Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра теории и методики футбола и хоккея

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.б.н., доцент И.В. Осадченко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  и.о. проректора по учебной работе  к.п.н., доцент А.П. Морозов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА/ОФП)»**

**(хоккей) Б1.В.03**

**Направление подготовки**

49.03.04 Спорт

**Наименование ОПОП**

«Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

**Квалификация выпускника**

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

**Форма обучения**

**очная**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан тренерского факультета  к.п.н., доцент С.В. Лепёшкина  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №9 от 04.04.2023 г.)  Зав. кафедрой, к.п.н., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Портнов  «5» июня 2023г. |

**Малаховка 2023**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденным приказом Министерства науки и образования Российской Федерации 25 сентября 2019 г., № 886 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 октября 2019 г., регистрационный номер № 56284), с изменениями, утвержденными приказом Министерства науки и образования Российской Федерации № 681 от 25 мая 2020 г.

**Составители рабочей программы:**

А.В. Портнов, к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А.А. Зайцев, д.б.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Н.В. Иванов, к.п.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Семиколенных Н.Л. к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Бурякин Ф.Г. к.п.н., профессор **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**1.** **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Соотнесенные профессиональные стандарты | Планируемые результаты обучения |
| УК-7 |  | **УК-7.1. Знает** основные методы и средства, применяемые в хоккее; комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовленности; методики обучения технике упражнений в хоккее; правила использования спортивного оборудования и инвентаря на занятиях по хоккею; основы организации здорового образа жизни.  **УК-7.2. Умеет** применять на практике средства и методы, используемые в хоккее; использовать спортивное оборудование и инвентарь, применяемые в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований по хоккею; использовать эффективные для хоккея методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности; проводить самостоятельно занятия по хоккею, обучать технике выполнения соревновательных упражнений, способствовать развитию нравственно-волевых качеств; проводить занятия по общей физической подготовке.  **УК-7.3. Имеет опыт** использования основ методики тренировки в хоккее; проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, по овладению техникой специально-подготовительных упражнений, по повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся средствами хоккея; проведения самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-оздоровительных мероприятий; проведения самостоятельных занятий на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий средствами хоккея; обеспечения правильной эксплуатации и сохранности инвентаря и оборудования. |

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина в структуре образовательной программы относится *к э*лективным дисциплинам по физической культуре и спорту

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина объемом 328 часов изучается в 1 - 6 семестрах в очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации:

1,2,3,4,5,6 семестр – зачет; 2,4,6 – дифференцированный зачёт (ОФП).

1. **Объем дисциплины и виды учебной работы:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Распределение по семестрам | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **328** | **36** | **76** | **36** | **72** | **36** | **72** |
| *В том числе:*  *Занятия семинарского типа:*  Практические занятия | | 328 | 36 | 76 | 36 | 72 | 36 | 72 |
| **Промежуточная аттестация:**  *зачет* | |  | + | + | + | + | + | + |
| *зачет с оценкой* | |  |  | + |  | + |  | + |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **328** | **36** | **76** | **36** | **72** | **36** | **72** |
| **зачетные единицы** | - | - | - | - | - | - | - |

1. **Содержание дисциплины**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела |
| 1. | Совершенствование спортивно-технических навыков | Совершенствование техники соревновательных и специально-вспомогательных упражнений в процессе учебно-тренировочных занятий. |
| 2. | Развитие общих и специальных физических качеств | Общая и специальная физическая подготовка. Выполнение комплексов упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, ловкости, быстроты, координационных способностей. Текущий контроль уровня физической подготовленности студентов. Подготовка к выполнению контрольных нормативов и повышение спортивной квалификации. |
| 3 | Приобретение и совершенствование педагогических навыков | Обучение и совершенствование педагогических навыков обучения технике двигательных действий. Проведение отдельных частей урока и урока в целом. Подготовка учебно-методической документации для проведения занятий. Овладение педагогическими навыками по исправлению ошибок в технике и подбору рациональных средств спортивной подготовки. Судейская практика. Овладение и совершенствование навыками судейства соревнований. |

1. **Распределение учебных часов по разделам и видам учебных занятий:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | Всего  часов |
| ПЗ |
| 1. | Совершенствование спортивно-технических навыков | 110 | 110 |
| 2. | Развитие общих и специальных физических качеств | 108 | 108 |
| 3. | Приобретение и совершенствование педагогических навыков | 110 | 110 |
| **Итого:** | | **328** | **328** |

**6. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

**6.1 Основная литература:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Быстров В. А.   Основы обучения и тренировки юных хоккеистов : учебное пособие / В. А. Быстров. - Москва : Терра-Спорт, 2000. - 64 с. : ил. - (Библиотечка тренера). - ISBN 5-93127-095-7 : 15.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 46 | - |
|  | Быстров, В. А.   Основы обучения и тренировки юных хоккеистов : учебное пособие / В. А. Быстров ; СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 1998. - табл. - Библиогр.: с. 63. - ISBN 5-7065-0434-2. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Кокорина, Е. А.   Морфологические критерии спортивного отбора : учебное пособие / Е. А. Кокорина ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2014. - ил. - Библиогр.: с. 77. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Никонов, Ю. В.   Подготовка юных хоккеистов : учебное пособие для студентов Республики Беларусь по специальности "Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею)" / Ю. В. Никонов. - Минск : Ансар, 2008. - 319 с. : ил. - Библиорг.: с. 317. - ISBN 978-985-6711-35-3 : 583.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 24 | - |
|  | Павлова, Н. В.   Совершенствование общей и специальной подготовки юных хоккеистов в многолетнем тренировочном цикле : методические рекомендации / Н. В. Павлова ; СибГУФК. - Омск, 2017. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Руководство по медико-биологическому сопровождению подготовки в детско-юношеском хоккее / И. В. Левшин, Л. В. Михно, А. Н. Поликарпочкин, Д. Г. Елистратов. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 152 c. — ISBN 978-5-906839-48-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/55589.html](http://www.iprbookshop.ru/55589.html%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Савин В. П.   Теория и методика хоккея : учебник для студентов академий и вузов физической культуры / В. П. Савин. - Москва : ACADEMIA, 2003. - 398 с. : ил. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 394. - ISBN 5-7695-1031-5 : 150.00: 349.94. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 61 | - |
|  | Савин, В. П.   Хоккей : учебник для институтов физической культуры / В. П. Савин. - Москва : Физкультура и спорт, 1990. - 320 с. : ил. - ISBN 5-278-00204-2 : 1.10. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 171 | - |
|  | Технология управления тренировочным процессом и соревновательной деятельностью юных хоккеистов на этапах многолетней спортивной подготовки : методические рекомендации / Н. В. Павлова, О. М. Куликова, И. Т. Лысаковский, И. А. Кузнецова ; СибГУФК. - Омск, 2018. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Тузова, Е. Н.   Унифицированное обучение детей катанию на коньках : учебное пособие / Е. Н. Тузова ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2000. - табл. - Библиогр.: с. 42-43. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей : приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15 мая 2019 г. №373 / . — Саратов : Вузовское образование, 2019. — 30 c. — ISBN 978-5-4487-0573-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/87584.html](http://www.iprbookshop.ru/87584.html%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Хоккей (Программа для детско-юношеских спортивных школ) : учебное пособие / В. А. Быстров, С. Н. Бобров, Е. Г. Головкин, К. В. Меньшиков ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 1999. - табл. - Библиогр.: с. 87-98. - ISBN 5-7065-0353-2. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Хоккей. Книга-тренер. - Москва : Эксмо, 2017. - 255 с. : ил. - 1440.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 26 | - |
|  | Шестаков, М. П.   Специальная физическая подготовка хоккеистов : учебное пособие для студентов ИФК / М. П. Шестаков, А. П. Назаров, Д. Р. Черенков. - Москва : СпортАкадемПресс, 2000. - 141 с. : ил. - ISBN 5-8134-0018 : 30.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 18 | - |
|  | Горский, В. Е. Программный материал по планированию тренировочного процесса в сезонном макроцикле хоккейных команд возраста 12–17 лет : практическое руководство для тренеров / В. Е. Горский, И. В. Захаркин. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 776 c. — ISBN 978-5-907225-79-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/119187.html (дата обращения: 07.12.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей |  |  |

* 1. **Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Быстров, В. А. Хоккей : программа для студентов заочного факультета / В. А. Быстров, Л. В. Михно ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2003. - табл. - Библиогр.: с. 70-71. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Вишнякова, Ю. Ю. Хоккей на полу : учебное пособие / Ю. Ю. Вишнякова, И. Г. Ненахов ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2015. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Зайцев, В. К. Технологии тренировки функциональных систем организма хоккеиста. Теория и практика профессионального спорта : учебное пособие для вузов / В. К. Зайцев. - Москва : Академический проект, 2006. - 222 с. : ил. - (Gaudeamus). - Библиогр.: с. 218-221. - ISBN 5-8291-0680-9 : 315.13. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 10 | - |
|  | Занковец, В. Э. Хочешь закончить с хоккеем - убей своё тело / В. Э. Занковец. - Минск : Издатель А. Н. Вараксин, 2014. - 159 с. : ил. - (Более другое). - ISBN 978-985-7092-23-9 : 832.01. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 2 | - |
|  | Михно, Л. В. Профессионализм игрока и тренера в хоккее : учебно-методическое пособие / Л. В. Михно ; СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2008. - Библиогр.: с. 49-50. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Мудрук, А. В. Координационная подготовка хоккеистов / А. В. Мудрук ; СибГУФК. - Омск, 2007. - 84 с. - Библиогр.: с. 79-82. - ISBN 5-88487-018-3 : б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Мудрук, А. В. Оценка и регистрация индивидуальных технико-тактических действий хоккеистов : учебное пособие для стедентов, преподавателей ИФК / А. В. Мудрук ; СибГАФК. - Омск, 1998. - 15 с. : ил. - Библиорг.: с.14 (5 назв.). - 5.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Никитушкин, В. Г. Методы отбора в игровые виды спорта / В. Г. Никитушкин, В. П. Губа. - Москва, 1998. - 284 с. - Библиогр.: с. 273-284. - ISBN 5-87453-016-9 : б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Савин, В. П. Контроль в системе подготовки хоккеистов высокой квалификации : методическая разработка для слушателей ВШТ / В. П. Савин, Н. Н. Урюпин ; ГЦОЛИФК. - Москва, 1991. - 40 с. : ил. - Библиор.: с. 39. - 0.20. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Савин, В. П. Психологическая подготовка хоккеистов : методическая разработка для слушателей ВШТ, ФПК и студентов ГЦОЛИФК / В. П. Савин, В. В. Медведев. - Москва, 1992. - 29 с. - Библиогр.: с. 28. - б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Сарсания С. К. Физическая подготовка в спортивных играх (хоккей на траве) : учебное пособие для студентов / С. К. Сарсания, В. И. Селуянов ; ГЦОЛИФК. - Москва, 1990. - 86 с. : ил. - 0.25. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Технология моделирования программ подготовки юных хоккеистов. Теория и практика детско-юношеского спорта : учебное пособие / В. К. Зайцев, О. А. Иванов, М. В. Зайцев, П. А. Слепцов. - Москва, 2009. - 128 с. : ил. - Библиогр.: с. 119-120. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Точицкий, А. В. Профессионально-правовое самообразование специалистов по хоккею с шайбой : информационно-дидактический курс. Ч. 2 / А. В. Точицкий, Л. В. Михно ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2010. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 26.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Хоккей : примерные программы спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР / В. П. Савин, Г. Г. Удилов, Ю. В. Королев, В. С. Львов. - Москва : Советский спорт, 2006. - 98 с. : ил. - Библиогр.: 12 назв. - ISBN 5-9718-0159-9 : 142.38. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 25 | - |
|  | Занковец, В. Э. Энциклопедия тестирований : монография / В. Э. Занковец. – Москва : Спорт, 2016. – 456 с. | 5 | - |

**7.Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»**, необходимый для освоения дисциплины (модуля).

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
15. Федерация хоккея России <https://fhr.ru/main/>
16. Континентальная хоккейная лига <https://www.khl.ru/>
17. **Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

**8.1. Специализированные аудитории**

- футбольное поле, мини-футбольная искусственная площадка;

- тренажерный зал для занятий ОФП и СФП;

- игровой зал;

- учебные аудитории с доской;

- Компьютер, проектор, экран, ноутбук;

- сканер, копировальный аппарат;

- CD и DVD диски

**8.2. Программное обеспечение.**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС»

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программе дисциплины*

*«Элективные курсы по физической культуре и спорту (прикладная физическая культура/ОФП)»*

*(хоккей)*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра теории и методики футбола и хоккея

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 6/23 от «20» июня 2023 г.

Председатель УМК,

и.о.проректора по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П.Морозов

«20» июня 2023 г

**Фонд оценочных средств по дисциплине**

«Элективные курсы по физической культуре и спорту

(прикладная физическая культура/ОФП)» (хоккей)

**49.03.04 Спорт**

***Наименование ОПОП:***

«Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

**Форма обучения**

Очная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол №9 от 04.04.2023 г.)

Зав. кафедрой к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А.В. Портнов

«5» июня 2023

Малаховка, 2023 год

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ**

**АТТЕСТАЦИИ**

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовые функции  (при наличии) | ЗУНы | Индикаторы достижения |
| УК-7 |  | **УК-7.1. Знает** основные методы и средства, применяемые в хоккее; комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовленности; методики обучения технике упражнений в хоккее; правила использования спортивного оборудования и инвентаря на занятиях по хоккею; основы организации здорового образа жизни.  **УК-7.2. Умеет** применять на практике средства и методы, используемые в хоккее; использовать спортивное оборудование и инвентарь, применяемые в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований по хоккею; использовать эффективные для хоккея методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности; проводить самостоятельно занятия по хоккею, обучать технике выполнения соревновательных упражнений, способствовать развитию нравственно-волевых качеств; проводить занятия по общей физической подготовке.  **УК-7.3. Имеет опыт** использования основ методики тренировки в хоккее; проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, по овладению техникой специально-подготовительных упражнений, по повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся средствами хоккея; проведения самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-оздоровительных мероприятий; проведения самостоятельных занятий на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий средствами хоккея; обеспечения правильной эксплуатации и сохранности инвентаря и оборудования. | Поддерживает должный уровень физической подготовленности **(тестирование общей физической подготовленности).**  Применяет на занятиях комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнения для повышения своего уровня общефизической подготовленности **(разрабатывает план-конспект занятия).** |

1. **Типовые задания:**
   1. ***Тестирование специальной физической подготовленности***

|  |  |
| --- | --- |
| Норматив | Результат |
| Челночный бег на коньках 5х54 м | Не более 38 с |
| Бег по малой восьмерке лицом и спиной вперед | Не более 21 с |

* 1. ***Темы индивидуальных проектов:***

**Раздел 1.** Развитие общих и специальных физических качеств

**Тема:** Составление плана-конспекта для групп начальной подготовки (по заданию преподавателя).

Вариант 1. Развитие скоростных способностей юных хоккеистов в НП-3

Вариант 2. Развитие ловкости юных хоккеистов в НП-2

Вариант 3. Развитие гибкости юных хоккеистов в НП-1

.

**Раздел 2.** Совершенствование спортивно-технических навыков

**Вариант 1.** Составить план-конспект для тренировочных групп (по заданию преподавателя).

Вариант 1. Совершенствование коротких передач шайбы в движении для группы ТЭ-1

Вариант 2. Совершенствование средних передач шайбы в движении для группы ТЭ-2

Вариант 3. Совершенствование техники ведения шайбы для группы ТЭ-4

Вариант 4. Совершенствование техники броска и щелчка для группы ТЭ-5

Вариант 5. Совершенствование атак с хода для групп ТЭ-4, ТЭ-5

Вариант 6. Совершенствование тактики игры в неполных составах ТЭ-4, ТЭ-5

Вариант 7. Совершенствование тактики игры в защите и атаке при вбрасываниях шайбы в различных зонах площадки для групп ТЭ-4, ТЭ-5

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПЛАН – КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**Студент** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Дата** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Для занимающихся группы** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Задачи занятия:**

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Оборудование и инвентарь:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Вводно-подготовительная часть занятия.**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Основная часть занятия**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Заключительная часть занятия**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |

* 1. ***Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.***

**Критерии оценки тестирования физической подготовленности:**

оценка **«зачтено»** выставляется обучающемуся, выполнившим вышеперечисленные нормативы;

оценка **«не зачтено»** ставятся студенту, не выполнившему наименьшие нормативы, предусмотренные программой обучения или в случае пропуска занятий студентом в объеме 60% и более без уважительной причины.

**Критерии оценки индивидуальных проектов:**

**«зачтено»** выставляется обучающемуся, если:

1. Представленные материалы соответствуют направленности тренировочного занятия.

2. Представлены четко сформулированные задачи тренировочного занятия.

3. Перечислены материально-технические условия необходимые для решения поставленных задач.

4. Запланированные средства решения задач учитывают возрастные, гендерные особенности контингента занимающихся и уровень их физической подготовленности.

5. Полностью раскрыты подготовительная, основная и заключительная части занятия (средства, дозировка, методы).

6. Показаны умения подобрать формы занятий, оборудование, рассчитать время, представить методические указания.

7. Предусмотрены меры по обеспечению безопасности занятий.

**«не зачтено»** выставляется обучающемуся, если:

1. Представленные материалы не соответствуют направленности тренировочного занятия.

2. Содержание тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятий не структурировано, подобраны не адекватные средства и методы.

**Контрольные нормативы для дифференцированного зачета**

**по ОФП (2, 4, 6 семестры)**

Испытания по ОФП проводятся в один день. Порядок испытаний у мужчин и женщин:

1. Подтягивание на перекладине (мужчины), сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (женщины);
2. Прыжок в длину с места;
3. Бег 1000 метров.

Экзамен оценивается по сумме набранных баллов по 100 балльной шкале.

Минимальный положительный балл-40.

**Оценочные таблицы для расчёта очков по ОФП**

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПОДТЯГИВАНИИ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| кол.  повт. | очки | кол.  повт. | очки |
| 8.00  9.00  10.00  11.00  12.00  13.00  14.00  15.00  16.00  17.00  18.00 | 600.00  614.29  628.57  642.86  657.14  671.43  685.71  700.00  705.23  710.46  715.69 | 19.00  20.00  21.00  22.00  23.00  24.00  25.00  26.00  27.00  28.00  29.00 | 720.92  726.14  731.37  736.00  737.91  739.83  741.74  743.66  745.57  747.48  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ С МЕСТА (ЮНОШИ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| см | очки | см | очки | см | очки | см | очки |
| 225.00  226.00  227.00  228.00  229.00  230.00  231.00  232.00  233.00  234.00  235.00  236.00  237.00  238.00  239.00  240.00  241.00  242.00  243.00 | 600.00  604.00  608.00  612.00  616.00  620.00  624.00  628.00  632.00  636.00  640.00  644.00  648.00  652.00  656.00  660.00  664.00  668.00  672.00 | 244.00  245.00  246.00  247.00  248.00  249.00 250.00  251.00  252.00  253.00  254.00  255.00  256.00  257.00  258.00  259.00  260.00  261.00  262.00 | 676.00  680.00  684.00  688.00  692.00  696.00 700.00  701.46  702.93  704.39  705.86  707.32  708.78  710.25  711.71  713.18  714.64  716.11  717.57 | 263.00  264.00  265.00  266.00  267.00  268.00  269.00  270.00  271.00  272.00  273.00  274.00  275.00 276.00  277.00  278.00  279.00  280.00  281.00 | 719.03  720.50  721.96  723.43  724.89  726.35  727.82  729.28  730.75  732.21  733.67  735.14  736.00 736.54  737.07  737.61  738.14  738.68  739.22 | 282.00  283.00  284.00  285.00  286.00  287.00  288.00  289.00  290.00  291.00  292.00  293.00  294.00  295.00  296.00  297.00  298.00  299.00  300.00 | 739.75  740.29  740.82  741.36  741.89  742.43  742.97  743.50  744.04  744.57  745.11  745.65  746.18  746.72  747.25  747.79  748.33  748.86  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В БЕГЕ НА 1000 м (ЮНОШИ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки |
| 3.50  3.49  3.48  3.47  3.46  3.45  3.44  3.43  3.42  3.41  3.40  3.39  3.38  3.37  3.36  3.35  3.34  3.33  3.32 | 600.00  602.50  605.00  607.50  610.00  612.50  615.00  617.50  620.00  622.50  625.00  627.50  630.00  632.50  635.00  637.50  640.00  642.50  645.00 | 3.31  3.30  3.29  3.28  3.27  3.26  3.25  3.24  3.23  3.22  3.21  3.20  3.19  3.18  3.17  3.16  3.15  3.14  3.13 | 647.50  650.00  652.50  655.00  657.50  660.00  662.50  665.00  667.50  670.00  672.50  675.00  677.50  680.00  682.50  685.00  687.50  690.00  692.50 | 3.12  3.11  3.10  3.09  3.08  3.07  3.06  3.05  3.04  3.03  3.02  3.01  3.00  2.59  2.58  2.57  2.56  2.55  2.54 | 695.00  697.50  700.00  701.83  703.66  705.49  707.32  709.15  710.98  712.81  714.64  716.47  718.30  720.13  721.96  723.79  725.62  727.45  729.28 | 2.53  2.52  2.51  2.50  2.49  2.48  2.47  2.46  2.45  2.44  2.43  2.42  2.41  2.40 | 731.11  732.94  734.77  736.00  737.34  738.68  740.02  741.36  742.70  744.04  745.38  746.72  748.06  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В СГИБАНИИ-РАЗГИБАНИИ РУК В УПОРЕ ЛЕЖА (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| кол.  повт. | очки | кол.  повт. | очки |
| 12.00  13.00  14.00  15.00  16.00  17.00  18.00  19.00  20.00  21.00  22.00  23.00  24.00  25.00  26.00  27.00  28.00  29.00  30.00  31.00 | 600.00  607.69  615.38  623.08  630.77  638.46  646.15  653.85  661.54  669.23  676.92  684.62  692.31  700.00  702.82  705.63  708.45  711.26  714.08  716.89 | 32.00  33.00  34.00  35.00  36.00  37.00  38.00  39.00  40.00  41.00  42.00  43.00  44.00  45.00  46.00  47.00  48.00  49.00  50.00  51.00 | 719.71  722.52  725.34  728.16  730.97  733.79  736.00  737.03  738.06  739.09  740.12  741.15  742.18  743.21  744.24  745.28  746.31  747.34  748.37  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ С МЕСТА (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| см | очки | см | очки | см | очки |
| 185.00  186.00  187.00  188.00  189.00  190.00  191.00  192.00  193.00  194.00  195.00  196.00  197.00  198.00  199.00  200.00  201.00  202.00  203.00  204.00  205.00 | 600.00  605.00  610.00  615.00  620.00  625.00  630.00  635.00  640.00  645.00  650.00  655.00  660.00  665.00  670.00  675.00  680.00  685.00  690.00  695.00  700.00 | 206.00  207.00  208.00  209.00  210.00  211.00  212.00  213.00  214.00  215.00  216.00  217.00  218.00  219.00  220.00  221.00  222.00  223.00  224.00  225.00  226.00 | 701.83  703.66  705.49  707.32  709.15  710.98  712.81  714.64  716.47  718.30  720.13  721.96  723.79  725.62  727.45  729.28  731.11  732.94  734.77  736.00  736.67 | 227.00  228.00  229.00  230.00  231.00  232.00  233.00  234.00  235.00  236.00  237.00  238.00  239.00  240.00  241.00  242.00  243.00  244.00  245.00 | 737.34  738.01  738.68  739.35  740.02  740.69  741.36  742.03  742.70  743.37  744.04  744.71  745.38  746.05  746.72  747.39  748.06  748.73  750.00 |

ТАБЛИЦА ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В БЕГЕ НА 1000 м (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки |
| 4.45  4.44  4.43  4.42  4.41  4.40  4.39  4.38  4.37  4.36  4.35  4.34  4.33  4.32  4.31  4.30  4.29  4.28  4.27  4.26  4.25  4.24  4.23  4.22  4.21  4.20  4.19  4.18  4.17  4.16  4.15  4.14 | 600.00  602.50  605.00  607.50  610.00  612.50  615.00  617.50  620.00  622.50  625.00  627.50  630.00  632.50  635.00  637.50  640.00  642.50  645.00  647.50  650.00  652.50  655.00  657.50  660.00  662.50  665.00  667.50  670.00  672.50  675.00  677.50 | 4.13  4.12  4.11  4.10  4.09  4.08  4.07  4.06  4.05  4.04  4.03  4.02  4.01  4.00  3.59  3.58  3.57  3.56  3.55  3.54  3.53  3.52  3.51  3.50  3.49  3.48  3.47  3.46  3.45  3.44  3.43 | 680.00  682.50  685.00  687.50  690.00  692.50  695.00  697.50  700.00  701.21  702.43  703.64  704.86  706.07  707.29  708.50  709.72  710.93  712.14  713.36  714.57  715.79  717.00  718.22  719.43  720.64  721.86  723.07  724.29  725.50  726.72 | 3.42  3.41  3.40  3.39  3.38  3.37  3.36  3.35  3.34  3.33  3.32  3.31  3.30  3.29  3.28  3.27  3.26  3.25  3.24  3.23  3.22  2.21  3.20  3.19  3.18  3.17  3.16  3.15  3.14  3.13  3.12 | 727.93  729.15  730.36  731.57  732.79  734.00  735.22  736.00  736.59  737.18  737.77  738.36  738.95  739.54  740.13  740.72  741.31  741.90  742.49  743.08  743.67  744.26  744.85  745.44  746.03  746.62  747.21  747.80  748.39  748.98  750.00 |

**Критерии оценки:**

- оценка «отлично» ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 2100 и более баллов;

- оценка «хорошо» ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 1970-2099 баллов;

- оценка «удовлетворительно» ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 1800-1969 баллов;

- оценка «неудовлетворительно» ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал менее 1800 баллов