


Министерство образования Омской области
БОУ ДПО «Институт развития образования Омской области»
Ассоциация «Хоккейный клуб «Авангард»
ОРОО «Федерация хоккея Омской области»

РАССМОТРЕНО


МО технологии, ИЗО,
музыки, физической
культуры, ОБЖ

 Змеева О.С.
Протокол № 1 от «29»
августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор БОУ г. Омска
«СОШ № 108»

 Криницына И.В.

Приказ № 197 от «30»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
(МОДУЛЬ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ»)

1 класс

город Омск 2023

Министерство образования Омской области
БОУ ДПО «Институт развития образования Омской области»
Ассоциация «Хоккейный клуб «Авангард»
ОРОО «Федерация хоккея Омской области»

РАССМОТРЕНО

МО технологии, ИЗО,
музыки, физической
культуры, ОБЖ

_____ Змеева О.С.

Протокол № 1 от «29»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор БОУ г. Омска
«СОШ № 108»

_____ Криницына И.В.

Приказ № 197 от «30»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
(МОДУЛЬ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ»)
1 класс

город Омск 2023

Примерная рабочая программа учебного предмета «физическая культура» (модуль «Хоккей в школе») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования / Под ред.

Авторы - составители:

Кривопащенко Елена Ивановна, доцент кафедры воспитания, дополнительного образования и охраны здоровья БОУ ДПО «Институт развития образования Омской области», к.п.н.

Козин Вадим Витальевич, ведущий специалист по работе со спортивными федерациями Ассоциации «Хоккейный клуб «Авангард», вице-президент Федерации хоккея Омской области, к.п.н., доцент

Рецензенты:

Кравчук Анатолий Иосифович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики туризма и рекреации ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Макаров Юрий Михайлович, докт. пед. наук, профессор, профессор кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Примерная рабочая программа учебного предмета «физическая культура» (модуль «Хоккей в школе») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования согласована с Министерством образования Омской области.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА МОДУЛЯ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ»

Физическая культура - обязательный учебный предмет в общеобразовательных организациях. Его содержание направлено на развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурно-спортивной деятельности, формирование культуры здорового образа жизни, национально - культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой и спортом.

Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования предусматривает включение педагогом в рабочую программу базовых видов спорта, а также видов спорта, популярных в конкретном регионе. В соответствии с приказом Минспорта России от 25.04.2018 № 399 «Об утверждении перечня базовых видов спорта на 2018-2022 годы», Омская область отнесена к субъектам Российской Федерации, для которых хоккей с шайбой (далее - хоккей) определен в качестве базового вида спорта. В Омской области хоккей - одним из популярных олимпийских видов спорта, который является не только средством физического воспитания и развития, но и средством интеллектуального и нравственного развития обучающихся.

Модуль «Хоккей в школе» разработан в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

- право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п. 6 п.3 ст.28 Закона);

- право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

Занятия хоккеем благотворно влияют на укрепление сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других важных систем организма человека: улучшает кровообращение, увеличивает жизненный объем лёгких, нормализует обмен веществ, повышает тонус нервной системы, увеличивает мышечную массу.

Выполнение в хоккее сложно координационных действий способствует интеллектуальному развитию школьников, формирует тактическое и стратегическое мышление, умение регулировать своим поведением и эмоциями, а также выстраивать продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми. Постоянное и внезапное изменение игровых ситуаций требует собранности, внимания, умения быстро оценить обстановку и принять рациональное решение. Эта составляющая игровой деятельности способствует развитию у младших школьников пространственной и временной ориентировки, распределенного внимания, периферического зрения.

В то же время игра в хоккей предполагает единство коллективных и индивидуальных действий. Коллективная деятельность требует от обучающихся активных двигательных

действий, выполнение которых зависит от их творчества и инициативы. Каждый обучающийся получает возможность выстраивать собственный стиль игрового поведения на основе общепринятых правил, индивидуальных и коллективных действий, что способствует развитию творческих способностей и их рациональному использованию как в ходе игровой деятельности на спортивной площадке, так и в различных жизненных ситуациях. Это подтверждает большие возможности хоккея в воспитании таких важных качеств, как ответственность, инициатива, целеустремленность, настойчивость, коллективизм и товарищество.

Образовательная деятельность средствами хоккея предполагает занятия на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на снижение заболеваемости, на повышение уровня устойчивости организма младших школьников к меняющимся погодным условиям и уровня работоспособности школьников в течение учебной недели.

Цель образовательного модуля - формирование у младших школьников мотивации к занятиям физической культурой, укрепление здоровья и компенсации у них дефицита двигательной активности средствами хоккея.

Задачи модуля:

- формировать знания об истории и успехах омского хоккея,
- формировать общее представление о хоккее и его возможностях в укреплении здоровья и физическом развитии младших школьников,
- формировать ответственное отношение к своему здоровью как важнейшей социальной ценности,
- приобщать к двигательной нагрузке с учетом индивидуальных особенностей и уровня физического развития обучающихся,
- формировать культуру общения и сотрудничества со сверстниками в условиях здоровьесберегающей учебной и игровой деятельности,
- формировать умения вести наблюдения за состояниями своего организма во время разных видов физической активности и анализировать их,
- создавать условия для освоения новых двигательных действий на льду,
- закреплять позитивное эмоциональное состояние при выполнении физических упражнений, участия в подвижных играх и других видах двигательной активности с элементами хоккея и флорбола,
- развивать основные физические качества и повышать функциональные возможности организма младших школьников с помощью элементов хоккея,
- формировать осмысленную моторику через двигательную активность и вовлечение мышления в процесс физического воспитания.

Преимущество модуля. Модуль «Хоккей в школе» разработан в соответствии с требованиями ФГОС НОО к планируемым результатам, содержанию и условиям реализации основной образовательной программы НОО и способствует реализации цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2018 г.

Многообразие форм и видов двигательной активности на льду способствует воспитанию основных физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, что является 5

благоприятным для детей младшего школьного возраста независимо от уровня их физического развития и гендерной принадлежности.

Содержание образовательного модуля составлено таким образом, что элементы хоккея успешно могут быть освоены как мальчиками, так и девочками, не имеющими противопоказаний к занятиям физической культурой, и способствует решению комплекса основных задач физического воспитания:

- обеспечение гибкости и вариативности содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям младших школьников;
- укрепление здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;
- формирование навыков безопасного и культурного поведения на занятиях физической культурой и спортом;
- развитие основных физических качеств и функциональных систем организма за счёт многофункциональности игровой деятельности;
- интегрирование уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурно-спортивного образования на основе хоккея;
- формирование интереса и подготовка младших школьников к сдаче норм ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Место модуля в учебном плане.

Данный модуль является обязательным в структуре трехчасовой рабочей учебной программы «Физическая культура. 1 класс». Структура и содержание модуля выстроено с учетом таких обязательных разделов учебного курса «Физическая культура», как: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование». Содержание модуля расширяет спектр физкультурно-спортивных и оздоровительных направлений за счет различных технических элементов хоккея при освоении физической культуры в первом классе.

Образовательный модуль «Хоккей в школе» реализуется на каждом третьем уроке физической культуры. Тематическое планирование составлено с учетом природно-климатических условий Омской области и предусматривает проведение уроков физической культуры с элементами хоккея на открытом воздухе вне льда, в спортивном зале и на открытой ледовой площадке.

Оценка образовательных результатов освоения первоклассниками модуля «Хоккей в школе» осуществляется учителем в рамках утвержденных в образовательной организации контрольно-измерительных материалов для промежуточной оценки достижения планируемых результатов по предмету «Физическая культура». Ориентиром для оценки уровня физической подготовленности первоклассников являются общепринятые уровни выполнения контрольных упражнений. Для оценки влияния уроков физической культуры по освоению элементов хоккея на развитие основных физических качеств предусмотрено выполнение контрольных упражнений на льду (*приложение 3*).

Общая трудоемкость модуля «Хоккей в школе» в 1 классе - 33 часа.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) модуль «Хоккей в школе», направлен на

достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- проявляет интерес к хоккею как виду спорта,
- демонстрирует уважительное отношение и гордость к истории омского хоккея и известным игрокам команды,
- понимает и объясняет значимость двигательной активности на воздухе в укреплении здоровья,
- выполняет общепринятые правила бесконфликтного поведения в процессе урочной и игровой деятельности,
- демонстрирует уважительное отношение к сверстникам и взрослым на основе представлений о нравственных нормах и ценностях

Метапредметные результаты

- правильно использует основные понятия и термины игры в хоккей при описании двигательных действий,
- ориентируется в системе знаний о хоккее, может отличать новое от уже известного,
- преобразует схему двигательного действия или физического упражнения в двигательную активность или описывает ее словами,
- принимает и сохраняет цель учебного задания, выбирает способы его выполнения,
- отличает правильно выполненное и неправильно выполненное задание на основе предложенных правил,
- может объяснить причину успеха или неуспеха при выполнении задания,
- может выполнять индивидуальную задачу для достижения общего результата,
- оценивает свои поступки и поведение в игровой ситуации и поступки своих сверстников на основе самых простых общепринятых правил и базовых ценностей

Предметные результаты

- умеет выполнять основные способы передвижения лицом и спиной вперед на коньках с клюшкой (скольжение, бег, повороты, толчками ног) с соблюдением техники безопасности,
- умеет безопасно падать и встать со льда разными способами,
- умеет выполнять упражнения корригирующей гимнастики и упражнения для развития основных физических качеств,
- может характеризовать игровые амплуа хоккеистов,
- демонстрирует основные двигательные действия и технические элементы хоккея и флорбола в процессе игровой деятельности с соблюдением правил честной игры,
- знает методику и выполняет контрольно-тестовые упражнения для оценки основных физических качеств и уровня освоения техники движений,
- может определить и описать признаки утомления при выполнении разных видов физической активности.

3. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ» (1 КЛАСС)

Раздел 1. Знания о хоккее.

Основные этапы развития омского хоккея. История становления современной команды «Авангард», молодежной команды «Омские ястребы». Выдающиеся хоккеисты, чьими именами названы спортивные сооружения, улицы города Омска. Известные хоккеисты, играющие за команду Омской области.

Характеристика основных способов передвижения хоккеиста (скольжение вперед лицом и спиной без отрыва коньком ото льда, с поочередным отталкиванием левой и правой ногой; повороты скольжением по дуге, не отрывая коньков ото льда, бег короткими шагами, скольжение толчками ног вперед лицом и спиной способом «фонарик»). Основные правила игры в хоккей. Хоккейный словарь терминов и определений. Краткая характеристика игровых амплуа хоккеистов (нападающий, защитник, вратарь). Экипировка хоккеиста. Флорбол как вид двигательной активности, близкий к хоккею.

Понятия и характеристика технических элементов хоккея, их название и особенности выполнения.

Занятия хоккеем как средство укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма и развития физических качеств. Правила подбора физических упражнений хоккеиста. Здоровье формирующие факторы и средства.

Влияние занятий хоккеем на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения).

Требования безопасности при организации занятий хоккеем, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка занимающегося хоккеем. Гигиена и самоконтроль при занятиях хоккеем.

Раздел 2. Способы физкультурной деятельности

Самоконтроль и его роль в учебной и игровой деятельности. Первые внешние признаки утомления.

Гигиенические основы образовательной и досуговой двигательной деятельности (режим труда и отдыха). Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий хоккеем.

Подготовка места занятия, выбор одежды и обуви для занятий хоккеем (экипировка).

Классификация физических упражнений: подготовительные, общеразвивающие и корригирующие.

Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу и внутренним ощущениям. Тестирование уровня физической подготовленности в хоккее. Дневник самонаблюдения за показателями развития двигательных качеств и состояния здоровья. Способы и методы профилактики вредных привычек, асоциального и созависимого поведения.

Раздел 3. Физическое совершенствование

Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей).

Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки и технических действий хоккеиста: общеподготовительные упражнения (ОРУ; упражнения со снарядами; на снарядах из других видов спорта (легкая атлетика, гимнастика);

Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных хоккейных упражнений. Разминка и её роль в уроке физической культуры.

Подвижные игры (без мяча и с мячом), эстафеты с учетом специфики флорбола и хоккея. Индивидуальные технические действия передвижения на коньках. Техника владения клюшкой и шайбой. Индивидуальные и групповые действия.

Учебная игра в хоккей.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ В ШКОЛЕ» 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика видов деятельности обучающихся
1.	История развития хоккея в городе Омске. Интеллектуально-спортивная игра «Омск хоккейный».	2	<ul style="list-style-type: none"> - изучают основные периоды развития омского хоккея, - узнают об истории становления современной команды «Авангард», «Омские ястребы», - называют фамилии выдающихся хоккеистов, чьиими именами названы спортивные сооружения, улицы города Омска, - называют известных хоккеистов, играющих за команду Омской области, - взаимодействуют в группе при выполнении заданий на разных игровых станциях, - подводят итоги группой в игре, - объясняют важность катания на коньках в укреплении здоровья
2.	Игровые амплуа хоккея. Экипировка игроков. Личная гигиена.	2	<ul style="list-style-type: none"> - принимают участие в спортивной эстафете с частичным использованием хоккейной экипировки и инвентаря, - перечисляют предметны хоккейной экипировки и объясняют их роль в защите тела хоккеиста, - объясняют смысл игровых амплуа, роль командного взаимодействия в достижении цели игры, - объясняют важность соблюдения правил личной гигиены после занятий хоккеем, - дают оценку своему уровню личной гигиены с помощью теста «Проверь себя»
3.	Правила выбора одежды и обуви для занятий хоккеем и его разновидностями.	2	<ul style="list-style-type: none"> - подбирают экипировку с использованием правил, - учатся способам крепления экипировки на себе, - учатся способам шнуровки коньков, - устанавливают связь между соблюдением правил крепления экипировки и получением травм, - учатся помогать друг другу в надевании и креплении

			экипировки, - получают представление о разновидностях хоккея
4.	Основная стойка хоккеиста. Спортивные эстафеты с элементами флорбола.	2	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основную стойку хоккеиста, - имитируют движения с клюшкой, с помощью педагога и индивидуально определяя свой хват клюшки, - получают представление о хватах клюшки, - закрепляют свой хват клюшки в спортивных эстафетах, - обосновывают выбор своего хвата клюшки
5.	Основная стойка хоккеиста. Спортивные эстафеты с элементами хоккея.	2	<ul style="list-style-type: none"> - дают ответы на вопросы к рисункам «Основная стойка хоккеиста», - имитируют хоккейную стойку, - закрепляют основную стойку хоккеиста, - имитируют движения с клюшкой, индивидуально определяя свой хват клюшки, - закрепляют свой хват клюшки в спортивных эстафетах, - обосновывают выбор своего хвата клюшки
6.	Способы оценки самочувствия в процессе двигательной активности. Контрольнотестовые упражнения по оценке основных физических качеств.	2	<ul style="list-style-type: none"> - учатся правильно оценивать свое самочувствие, - учатся контролировать свой организм во время физических нагрузок, - выполняют контрольные упражнения для определения уровня развития физических качеств, - дают оценку своим навыкам самоконтроля с помощью тестового задания «Проверь себя», - оформляют дневник самоконтроля по основным разделам физкультурно-оздоровительной деятельности и уровню физического состояния
7.	Комплексы общеразвивающих упражнений и упражнений на различные виды дыхания на открытом воздухе.	2	<ul style="list-style-type: none"> - получают представление о физических упражнениях, развивающих силу и ловкость, - получают представление о работе органов дыхания, - выполняют упражнения на развитие разных видов дыхания (нижнее, среднее, верхнее, полное), - фиксируют в дневнике самоконтроля свое самочувствие, результаты выполнения контрольных упражнений до и после выполнения комплексов физических упражнений, - делают вывод о роли физических упражнений в развитии основных физических качеств
8	Корректирующая гимнастика по типам осанки.	2	<ul style="list-style-type: none"> - получают представление о понятии «правильная осанка», способе ее определения, - в паре со сверстниками определяют свой тип осанки, - выполняют и описывают упражнения корректирующей гимнастики с использованием спортивного инвентаря, - объясняют влияние правильной осанки на укрепление мышечного тонуса, формирование красоты движения и правильной стойки хоккеиста

9.	Подбор хоккейной экипировки. Правила надевания экипировки хоккеиста.	2	<ul style="list-style-type: none"> - отрабатывают правила подбора экипировки, - в парах со сверстниками закрепляют способы крепления экипировки на себе, - самостоятельно шнуруют коньки, руководствуясь правилами профилактики травматизма, - учатся помогать друг другу в надевании и креплении экипировки
10.	Имитация падения хоккеиста в неполной экипировке. Вставание из разных исходных положений.	2	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают понятие «падение», - знакомство со способами падения с соблюдением техники безопасности, - знакомство со способами вставания с соблюдением техники безопасности, - взаимодействуют со сверстниками в процессе отработки способов падения и вставания, контролируют его по частоте сердечных сокращений, - закрепляют в подвижных играх способы падения и вставания и развивают координацию, - объясняют значение умений «правильно» падать и вставать
12.	Постановка на лёд. Основная стойка хоккеиста. Шаги вперед, назад на коньках.	2	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают понятие «стойка хоккеиста», - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - самостоятельно осваивают технику передвижения вперед, назад на коньках с соблюдением техники безопасности при помощи опоры для катания, - выбирают индивидуальный темп шагания, контролируют его по самочувствию, - применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных качеств
13.	Падения хоккеиста в полной экипировке. Вставание со льда из разных исходных положений. Перенос центра тяжести с одной ноги на другую, не отрывая коньков ото льда.	4	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство со способами падения на льду с соблюдением техники безопасности, - знакомство со способами вставания со льда с соблюдением техники безопасности, - взаимодействуют со сверстниками в процессе отработки способов падения и вставания со льда, контролируют его по самочувствию, - выполняют подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести с одной ноги на другую, - объясняют значение умений «правильно» падать и вставать
14.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения в неполной хоккейной экипировке.	2	<ul style="list-style-type: none"> - получают представление о физических упражнениях, развивающих силу и выносливость, - выполняют комплексы физических упражнений на развитие силы и выносливость, - выполняют упражнения на развитие разных видов дыхания (нижнее, среднее, верхнее, полное), - фиксируют в дневнике самоконтроля свое самочувствие, результаты выполнения контрольных упражнений до и после выполнения комплексов

			<p>физических упражнений,</p> <ul style="list-style-type: none"> - делают вывод о роли физических упражнений в развитии основных физических качеств
15.	<p>Основные способы передвижения на коньках лицом и спиной вперед. Скольжение без отрыва коньков ото льда.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - знакомятся с разметкой хоккейной площадки, - учатся правильно определять назначение каждой линии на хоккейной площадке, - осваивают и описывают технику скольжения лицом и спиной вперед по прямой с использованием разметки хоккейной площадки (с применением опоры для катания и без нее), - выбирают индивидуальный темп скольжения, контролируют его по самочувствию
16.	<p>Основные способы передвижения на коньках лицом и спиной вперед. Скольжение с поочередным отталкиванием левой и правой ногой.</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - выполняют подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести с одной ноги на другую, - осваивают и описывают технику скольжения лицом и спиной вперед с поочередным отталкиванием левой и правой ноги по прямой (с применением опоры для катания и без нее), - выбирают индивидуальный темп скольжения, контролируют его по самочувствию
17.	<p>Основные способы передвижения на коньках лицом и спиной вперед. Повороты скольжением по дуге, не отрывая коньков ото льда.</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - выполняют подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести с одной ноги на другую, - осваивают и описывают технику скольжения лицом и спиной вперед по дуге, не отрывая коньков ото льда, - выбирают индивидуальный темп скольжения, контролируют его по самочувствию
18.	<p>Основные способы передвижения на коньках лицом вперед. Бег короткими шагами.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - выполняют подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести с одной ноги на другую, - отрабатывают основные способы передвижения на коньках лицом вперед по прямой, - выбирают индивидуальный темп скольжения, контролируют его по самочувствию
19.	<p>Основные способы передвижения на коньках. «Фонарик» (вперед-назад в движении, отталкивания двумя ногами).</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины передвижения на коньках, - выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов, подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести вперед и назад, - отрабатывают передвижение на коньках способом

			<p>«фонарик» вперед лицом и спиной по прямой,</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбирают индивидуальный темп скольжения, контролируют его по самочувствию
20.	<p>Основные способы торможения. V-образное торможение. Торможение внутренним ребром, поочередно.</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины торможений на льду, - выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов, подводящие упражнения для формирования умения переносить центр тяжести вперед и назад, - отрабатывают V-образное торможение. Торможение внутренним ребром, поочередно, - выбирают индивидуальный темп торможения, контролируют его по самочувствию
21.	<p>Основные способы держания клюшки. Ведение, не отрывая шайбы от крюка. Ведение короткими толчками шайбы вперед.</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - усваивают основные понятия и термины держания клюшки, хватов, - выполняют упражнения для укрепления лучезапястных суставов, подводящие упражнения для формирования умения удерживать клюшку, - отрабатывают ведение, не отрывая палки от кольца, ведение короткими толчками кольца, - отрабатывают ведение, не отрывая шайбу от крюка, ведение короткими толчками шайбы, - выбирают индивидуальный передвижения с шайбой, контролируют его по самочувствию
22.	<p>Правила игры во флорбол. Освоение игровых амплуа.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - осваивают правила честной игры, - осваивают основные правила спортивной игры, - описывают игровые амплуа, - согласовывают правила бесконфликтного игрового взаимодействия с членами команды и соперниками, - выбирают игровые амплуа и играют на основе правил, - закрепляют хват клюшки, - взаимодействуют со сверстниками во время игры с соблюдением техники безопасности
23.	<p>Игра во флорбол по упрощенным правилам.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - осваивают правила честной игры, - осваивают основные правила спортивной игры, - выполняют правила бесконфликтного игрового взаимодействия с членами команды и соперниками, - анализируют своей поведение и поведение сверстников в процессе игры, - выбирают игровые амплуа и играют на основе правил, - закрепляют хват клюшки, - взаимодействуют со сверстниками во время игры с соблюдением техники безопасности, - играют по упрощенным правилам, заданным учителем
24.	<p>Флорбол. Игра по правилам.</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - осваивают правила честной игры, - осваивают основные правила спортивной игры, - выполняют правила бесконфликтного игрового взаимодействия с членами команды и соперниками, - анализируют своей поведение и поведение

			<ul style="list-style-type: none"> - сверстников в процессе игры, - выбирают игровые амплуа и играют на основе правил, - закрепляют хват клюшки, - взаимодействуют со сверстниками во время игры с соблюдением техники безопасности, - играют по правилам спортивной игры
25.	Подвижные игры с элементами флорбола.	2	<ul style="list-style-type: none"> - знакомятся с алгоритмом придумывания подвижных игр, - учатся читать схемы организации подвижной игры, - придумывают правила игры с включение спортивного инвентаря и элементов флорбола, - включаются в подвижную игровую деятельность с соблюдением придуманных правил, - отрабатывают освоенные двигательные действия, - формулируют вывод о роли подвижных игр в физическом развитии школьника
26.	Контрольно-тестовые упражнения по оценке основных физических качеств и техники освоения движений.	4	<ul style="list-style-type: none"> - выполняют контрольные упражнения для определения уровня развития физических качеств и освоения техники выполнения движений, - дают оценку своим навыкам самоконтроля с помощью тестового задания «Проверь себя», - оформляют дневник самоконтроля по основным разделам физкультурно-оздоровительной деятельности и уровню физического состояния и техники освоения движений
	ИТОГО:	66	

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Список литературы

1. Алпацкая, Е. В. К вопросу о тестировании двигательных способностей детей / Е. В. Алпацкая // Здоровье. Физическая культура. Спорт: Сб. науч. тр. Смоленск: СГИФК, 2002. - С. 12-15.
2. Бурцева, Л. И. Игры-эстафеты в школе / Л. И. Бурцева // Спорт в школе. - 2003. - №15. - С. 18-19.
3. Быстров, В. А. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов / В. А. Быстров. М.: Terra-Спорт, 2000. - 64 с.
4. Жуков, М. Н. Подвижные игры: Учеб. для студентов пед.вузов / М. Н. Жуков. - М.: Академия, 2000. - 160 с.
5. Костюнина, Л. И. Физиологическое обоснование единства интеллектуальной и двигательной деятельности / Л. И. Костюнина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2012. №2 (23). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fiziologicheskoe-obosnovanie-edinstva-intellektualnoy-i-dvigatelnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 01.02.2021).
6. Мельников, И. В. Самый полный самоучитель. Лучшая книга для начинающих / И. В. Мельников. - АСТ 2014 - 208 с.
7. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей школьного возраста / Под ред. М. В. Антроповой, М. М. Кольцовой. М.: Педагогика, 2003. - С. 81-98.
8. Напалков, К. С. Состояние массового хоккея в России и пути его дальнейшего развития / К. С. Напалков // Молодой ученый. - 2018. - № 27. - С. 179-182
9. Никонов, Ю. В. Подготовка юных хоккеистов: учеб. пособие / Ю. В. Никонов. - Минск: Асар, 2008. - 320 с.
10. Райнер, М. Успешный тренер / М. Райнер - М.: Человек, 2014. - 441 с.
11. Поликарпочкин, А. Н. Физиология спорта. Медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов / А. Н. Поликарпочкин, А. Н. Михно, И. В. Левшин // Спорт 2016. - 168 с.
12. Савин, В. П. Теория и методика хоккея: Учебник для студентов высших учебных заведений / В. П. Савин. - М.: Академия, 2003. - 400 с.
13. Тарасов, А. Хоккей. Родоначальники и новички / А. Тарасов. - Эксмо 2015 - 408 с.

Интернет - ресурсы

1. Контрольные нормативы. Детский хоккей <http://northstars.ru/publ/2-1-0-42>
2. Методические рекомендации «Спортивные, подвижные игры, эстафеты и упражнения в единой системе тренировок в хоккее с шайбой в возрастной категории 7-16 лет» <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/12/02/sportivnye-podvizhnye-igry-estafety-i-uprazhneniya-v>
3. Правила вида спорта "Хоккей" www.garant.ru
4. Правила безопасности при игре в хоккей <https://gigabaza.ru/doc/84911.html>
5. Подвижные игры с хоккеем <https://vikidalka.ru/2-197497.html>
6. Подвижные игры для юных хоккеистов <http://icehockeyexpert.blogspot.com/2017/08/5-6-new-hockey-academy-26.html>

7. Словари и энциклопедии хоккей с шайбой
<https://biograf.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/32251>
8. Техника русского хоккея <http://www.offsport.ru/hockey/bandy/tehnika-igry.shtml>
9. Учительский портал www.uchportal.ru
10. Федерация Хоккея России <https://fhr.ru>
11. Физкультура и спорт <https://pedportal.net/starshie-klassy/fizkultura-i-sport/>
12. История омского хоккейного клуба «Авангард». <https://www.hawk.ru/history/>
13. Пионеры омского хоккея — Омская земля — общественный проект <http://omsk.land/sport/pionery-om-sko-go-hokkeya/>
14. Советы начинающим хоккеистам: с чего начинается мастерство - АТ Hockey <https://athockey.ru/sovetyi-nachinayushhim-hokkeistam-s-chego-nachinaetsya-masterstvo/>
15. Хоккей для детей - с какого возраста заниматься, польза и противопоказания <https://sport.insure/blog/khokkey-dlya-detey/>
16. Как научиться играть в хоккей: как начать заниматься хоккеем <https://blog.vsemayki.ru/aktivnye/snowboarding/>
17. Готовь клюшку летом! Домашнее задание на каникулы будущим хоккеистам - Советский спорт <https://www.sovsport.ru/hockey/articles/113506-gotov-kljushku-letom-domashnee-zadanie-na-kanikuly-buduschim-hokkeistam>

Материально-технического обеспечение модуля

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д - демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс);

К - полный комплект (на каждого ученика класса);

№ п/п	Наименование спортивного оборудования и инвентаря	Количество
1	Ворота хоккейные (комплект)	Д
2	Клюшки	К
3	Шайбы	К
4	Краги (перчатки)	К
5	Шлемы и маски игрока	К
6	Налокотники, щитки, раковина игрока	К
7	Джемперы, шорты, рейтузы	К
8	Коньки	К
9	Мячи и клюшки для зального хоккея	К
10	Комплект фишек тренировочных	Д
11	Опора для катания на коньках	Д
12	Палки и кольца для обучения ведению шайбы	К
13	Ледовая площадка (10х25, 20х40, 30х60)	Д

КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Боковая линия — линия, ограничивающая сбоку поверхность хоккейной площадки.

Быстрая атака — резкое стремление к воротам соперника с целью забить гол.

Ведение мяча/шайбы — технический прием, когда игрок, двигаясь в определенном направлении, ведет одной (левой или правой) рукой.

Вратарь — хоккеист, защищающий ворота.

Гол — заброшенный в ворота соперников мяч/шайба.

Дисквалификация — запрет игроку или команде участвовать в игре за грубое нарушение правил или моральных норм спортивной этики.

Жеребьевка — способ, помогающий определить, какая из команд может первой начать игру или имеет право выбрать площадку.

Жест судьи — движения рук, которыми судья демонстрирует факт нарушения правил или дальнейшее продолжение игры.

Замена игроков — ситуация, когда тренер заменяет играющих на площадке одного или нескольких хоккеистов запасными игроками.

Запасной игрок — спортсмен, официально внесенный в протокол матча и находящийся в момент игры на скамейке запасных. Он может в любой момент по решению тренера заменить кого-либо из играющих на площадке.

Защита — организованные технико-тактические действия игроков, с помощью которых преграждается путь соперникам для взятия ворот.

Защитник — игрок, основная функция которого — помешать нападающему команды соперника атаковать ворота и забить гол.

Линия ворот — линия шириной между стойками ворот.

Линия площадки ворот — линия, ограничивающая вратарскую площадку.

Линия середины поля — линия шириной 5 см, которая делит хоккейную площадку на две равные части.

Наколенник — специальное защитное средство от травм колена.

Налокотник — специальное защитное средство от травм локтя.

Нападение (атака) — организованные технико-тактические действия игроков с целью забить гол.

Опорная нога — во время броска, выставленная вперед нога игрока.

Ошибка — неточно выполненное техническое или тактическое действие.

Передача мяча/шайбы — технический прием, с помощью которого игроки осуществляют взаимодействие между собой для организации атаки ворот соперника.

Площадь вратаря — часть игрового поля, в которой может играть только вратарь. Обозначена полукругом.

Правила игры — установленный порядок ведения игры.

Расписание соревнований — официальный документ, в котором указываются место и время соревнований. Его утверждает главный судья.

Свисток судьи (сигнал звуковой) — оповещает о начале или конце игры, об остановке игры при нарушении правил, о забитом голе.

Система защиты — расположение игроков защищающейся команды на площадке.

Система нападения — расстановка игроков атакующей команды на площадке.
Скамейка запасных — скамейка, на которой во время игры находятся игроки команды, не находящиеся в данный момент на игровой площадке, удаленные игроки, готовые выйти на замену, а также официальные представители (тренеры, врач и массажист).

Судья — лицо, следящее за соблюдением хоккеистами правил игры во время соревнований и фиксирующее ее результаты.

Судья-информатор — судья, информирующий команды и зрителей о составах команд, забитых голах, удалении игроков с поля и т. д.

Судья-секретарь — судья, ведущий протокол игры.

Судья-секундометрист — судья, фиксирующий время игры и штрафное время.

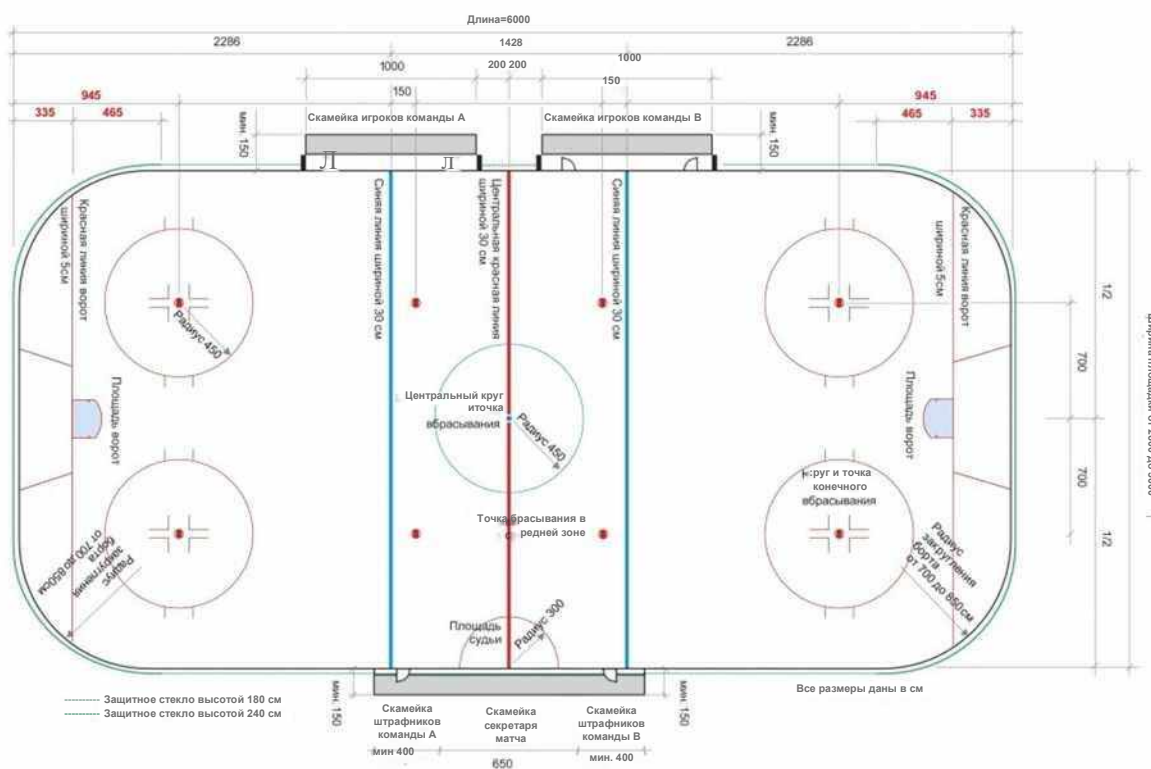
Судья у табло — судья, фиксирующий забитые командами голы. **Тактика игры** — оптимальный способ ведения игры с целью достижения победы, включающий: выбор места, отвлекающие действия, опека противника и т. д.

Техника игры — совокупность специальных приемов и действий в зависимости от конкретных условий и индивидуальных способностей хоккеистов.

Хоккей (англ. Hockey) — вид спорта, семейство игр на ледовой, тартановой, пластиковой, деревянной или травяной площадке, в котором две команды стараются поразить (мячом или шайбой) цель — ворота противника, используя клюшки

Хоккей с шайбой — это спортивная командная игра на льду, целью в которой является забросить шайбу в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Шайбу передают от игрока к игроку по ледяному корту специальными хоккейными клюшками. Побеждает команда, забросившая большее число шайб в ворота соперника

ХОККЕЙНАЯ ПЛОЩАДКА (СХЕМА)



Контрольные упражнения вне льда для обучающихся 1 классов (без формальных критериев оценки)*

№ п/п	Контрольные упражнения на льду
1.	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз
2.	Прыжки в длину с места, см
3.	Наклон вперед из положения сидя, см
4.	Бег 20 м, с

Контрольные упражнения на льду для обучающихся 1 классов (без формальных критериев оценки)*

№ п/п	Контрольные упражнения на льду
1.	Удержание стойки хоккеиста, с
2.	Прыжки на месте из основной стойки хоккеиста, кол-во раз
3.	Скольжение лицом вперед, не отрывая коньков ото льда, м
4.	Ведение, не отрывая шайбы от крюка, м

* Занимающиеся (без учета гендерных различий) выполняют контрольные упражнения по мере освоения, без контрольных нормативов и выявления уровня физической подготовленности. Полученные результаты фиксируются и являются отправными для последующего определения динамики развития с учетом гендерных различий.

Контрольные упражнения вне льда для обучающихся 1 классов (с формальными критериями оценки)

№ п/п	Контрольные упражнения на льду	Уровень					
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
		мальчики			девочки		
1.	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	2	3-4	5 и выше	1	2-3	4 и выше
2.	Прыжки в длину с места, см	100 и менее	115-135	155 и более	90 и менее	110-130	150 и более
3.	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и менее	3-5	9 и более	2 и менее	6-9	11,5 и более
4.	Бег 20 м, с	6,5 и более	6,3-5,2	4,6 и менее	7,6 и более	7,5-6,4	5,8 и менее

Контрольные упражнения на льду для обучающихся 1 классов (с формальными критериями оценки)

№ п/п	Контрольные упражнения на льду	Уровень					
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
		мальчики			девочки		
1.	Удержание стойки хоккеиста, с	5	6-7	8 и более	4	5-6	7 и более
2.	Прыжки на месте из основной стойки хоккеиста, кол-во раз	7	8-9	10 и более	6	7-8	9 и более
3.	Скольжение лицом вперед, не отрывая коньков ото льда, м	3	4-6	7 и более	2	3-5	6 и более
4.	Ведение, не отрывая шайбы от крюка, м	3	4-6	7 и более	2	3-5	6 и более

