростных и скоростно-силовых качеств). Проводится на льду хоккейного поля. Учащийся стартует с синей линии, и должен преодолеть шесть 9-метровых отрезков (до красной линии и обратно). Торможения выполняются правым и левым боком. Оценивается время (с).

4. Слаломный бег с шайбой (уровень владения техникой ведения шайбы и техникой катания). Проводится на льду хоккейного поля. Оценивается время (с) и техника выполнения.

5. Слаломный бег без шайбы (уровень владения техникой катания скрестными шагами, прохождения виражей и поворотов). Проводятся на льду хоккейного поля. Оценивается время (с) и техника выполнения. Выполняется аналогично тесту 4.

Контрольные нормативы по общей, специальной физической и технической подготовленности

Контрольные упражнения (тесты)	Год обучения		
	1-2 й	3-й	4-й
<i>По общей физической подготовленности</i>			
Бег 20 м с высокого старта (с)	4,88	4,59	4,32
Прыжок в длину толчком двух ног (м)	127,11	139,1	147,8
Отжимания на руках из упора лежа (кол-во)	17	23	31
Бег 20 м спиной вперед (с)	9,38	8,16	7,56

Челночный бег 4х9 м	12,92	12,13	11,25
Комплексный тест на ловкость (с)	17,76	17,16	17,01
<i>По специальной физической и технической подготовленности</i>			
Бег на коньках 20 м (с)	4,98	4,95	4,36
Бег спиной вперед на коньках 20 м (с)	7,39	6,78	6,33
Челночный бег на коньках 6х9 м (с)	17,67	16,93	16,68
Слаломный бег б/ш (с)	13,89	13,37	12,99
Слаломный бег с/ш (с)	17,13-	15,73	14,98

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-технические условия реализации Программы включают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Хоккейная площадка	штук	1
2.	Спортивный зал (игровой)	штук	1
3.	Мат гимнастический	штук	4
4.	Мяч баскетбольный	штук	4
5.	Мяч волейбольный	штук	4
6.	Мяч гандбольный	штук	4
7.	Мяч футбольный	штук	4
8.	Рулетка металлическая (50 м)	штук	5
9.	Свисток судейский	штук	10
10.	Секундомер	штук	5
11.	Скамья гимнастическая	штук	4
12.	Стенка гимнастическая	штук	2
13.	Шайба	штук	60
14.	Шайба для тренировки дриблинга вне льда	штук	30

8. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Многолетнюю подготовку спортсменов всех возрастов следует рассматривать как единый педагогический процесс. Среди ряда методических принципов целесообразно выделить следующие:

- принцип комплектности предполагает тесную взаимосвязь всех сторон образовательного процесса (все виды подготовки, воспитательной работы, восстановительных мероприятий и комплексного контроля) в оптимальном соотношении.

- принцип преемственности определяет системность изложения программного материала по этапам годичного и многолетнего циклов при обеспечении преемственности задач, методов и средств подготовки, объемов нагрузок, роста показателей уровня подготовленности.

- принцип вариативности предусматривает вариативность программного материала в зависимости от года обучения, возрастных индивидуальных особенностей учащихся.

Для решения функций данной программы следует применять в большей степени игровой метод, способствующий комплексному совершенствованию движений при их

первоначальном разучивании, используется для совершенствования физических качеств, потому что в игровом методе присутствуют благоприятные предпосылки для развития ловкости, силы, быстроты, выносливости. В занятия с использованием игрового метода вводятся упражнения, которые носят соревновательный характер. К игровой форме относят подготовительные упражнения, вспомогательные игры и упражнения, где присутствуют элементы соперничества. Вспомогательные игры включают: простые, сложные, переходные и командные игры. Упражнения, выполняемые в игровой форме — подвижные игры, игровые задания, использование различных снарядов, стендов и т. д. отличаются глубиной и разносторонностью воздействия на физические качества занимающихся. Такие занятия повышают интерес к спорту и физической культуре, стимулируют процесс усвоения техники отдельных элементов физических упражнений, способствуют стремлению к преодолению трудностей для решения поставленных перед занимающимися задач.

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки.

Перед тем как выбрать определенную игру, следует поставить конкретную педагогическую задачу, решению которой она оказывает содействие, учитывая состав участников, их вековые особенности, развитие и физическую подготовленность. При отборе игры надо учитывать форму проведения занятия, а также, что очень важно, придерживаться известного в педагогике правила постепенного перехода от легкого к сложному. Для этого, чтобы определить степень сложности той или другой игры, учитывается количество элементов, которые входят в ее состав (бег, прыжки, метание и т. п.).

Оснащение образовательного процесса:

- инструкции по технике безопасности на занятиях;
- методическая литература по виду спорта;
- учебные фильмы и другие видеоматериалы по виду спорта, лучших спортсменах и достижениях;
- диагностические методики и контрольные нормативы.

9. КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация программы осуществляется работниками, уровень квалификации которых соответствует требованиям, установленным профессиональными стандартами «Тренер-преподаватель» (приказ Минтруда России от 24.12.2020 № 952н), Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта» (приказ Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н), раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Приказ Минздравсоцразвития России от 26.08.2010 № 761н).

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей обеспечивается освоением дополнительных профессиональных программ (программ повышения квалификации) не реже чем один раз в три года (согласно плана повышения квалификации и профессиональной переподготовки; на основании приказа руководителя Учреждения).

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Нормативно-правовые документы

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Закон Свердловской области от 16.07.2012 № 70-ОЗ «О физической культуре и спорте в Свердловской области»;

Приказ Минтруда России от 24.12.2020 N 952н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер-преподаватель";

Приказ Министерства спорта РФ от 16 ноября 2022 г. N 997 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "хоккей"

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации»;

Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)"

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта, утвержденные ФГБУ «ФЦОМОФВ», 2021 г.

Методические рекомендации «Организация и проведение экспертизы и экспертной оценки дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта, утвержденные ФГБУ «ФЦОМОФВ», 2020 г.

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. N 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм

медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях";

Приказ Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту от 26.05.2003 № 345 «Об утверждении Табеля оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем»

Список литературы

1. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. - М.: ФиС, 1983г.
2. Ермолаев Ю. А. «Возрастная физиология»-М.: СпортАкадемПресс, 2001 г.
3. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: Фис, 1971 г.
4. Лаптев А.П. Гигиена. Учебник для техникумов физической культуры – М.: ФиС, 1983 г.
5. Федотов Е.В. «Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта» - М.: Спорт Академ Пресс, 2004 г.
6. Арестов Ю.М. Оценка и управление тренировочными нагрузками: методические рекомендации / Ю.М. Арестов, А.А. Кириллов. М.: Спорткомитет СССР, 1976.
7. Базилевич, О. Структура игры и программа тренировки / О. Базилевич, А. Зеленцов, В. Лобановский. // Футбол-хоккей. 1977. - №40.
8. Базилевич, О.П. Занятия в подготовительном периоде / О.П. Базилевич, В.В. Лобановский, А.М. Зеленцов. // Футбол-хоккей. 1975. - № 10.
9. Букатин А.Ю. Калузганов В.М. Юный хоккеист – М.: Физкультура и спорт, 1986.
10. Букатин А.Ю., Колузганов В.М. Юный хоккеист - М.: Физкультура и спорт; 1986.
11. Верхошанский, Ю.В. Основные положения организации тренировочного процесса хоккеистов /Ю.В. Верхошанский, В.В. Лазарев // Тенденции развития спорта высших достижений. М., 1993.
12. Волков, В.М. Восстановительные процессы в спорте / В.М. Волков. - М.: Физкультура и спорт, 1977.
13. Годик, М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А.Годик. М.: Физкультура и спорт, 1980.
14. Горский П. Тренировка хоккеистов — М.: Физкультура и спорт, 1981.
15. Дерябин С.Е. Контроль за подготовкой юных хоккеистов – М.: Физкультура и спорт, 1981.
16. Дерябин С.Е. Контроль за подготовкой юных хоккеистов - М.: Физкультура и спорт, 1981.
17. Климин В.П. Колосков В.И. Управление подготовкой хоккеистов – М.: Физкультура и спорт, 1982.
18. Климин В.П., Колосков В.И. Управление подготовкой хоккеистов - М.: Физкультура и спорт, 1982.
19. Колосков В.И., Климин В.П. Подготовка хоккеистов - М.: Физкультура и спорт, 1981.
20. Кофман А.Б. Воспитательная работа с юными спортсменами// Система подготовки юного резерва. – М., 1994.
21. Никонов Ю.В. Игра и подготовка хоккейного вратаря - Мн.: Польша, 1999.
22. Никонов Ю.В. Подготовка квалифицированных хоккеистов – Мн.: Аскар, 2003.
23. Программа по хоккею для ДЮСШ — М.: Спорткомитет СССР, 1977.
24. Савин В.П. Теория и методика хоккея - М.: Академия, 2003.
25. Савин В.П. Хоккей: Учебник для институтов физической культуры - М.: Физкультура и спорт, 1990.
26. Твист П.Хоккей. Теория и практика - М.: Астрель АСТ, 2006.
27. Третьяк В. Мастерство вратаря - М.: Мир,2003.
28. Д.А. Курбатов, А.Б. Камалетдинова, С.В. Николаев, Р.В. Печёнкин, Н.Н. Урюпин, А.Ю. Букатин, М.Ю. Чеканов, С.А. Кашуров. Национальная программа подготовки хоккеистов: философия и базовые принципы / Красная Машина. — М.: Просвещение, 2018

Интернет-ресурсы

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;
2. <http://www.olimpik.ru/> - Олимпийский Комитет РФ
3. <http://www.olimpik.org/> - Международный Олимпийский Комитет
4. <http://minsport.midural.ru/> - Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
5. <http://www.iihf.com/> - Официальный сайт Международной федерации хоккея
6. <http://www.фхсо.рф> – Федерация хоккея Свердловской области
7. <http://www.fhr.ru/> – Официальный сайт Федерации хоккея России
8. <https://www.wada-ama.org/> - Всемирное антидопинговое агентство
9. <http://www.rusada.ru/> - российское антидопинговое агентство «РУСАДА»
10. <http://спутникхоккей.тагилспорт.рф> - сайт МБУ ДО «СШ по хоккею «Спутник»