

Аннотация к Программе спортивной подготовки по виду спорта хоккей

Программа спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта хоккей (далее Программа) разработана в соответствии с Базовыми требованиями спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта хоккей (приложение № 61 к распоряжению Комитета по физической культуре и спорту от 30.12.2020 № 752-р), с учетом основных положений Федерального закона № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 03.12.2011 № 1364 «О порядке организации деятельности исполнительных органов государственной власти Санкт-Петербурга по формированию и обеспечению спортивных сборных команд Санкт-Петербурга, а также по обеспечению подготовки спортивного резерва для сборных команд Санкт-Петербурга», нормативных документов, регламентирующих работу спортивной школы и других организаций, осуществляющих предспортивную подготовку.

При разработке настоящей программы использованы нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке юных спортсменов – хоккеистов, полученные на основе научно-методических материалов и рекомендаций по подготовке спортивного резерва последних лет.

В программе определена общая последовательность изучения программного материала, контрольные и переводные нормативы для групп начальной подготовки (НП), для тренировочных групп (ТЭ).

Цель подготовки хоккеистов состоит в том, чтобы юные спортсмены по уровню подготовленности обладали потенциалом для перехода с программ спортивной подготовки (2 ступень) на программы спортивной подготовки (1 ступень), достижения высоких спортивных результатов на соревнованиях

Программа предназначена для тренеров ГБУ СШ им. Н. Дроздецкого и является основным документом тренировочной работы.

Специфика организации тренировочного процесса.

Структура системы многолетней подготовки.

Организация тренировочного процесса осуществляется в течение года. Построение спортивной подготовки (2 ступень) зависит от календаря спортивных мероприятий, периодизации спортивной подготовки.

Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку (2 ступень), ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели (с 1 сентября по 31 августа). Продолжительность 1 часа тренировочного занятия – 60 минут (астрономический час).

Особенности осуществления спортивной подготовки (2 степень) по виду спорта «хоккей» с учетом спортивной специализации лиц, проходящих спортивную подготовку

(2 степень) (вратарь, защитник, нападающий) определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки (2 степень), начиная с тренировочного этапа (этапа спортивной специализации);

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий

Основными формами осуществления спортивной подготовки (2 степень) являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- дистанционные занятия;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование и контроль.

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки (2 степень), подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку (2 степень), организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (приложение N 8 к Базовым требованиям предспортивной подготовки по виду спорта хоккей).

Спортивная подготовка (2 степень) хоккеистов — многолетний целенаправленный процесс который представляет собой единую систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.

Настоящая Программа предназначена для подготовки хоккеистов на этапах начальной подготовки и тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) спортивной подготовки (2 степень).

Обеспечивая строгую последовательность и непрерывность всего тренировочного процесса хоккеистов, составляющим в совокупности систему многолетней поэтапной подготовки спортсменов. Взаимосвязь процессов обучения (получения знаний), тренировки (формирования и совершенствования умений, навыков и технических приёмов) и соревнований (практического применения знаний, умений, навыков в условиях реальной игры).

Основными показателями работы школы являются: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей по выполнению программных требований по уровню подготовленности занимающихся (физической, технической, тактической, игровой и

теоретической подготовки), вклад в подготовку и выступление сборных команд страны; результаты выступления в соревнованиях, переход занимающихся с программы спортивной подготовки (2 ступень) на программы спортивной подготовки (1 ступени).

Продолжительность этапов спортивной подготовки (2 ступень), минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки (2 ступень) и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку (2 ступень) в группах на этапах спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта хоккей определяется Базовыми требованиями предспортивной подготовки по виду спорта хоккей, приложение № 1.

Этап начальной подготовки – 3 года

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет

Основные задачи этапа начальной подготовки: вовлечение максимального количества детей и подростков в систему спортивной подготовки по хоккею, направленную на гармоничное развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники хоккея, выбора хоккейного амплуа, развитие волевых и морально этических качеств личности, формирование потребности к занятиям спортом, ведению здорового образа жизни.

На тренировочном этапе (5 лет): задачи подготовки отвечают основным требованиям формирования спортивного мастерства хоккеиста, к которым относятся: состояние здоровья, дальнейшее развитие общих и специальных физических качеств, функциональная подготовленность, совершенствование технико-тактических приемов, умение взаимодействовать в команде, воспитание специальных психических качеств и приобретение соревновательного опыта. Привлечение к специализированной спортивной подготовке перспективных спортсменов для достижения ими высоких и стабильных результатов посредством комплексного совершенствования всех сторон мастерства спортсмена

Зачисление на указанные этапы спортивной подготовки (2 ступень), перевод лиц, проходящих спортивную подготовку (2 ступень) на следующий этап, производится с учётом результатов спортивной подготовки (2 ступень), которые должны соответствовать требованиям, установленным Базовыми требованиями спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта хоккей. Лицам, проходящим спортивной подготовки (2 ступень), не выполнившим предъявляемые программой требования, предоставляется возможность продолжить подготовку на том же этапе спортивной подготовки (2 ступень) повторно по решению Тренерского совета. Порядок и кратность повторного прохождения спортивной подготовки (2 ступень) определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

Для решения поставленных задач программа предусматривает большое количество часов на общефизическую подготовку спортсмена, развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. В программе определены объемы тренировочных нагрузок по основным средствам, предложены варианты построения годичного тренировочного

цикла с учетом возрастных особенностей и должного уровня физической и функциональной подготовленности.

Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки (2 ступень) на каждом из этапов предспортивной подготовки

Результатом реализации Программы является:

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта хоккей;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- общие знания об антидопинговых правилах;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта хоккей
- перевод спортсмена на программу спортивной подготовки (1 ступени)

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
 - приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта хоккей;
 - формирование спортивной мотивации;
 - укрепление здоровья спортсменов;
- Соблюдение тренировочного плана, режима восстановления, питания;
- овладение навыками самоконтроля;
 - знание антидопинговых правил;
 - перевод спортсмена на программу спортивной подготовки (1 ступени);
 - повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

Для обеспечения этапов спортивной подготовки (2 ступень) используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

- а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;
- б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта хоккей;
- в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

Цель многолетней подготовки юных спортсменов спортивной школы по программе спортивной подготовки (2 ступень) состоит в том, чтобы юные

спортсмены по уровню подготовленности обладали потенциалом для перехода с программ спортивной подготовки (2 ступень) на программы спортивной подготовки (1 ступени), достижения высоких спортивных результатов на соревнованиях

Достижение указанной цели зависит:

- от оптимального уровня исходных данных спортсменов;
- от уровня квалификации и профессиональной подготовленности тренерского состава;
- наличия современной материально-технической базы;
- от качества организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов;
- от использования новейших научно-исследовательских и научно-методических разработок.

Программа определяет основные направления и условия спортивной подготовки (2 ступень) хоккеистов в период обучения и прохождения спортивной подготовки (2 ступень) в спортивной школе и является основным документом, регламентирующим процесс спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта.

В качестве основных, при разработке Программы, использованы следующие принципы и подходы:

- программно-целевой подход к организации спортивной подготовки (2 ступень);
- индивидуализация спортивной подготовки (2 ступень);
- единство общей и специальной спортивной подготовки;
- непрерывность и цикличность процесса подготовки;
- единство и взаимосвязь тренировочного процесса и соревновательной деятельности с вне тренировочными факторами.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса по виду спорта хоккей на различных этапах многолетней подготовки.