



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ДВОРЕЦ СПОРТА ЮНОСТЬ»

СОГЛАСОВАНО:

на заседании педагогического совета
МАОУ ДО СШ «Дворец спорта Юность»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ ДО СШ
«Дворец спорта Юность»

Н.М.Папава

Протокол № 1 от 10.01.2023 г

Приказ № 6 от 10.01.2023 г.

Организация и проведение спортивно-оздоровительной работы по развитию
физической культуры и спорта среди лиц с ОВЗ
Дисциплина: «Специальный хоккей»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 6 - 17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов: 126, режим 3 ч/н

Разработчики:

Инструктор-методист Бочаров Денис Евгеньевич
Тренер-преподаватель по АФК Мамонова Кристина Андреевна

г. Нижний Новгород
2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Название разделов	Страница
1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.	Краткая характеристика вида деятельности и направленность Программы, актуальность	4
1.2.	Цель Программы	6
1.3.	Задачи Программы	7
1.4.	Адресат Программы	7
1.5.	Формы организации занятий и режим реализации Программы	7
1.6.	Срок реализации Программы	8
1.7.	Ожидаемые результаты	9
1.8.	Формы контроля и подведения итогов обучения	9
1.9.	Особенности работы с детьми с ОВЗ	10
2.	УЧЕБНЫЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	13
2.1.	Учебный план	13
2.2.	Содержания программного материала	14
2.3.	Особенности построения занятий	16
2.4.	Структура занятия	18
3.	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	16
3.1.	Учебно-методическое обеспечение Программы	19
3.2.	Материально-технические условия реализации Программы	24
3.3.	Кадровое обеспечение	25
3.4.	Учебно-информационное обеспечение Программы	28
3.5.	Интернет ресурсы	28

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организация и проведение спортивно-оздоровительной работы по развитию физической культуры и спорта среди лиц с ОВЗ по виду спорта «Специальный хоккей» (далее - Программа) разработана на основе:

- приказ № 94 от 20.02.2020 Министерство социальной политики Нижегородской области «О реализации Концепции комплексного сопровождения людей с расстройствами аутистического спектра и другими ментальными нарушениями в системе социального обслуживания населения Нижегородской области в 2020 году»;
- уставом и локальными актами МАОУ ДО СШ «Дворец спорта Юность»;
- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" ;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008. «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Статьи 31 Федерального закона № 329-ФЗ от 04.12.2007 года «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (адаптивный спорт).
- Дополнения к методическим рекомендациям по организации деятельности специального (коррекционного) общеобразовательного учреждения Российской Федерации от 12.12.2006 г. № СК-02-10/3685 «Об учреждении адаптивной физкультуры и адаптивного спорта»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разно уровневые программы) в области физической культуры и спорта, ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания»
- Федеральным законом «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 30.04.2021г. № 127-ФЗ, с дополнениями к Методическим рекомендациям по организации деятельности специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений в Российской Федерации от 12.12.2006г. № СК-02-10/3685 «Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»,
- другими нормативными правовыми актами Министерства спорта РФ;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Программа разработана на основе обобщений научных исследований в области детско-юношеского спорта и системы многолетней подготовки обучающихся, а также опыта работы тренеров-преподавателей с юными хоккеистами.

1.1. Краткая характеристика вида деятельности и направленность Программы, актуальность

Специальный хоккей – это разновидность хоккея на льду для спортсменов с нарушениями развития или когнитивными нарушениями.

Цель специального хоккея – дать людям возможность заниматься любимым видом спорта в среде, адаптированной к уровню их способностей. В специальном хоккее спортсмены играют в вертикальном положении (в отличие, например, от хоккея на санях) и в большинстве случаев без офсайдов, удалений, штрафов и т. д. Специальный хоккей – это не только спортивные занятия на льду, но еще и общение, командная работа и социальное взаимодействие, благодаря которым повышается самооценка и улучшается качество жизни игроков. Специальный хоккей объединяет широкий круг людей с ограниченными возможностями. В командах тренируются люди любого возраста с синдромом Дауна, расстройствами аутистического спектра и другими ментальными нарушениями. Занятия адаптированы к способностям игроков, и главное в них – не спортивные достижения, а командная работа, социализация и веселый настрой. Многие команды также предоставляют программу наставничества, в которой тренеры и волонтеры помогают игрокам получить важные навыки повседневной жизни.

Данная Программа является:

- по признаку направленности – физкультурно-спортивной;
- по признаку функционального предназначения – Организация и проведение спортивно-оздоровительной работы по развитию физической культуры и спорта среди лиц с ОВЗ;
- по признаку возрастного предназначения – школьного возраста;
- по признаку временных ресурсов, необходимых для реализации программы – средней продолжительности (42 недели);
- по уровню подготовленности обучающихся – разноуровневой;
- по признаку полового предназначения – без различий;
- по формам реализации – индивидуально – групповой.

По-своему назначению и содержанию данная Программа является моделью совместной деятельности тренера-преподавателя по АФК и обучающихся по достижению заранее запланированных результатов.

Новизна программы заключается в том, что предполагает использование различных приемов на занятиях: спортивные игры, эстафеты, соревнования, индивидуальная работа в паре с тьютором, а также другие упражнения в комплексе с физкультурно-оздоровительными мероприятиями, которые ориентированы на формирование жизненно важных навыков у детей с РАС:

- выполнение игровых и социально – бытовых инструкций;
- умение действовать в группе сверстников (т.е. сотрудничество);
- формирование моторных навыков;
- навыки имитации;
- сенсорное восприятие;
- самостоятельности, самоконтроля;

- забота о своём здоровье и теле;
- умение справляться с разочарованием, фрустрацией;
- развитие когнитивных навыков;
- развитие речи через спорт.

Данная Программа определяет соотношение разносторонней спортивной подготовки обучающихся, обеспечивающей оздоровительный эффект. Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт очень важны для людей с аутизмом всех возрастов. Регулярные физические упражнения способствуют сенсорной интеграции, развивают координацию и мышечный тонус, помогают освоить социальные навыки, поддерживают здоровый вес.

Актуальность программы определяется:

- запросом со стороны детей с ОВЗ школьного возраста и их родителей на программу физкультурно-спортивной направленности, удовлетворение потребности детей в активных формах двигательной деятельности, материально-технические условия для реализации которой имеются на базе Учреждения;
- региональных целевых программ развития дополнительного образования детей, а также программ и проектов развития адаптивной физической культуры и спорта.

Программа базируется на следующих принципах:

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека;
- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей, уважение личности ребенка;
- дифференцированный подход к построению занятий для детей, учет их потребностей, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания программы;
- принцип учета возрастно-психологических, индивидуальных особенностей и личных интересов ребенка с РАС обеспечивает условия для максимального развития ребенка и предоставляет ему возможность социализироваться и адаптироваться в обществе. Тренер должен уметь устанавливать контакт с ребенком через предметы, к которым он проявляет интерес (определенная книга, кусок ткани, блестящие фигурки, вода, песок и т.д.). Это дает возможность включать ребенка в элементарную совместную деятельность и взаимодействие с другими детьми;
- принцип системности коррекционных, воспитательных и развивающих задач. Обеспечивает стимулирование и обогащение содержания развития ребенка при моделировании реальных жизненных ситуаций;
- принцип комплексности методов коррекционного воздействия;
- принцип усложнения программного материала позволяет реализовывать программу на оптимальном для ребенка с РАС уровне трудности. Это поддерживает интерес ребенка и дает возможность ему испытать радость преодоления трудностей;
- учет объема, степени разнообразия, эмоциональной сложности материала обеспечивает постепенное увеличение объема программного материала и его разнообразие;

Методы:

1. упрощение инструкции к заданию:
 - разбивка многоступенчатой инструкции на короткие шаги в виде алгоритма;
 - замена сложных для понимания слов или фраз картинками (или пиктограммами), на которых схематически показано, что нужно делать;
 - дублирование устных инструкций наглядными.

2. Индивидуализация стимульных материалов;
3. сокращение объема заданий при сохранении уровня их сложности:
 - возможно, работать с меньшим количеством заданий. При этом уровень их сложности не меняется;
4. упрощение содержания задания:
 - варианты адаптации задания могут быть совершенно разными и касаться разных его аспектов: инструкции к заданию, его объема, уровня сложности, содержания.

Практические методы, используемые при реализации программы:

- метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений;
- игровой и соревновательный, применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры;
- круговой тренировки, предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.
- метод «рука в руке». Описание: метод поддерживающей помощи, когда во время обучения взрослый помогает ребенку, стоя позади него. Такая позиция дает возможность почувствовать ребенку, что он сам выполняет действия и одновременно чувствовать готовность взрослого помочь ему. Тренер/тьютор помогает ребенку физически совершить действие, направляя и координируя его движение;
- метод «имитация». Описание: уподобление кому или чему-либо, воспроизведение, повторение, копирование;
- метод «визуальное расписание». Описание: замена вербальных инструкций, на визуальные (картинки). Данную процедуру необходимо комбинировать с использованием поощрений, для того чтобы выполнение необходимых действий закрепилось, а визуальные инструкции приобрели контролирующие характеристики;
- тестирование предпочтений. Описание: выявление тех предметов, или видов активности, которые будут мотивировать (побуждать) ребенка на выполнение заданий;
- метод безошибочного обучения с использованием подсказок;
- видеомоделирование;
- визуальная поддержка и подкрепление;
- использование дополнительной системы альтернативной коммуникации с помощью карточек (PECS);
- социальные истории;

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в хоккей.

Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание должно уделяться формированию положительной устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями, к игре в хоккей.

1.2. Цель Программы

Цель программы – создание условий, способствующих социальной адаптации и двигательной активности детей\людей с РАС и другими ментальными нарушениями, укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности, посредством игры в хоккей.

1.3. Задачи Программы

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации к занятию спортом;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- обучение технике и тактике игры в футбол;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- гармоничное физическое развитие через организацию занятий с использованием приемов (элементов) техник владения мячом в футболе;
- познакомить/обучить разным функциям игроков в футболе: вратарь, защитник, полузащитник или нападающий;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями футбола и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ здорового образа жизни;

1.4. Адресат Программы

Характеристика целевой группы - дети от 6 до 18 лет и совершеннолетние граждане от 18 лет, с расстройствами аутического спектра и другими ментальными нарушениями.

Срок реализации программы: 1 год

Количество занятий в неделю – 3 раза.

Время проведения занятия - 45 минут.

Наполняемость группы 15 - 25 человек. На занятии кроме педагога присутствует тьютор, при необходимости могут присутствовать родители, в роли тьютора. Тьютор помогает тренеру организовать рабочее пространство, и помочь детям при выполнении заданий/инструкций/игр и т.д.

В зависимости от результатов тренер-преподаватель по АФК выстраивает учебно-воспитательный процесс в соответствии с индивидуальными показателями.

1.5. Формы организации занятий и режим реализации Программы

Форма обучения – очная. Обучение в Учреждении ведётся на русском языке. Реализация Программы осуществляется в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебные занятия начинаются 1 сентября и заканчиваются 30 июня. Продолжительность учебного года для спортивно-оздоровительного этапа – 42 недели.

Состав группы может изменяться в течение года. В случае выбытия обучающегося из группы, тренеру-преподавателю рекомендуется принять меры по её документированию. Зачисление обучающегося в состав группы в течение учебного года производится при наличии вакантного бюджетного места. Перевод из другого учреждения

спортивно-физкультурной направленности в Учреждение осуществляется при наличии вакантного места в группах.

В каникулярный период тренировочные занятия проходят согласно утверждённому директором Учреждения расписанию.

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Занятия проводятся три раза в неделю по 1 академическому часу каждое. Всего недельная нагрузка составляет 3 часа.

Расписание занятий составляется с учётом создания благоприятных условий и режима тренировочных занятий, отдыха обучающихся, графика обучения их в общеобразовательных учреждениях или нахождения в дошкольных учреждениях.

Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется годовым учебным (тренировочным) планом (далее – учебный план), годовым календарным графиком, расписанием тренировочных занятий.

Таблица № 1

Возраст обучающихся	Период обучения	Минимальная наполняемость группы (человек)	Максимальная наполняемость группы (человек)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
с 6 лет	42 недели	15	25	3

Формы занятий определяются тренером-преподавателем самостоятельно в зависимости от особенностей материала, от возрастных особенностей организма обучающихся и освоения материала. Формы проведения занятий разнообразны:

- фронтальная (работа со всеми одновременно);
- групповая (разделение обучающихся на группы для выполнения определённой работы);
- текущий контроль и промежуточная аттестация.

При проведении занятий, тренерско-преподавательский состав самостоятельно принимает решение, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся, о необходимости привлечения сопровождающих на всё время занятия (тьюторов); при отсутствии вышеуказанных специалистов, вправе привлечь в такой роли родителей/законных представителей.

При организации тренировочных занятий с детьми школьного возраста с ОВЗ необходимо учитывать ряд методических и организационных особенностей:

1. тренировочные занятия с юными спортсменами не должны быть ориентированы на достижение высоких спортивных результатов;
2. тренировочные нагрузки должны соответствовать функциональным возможностям растущего организма;
3. в процессе занятий необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить организацию педагогического контроля состояния здоровья и физического развития;
4. надёжной основой успеха юных спортсменов в будущем является приобретённый фонд умений и навыков, всестороннее развитие физических качеств;
5. обучение осуществляется на основе общих методических принципов.

1.6. Срок реализации Программы

Срок обучения по Программе один год в общем объёме 126 часов, 42 учебные недели. При реализации Программы предусматриваются занятия в условиях Учреждения. В каникулярный период обучающиеся могут получать самостоятельные задания, которые выполняются при непосредственном контроле их родителей. Продолжительность учебной

недели 6 дней, включая каникулы. Учебные занятия начинаются 1 сентября и заканчиваются 30 июня.

Таблица № 2

Начало учебного года	01 сентября
Окончание учебного года	30 июня
Продолжительность учебного года	42 недели (3 часа в неделю, 126 часа в год)
Продолжительность учебной недели	Шестидневная рабочая неделя
Режим занятий	По утвержденному расписанию
Продолжительность занятий	45 минут
Начало занятий	8:00
Окончание занятий	20:00

1.7. Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты:

- простейшие перестроения: в колонну, круг и в рассыпную\обратно;
- основные виды движений: различные виды скольжения и др.;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции тренера;
- уметь выполнять движения со спортивными предметами (с клюшкой);
- повышение уровня физической подготовленности и физического развития;
- улучшение состояния здоровья;
- освоение правил игры в хоккей;
- освоение основ техники и тактики игры в хоккей;
- социальная адаптация детей;
- умение играть в команде;
- интерес и мотивация к спортивным играм.
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- научиться работать в парах и малых группах;
- умение адаптироваться в стрессовых ситуациях на спортивных площадках;
- мотивация родителей детей с РАС продолжать работу над развитием физических качеств у детей

1.8. Формы контроля и подведение итогов обучения

Систематический сбор информации об успешности образовательного процесса, контроль над состоянием физического развития, физической подготовленности обучающихся определяется контрольными испытаниями. Порядок проведения контрольных испытаний для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа отражен в «Положении о промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МАОУ ДО СШ «Дворец спорта Юность». По окончании обучения проводится промежуточная аттестация.

Результаты промежуточной аттестации служат рекомендацией для зачисления на реализуемые в Учреждении программы спортивной подготовки. Подготовка обучающихся в спортивно-оздоровительных группах является тем фундаментом, на котором в дальнейшем, строится подготовка спортсменов высокой квалификации.

На спортивно-оздоровительном этапе требуется более вариативный подход к оценке уровня подготовленности детей по итогам учебного года, который нашёл своё отражение в оценочной характеристике выполнения нормативов.

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с хоккеистами на всех

этапах многолетней подготовки. В процессе учебно-тренировочной работы систематически ведётся учёт подготовленности путём:

- текущей оценки усвоения изучаемого материала;
- оценки результатов выступления в соревнованиях;
- выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования.

Цель: контролирование над качеством специального и физического развития обучающихся, овладения ими технических игровых действий и приёмов, навыков социальной адаптации.

Задача: определить уровень общей и специальной физической подготовленности обучающихся отделения за учебный год.

Время и сроки проведения испытаний: контрольные испытания по ОФП, СФП обучающихся отделения согласно в сроки установленные приказом директора Учреждения в конце учебного года на тренировочных занятиях.

Контрольно-переводные испытания представлены в виде нормативных требований по ОФП и СФП (таблица № 3).

Результаты освоения теоретической части Программы оцениваются в ходе собеседования обучающегося.

1.9 Особенности работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Особенности организации тренировок для всех уровней игроков

Многие думают, что спортсмены с ограниченными возможностями здоровья имеют одинаково низкий уровень способностей. Однако не все так однозначно. Такая хоккейная команда имеет в своем составе как спортсменов с весьма ограниченным опытом участия в спортивной деятельности, так и тех, кто занимается годами, возможно даже участников интегрированных (мультиспортивных) программ. Организация тренировок пойдет гораздо легче, если у вас есть полное представление о способностях каждого спортсмена. После этого можно приступить к разработке программы конкретной тренировки, которая будет соответствовать нуждам всех занимающихся. Довольно часто в хоккейных секциях занимается более 20 игроков с ограниченными возможностями здоровья, что позволяет разделить их на две или более группы. Это делает обучение более специализированным. Учтите, что разделение игроков на группы с учетом типа нарушений развития может оказаться трудным делом. Поэтому многие тренеры выбирают более простой принцип деления по уровню подготовленности, антропометрических данных и степени нарушений, что позволяет создать оптимальную среду для занятий.

В большей степени используются методы обеспечения наглядности (качественный показ техники выполнения упражнений), методы упражнений – игровой и соревновательный. При изучении двигательных упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – простым.

Примеры работы с разными уровнями инвалидности

- Привлекайте местных хоккеистов-юниоров в качестве волонтеров, которые могут продемонстрировать навыки и приемы игры. Такой метод оставит тренеру время для более плотной работы с каждым игроком.

- Разделите площадку на несколько участков, на каждом из которых отрабатывается конкретный прием игры, и периодически меняйте их. В некоторых командах практикуется деление игроков по физическим или умственным способностям. В

других игроков делят произвольным образом. В любом случае, главным педагогическим принципом остается постановка индивидуальных целей для каждого игрока.

- При любой возможности давайте упражнения, имитирующие игровые ситуации. Используйте игры на мини-площадках, внедряйте состязательность.

- Используйте и свободное время. Это даст вам возможность в неформальной обстановке научить игроков чему-то еще. Многие спортсмены лучше усваивают правила без давления игровой обстановки. Важно давать игрокам попробовать выполнить какой-то прием самостоятельно, что многое может прояснить и для них самих, и для вас.

- Делайте подвижные игры неотъемлемой частью каждой тренировки.

Как вести себя с игроками в начале занятий

❖ Педагогические факторы

Главное – дать понять спортсмену, какую радость он испытывает, когда освоит то, чему вы его учите. Один из факторов, влияющих на мотивацию, – причина посещения тренировки. Спортсмен пришел, потому что сам захотел или кто-то его уговорил? Чувствует ли он себя комфортно, потому что он знает этот вид спорта или это новый опыт? Ответы на эти вопросы облегчат вашу задачу: сделать первую тренировку радостной и создать мотивацию для посещения следующей.

● По вопросам безопасности тренер должен проконсультироваться с родителями, опекунами и с самими спортсменами. Вы должны выяснить, что вам как тренеру следует учитывать в работе. Никто не ожидает, что вы станете для спортсменов врачом; используйте здравый смысл.

● Достоинство, уважение... это то, что можно легко дать, но и легко отнять. Наилучшим способом тестирования способностей начинающего спортсмена станет разговор с ним: узнайте, что ему больше всего нравится, как он чувствует себя во время тренировки, чего хочет добиться в данном виде спорта.

● Будьте готовы к тому, что у спортсменов и их семей есть собственные ожидания относительно будущих достижений. Тренеру следует выяснить эти ожидания; они придают игрокам особую мотивацию, подталкивают к новым высотам. Помните об ограничениях, но не позволяйте им определить спортсмена, как «неперспективного».

❖ Социальные факторы Необходимо помнить, что у спортсменов могут быть различные социальные навыки, уровень работоспособности, экономическое положение и даже привычки питания. Не всегда они наилучшим образом соответствуют занятиям в спортивной секции. Тренеру необходимо приспособиться к этим обстоятельствам и помочь спортсменам соответствовать собственным ожиданиям.

Тип инвалидности	Характерные особенности	Оптимальная обучающая стратегия
Умственная отсталость (общая)	Обработка информации в процессе обучения идёт медленно, диапазон внимания невелик. Диагностируется в детском возрасте.	1. Тренировочная работа – короткими периодами. 2. Обязательны повторения – ключ к усвоению навыка/приема. 3. При работе учитывайте, что такие спортсмены все понимают буквально.
Аутизм	Проблемы с коммуникацией, такие люди живут «в своем мире», но часто все понимают и	1. Соблюдайте установленный порядок тренировки.

	даже очень умны.	<ol style="list-style-type: none"> 2. Четко обозначайте любые изменения в ходе занятия. 3. Избегайте во время занятия появления отвлекающих факторов.
Детский церебральный паралич	Плохой мышечный контроль. Сложности с речью. Не указывает на умственную отсталость.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Работайте над укреплением мышц. 2. Развивайте двигательные навыки. 3. Над каждым приемом или навыком работайте отдельно.
Синдром Дауна	Дефект умственного развития, уровень от среднего до значительного. Вызван причинами генетического характера. Вы должны убедиться, что хорошо проинформированы о таком феномене, как атланто-аксиальная нестабильность, прежде чем давать упражнения с нагрузкой на шейный отдел.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Четко формулируйте задачи. 2. В разговоре используйте контакт глазами: работайте с такими спортсменами один на один, когда показываете новый навык; это позволит добиться их полного внимания. 3. Многократно повторяйте пройденное.
Фетальный алкогольный синдром	Предрасположенность к дефициту внимания и плохой памяти. С трудом концентрируются на задаче, испытывает трудности с запоминанием пройденного.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Установите четкий порядок тренировки. 2. Установите жесткие правила и границы допустимого поведения. 3. Поощряйте приемлемое поведение.
Синдром МартинаБелл (синдром ломкой Ххромосомы)	Вытянутое лицо, предрасположенность к припадкам и проблемы с координацией движений.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тренировка должны быть четко структурирована, а ее ход – предсказуем. 2. Минимизируйте аудио- и визуальную нагрузку.
Синдром ПрадераВилли	Повышенная сонливость, склонность к перееданию, Плохая координация движений.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тренировка должны быть четко структурирована, а ее ход – предсказуем. 2. Установите жесткие правила и четко обозначьте цель каждого занятия.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

В Программе отражено построение образовательного процесса спортивно-оздоровительных групп, распределение объемов основных средств и интенсивности тренировочных нагрузок в недельных циклах. В учебном плане сохранена номенклатура обязательных образовательных компонентов и базисное количество часов на обязательные образовательные компоненты.

В целях реализации Программы Учреждение ежегодно разрабатывает и утверждает годовой календарный учебный график из расчета 42 недели, предусматривающий:

- теоретические занятия в течение недели;
- практические занятия;
- промежуточную аттестацию обучающихся.

Таблица № 5

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	Формы итоговой аттестации
1.	Теоретическая подготовка	6	Устный опрос
2.	Практическая подготовка	120	
2.1.	Общая физическая подготовка	36	Контрольные испытания (нормативы)
2.2.	Специальная физическая подготовка	18	
2.3.	Технико-тактическая подготовка	64	
2.4.	Итоговая аттестация	2	
	Итого часов:	126	

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями», дисциплины «специальный хоккей»

Таблица № 6

Виды спортивной подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
Общая физическая подготовка	25-30 %
Специальная физическая подготовка	10-15 %
Технико-тактическая подготовка	не менее 45 %
Теоретическая подготовка	4-9 %
Контрольно-переводные испытания	1-2 %

Учебный план

Таблица № 7

Разделы подготовки	Месяцы												Всего за год
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
	42 недели												
Объем по видам подготовки (в часах)													
Теоретическая подготовка	1	1	1		1		1		1				6
Общая физическая	5	4	5	5	2	3	2	3	3	4			36

подготовка													
Специальная физическая подготовка	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2			18
Элементы технико-тактической подготовки	5	6	5	6	6	8	8	8	7	5			64
Промежуточная аттестация										2			2
ИТОГО	13	13	13	13	10	12	13	13	13	13			126

Учреждение организует работу с обучающимися в течение всего календарного времени, рассчитанного на 42 недели учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях спортивной школы. Во время каникул проводятся учебно-тренировочные мероприятия, организуется воспитательная работа с обучающимися и допускается самостоятельная работа обучающихся по индивидуальному плану.

Запланированный к изучению годовой объем материала должен быть освоен в течение учебного года. В случае возникновения форс-мажорных обстоятельств, повлекших отмену тренировочных занятий, предусмотренный учебным планом годовой объем материала распределяется тренером – преподавателем по АФК и изучается в рамках оставшегося до конца учебного года объема часов.

2.2. Содержание программного материала

Программа содержит разделы, в которых изложен материал по видам подготовки (теоретическая, физическая (общая и специальная), технико-тактическая), средства, методы и формы подготовки, система контрольных нормативов и упражнений.

Содержание программного материала обеспечивает непрерывность и последовательность процесса на протяжении всего периода обучения.

Содержание теоретического и практического материала Программы

Таблица № 8

№	Разделы подготовки	Количество часов
	I. Теоретический	6
1.1	Инструктаж по ОТ и ТБ во время занятий хоккеем	
1.2	Физическая культура и спорт в России	1
1.3	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена	1
1.4	Значение занятий хоккеем для развития детей	1
1.5	Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	1
1.6	Краткие сведения о технике хоккея	1
	II. Общая и специальная физическая подготовка	54
2.1.	Выносливость	10
2.2.	Сила	8
2.3.	Быстрота, скорость	14
2.4.	Ловкость, координация движения	14
2.5.	Гибкость	8
	III. Техничко-тактическая подготовка	64
3.1.	Перемещения	4
3.2.	передача	15
3.3.	ведение	15
3.4.	бросок шайбы	4
3.5.	Тактические приёмы	12
3.6.	Игровая подготовка	14

	IV. Итоговая аттестация	2
	ИТОГО:	126

Теоретическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на вооружение юных спортсменов знаниями в теории хоккея, личной гигиены и здорового образа жизни. Теоретическая подготовка способствует также приобретению обучающимися интеллектуальных умений и навыков, ведущих к формированию убеждений познавательных способностей в процессе деятельности. Поэтому к проведению теоретических занятий не должно быть формального отношения ни со стороны тренера-преподавателя, ни со стороны обучающихся.

Тема 1. Инструктаж по ОТ и ТБ во время занятий. Правила поведения на льду, в раздевалке, фойе Учреждения. Требования к спортивной снаряжению для занятий хоккеем.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие хоккея в России. Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития. Роль физической культуры в воспитании молодежи.

История развития хоккея в мире и нашей стране. Достижения хоккеистов России на мировой арене.

Тема 3. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Мотивация к регулярным занятиям спортом. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к тренировкам.

Тема 4. Значение занятий хоккеем для развития детей с ОВЗ. Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте.

Тема 5. Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте. Понятия о гигиене. Гигиена тела. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятия о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию обучающихся. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания. Пищевые отравления и их профилактика. Режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гигиенической гимнастики для юного спортсмена. Вредные привычки – курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек. Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Травматизм в процессе занятий хоккеем; оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях, приёмы искусственного дыхания, транспортировка пострадавшего. Профилактика спортивного травматизма.

Тема 6. Краткие сведения о технике хоккея Основы техники и техническая подготовка.

Основные сведения о технике игры, о её значении для роста спортивного мастерства.

Средства и методы технической подготовки. Классификация и анализ техники изучаемых приёмов игры.

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

Общеподготовительные упражнения:

- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса;
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава;
- Упражнения для шеи и туловища;
- Упражнения для всех групп мышц;
- Упражнения для развития силы;
- Упражнения для развития быстроты;

- Упражнения для развития гибкости;
- Упражнения для развития ловкости;
- Упражнения типа «полоса препятствий»;
- Упражнения для развития общей выносливости.

2.3 Особенности построения занятий

Программа по «специальному хоккею» позволяет решать комплекс задач по физическому развитию детей с РАС, их социализации в среде сверстников и в обществе в целом. Данная программа имеет не только физкультурно-спортивную направленность, но и развитие других жизненно – важных навыков у детей с РАС. Поэтому каждая тренировка/занятие строится с учетом формирования таких навыков, как:

1. выполнение инструкций, сотрудничество — одна из первых целей любой программы для детей с ОВЗ. Любое занятие, любой урок, не только физкультуры, основываются на умениях выполнять инструкции и сотрудничать с педагогом/тренером;
2. выполнение инструкций в открытом пространстве. Большинство детей с аутизмом могут работать за столом. При этом в публичных местах они не могут применить полученные навыки за столом. Это происходит потому, что дети не приучены к выполнению инструкций издалека и не произошла генерализация навыков. Большая площадь спортивного зала постепенно помогает ребенку научиться воспринимать обращение, данное с большого расстояния;
3. имитация. Данный навык является базой любого обучающего процесса. Что лучше урока физкультуры поможет развить моторную имитацию.
4. коммуникация. Спектр аутизма очень широк, и каждый ребенок имеет свои особенности. Даже ребенок с очень низким уровнем коммуникации может отработать начальную стадию общения с помощью игры в хоккей (тренер по льду катит шайбу к ребёнку, а ребёнок бросает ее обратно к тренеру). Ребёнок с несколько более высоким уровнем коммуникации и умением управлять шайбой может бросать шайбу тренеру и принимать его обратно. Успешно выполненное упражнение подкрепляется глазным контактом и хлопком рук тренера и ученика «дай пять», выражающим одобрение. Естественно, уровень коммуникации постепенно повышается;
5. моторные навыки. Многие дети с РАС испытывают трудности в этой области. Неуклюжесть детей с РАС, проблемы планирования движения, гипо- или гипертонус мышц есть почти у всех. Спортивная деятельность повышает ловкость, улучшает координацию, формирует умение управлять своим телом и манипулировать предметами (например, клюшкой); часто после занятий дети перестают ходить на носочках и становятся спокойнее;
6. сенсорное восприятие. После занятий физкультуры многие дети с РАС делают длительную паузу в самостимуляциях. В спортзале ребёнок испытывает особенные ощущения. Любой звук отдаётся эхом — голос тренера, шаги, скольжение шайбы по льду. Специфический запах оборудования, спортивного инвентаря и пота может помешать детям с высокой обонятельной чувствительностью. Концентрация внимания. Многие дети с аутизмом страдают дефицитом внимания;
7. быстрота реакций. Одна из серьезных проблем детей с РАС — медленная реакция. Ответ на простой вопрос «как тебя зовут?» может занять несколько секунд. Спортивные упражнения, например, требуют немедленного реагирования, тем самым помогая развивать быстроту реакции;
8. дисциплинированность. Общая атмосфера на тренировке мешает ребенку проявлять нежелательное поведение. Темп, краткость и однозначность инструкций, тон голоса, — все это сокращает возможности избегать требований и учит ребенка дисциплине.

Конечно, это не происходит в первое же занятие. Уверенное и строгое поведение тренера достаточно быстро преодолевает сопротивление даже самых «неспортивных» детей. Для этого необходима: предсказуемость, краткость, четкость и повторение инструкций тренера. Это важные условия эффективности спортивных тренировок. В отличие от обычных жизненных ситуаций, спорт предполагает использование коротких и четких команд. Высокий темп занятий не позволяет тренеру пространно объяснять каждый шаг. Такой вид коммуникации наиболее эффективен для детей с аутизмом, которые нередко затрудняются в понимании речи. Ребенку легче понять задание, данное в краткой форме, и он его успешно выполняет. Большинство упражнений нужно отрабатывать много раз. Дети с РАС чувствуют себя спокойней в предсказуемой ситуации и обычно не возражают против многократных повторений, тем самым добиваясь хороших результатов;

9. сдерживание и самоконтроль. Всем известно, что очень трудно внезапно остановиться во время быстрого бега. Проблемы многих детей с аутизмом подобны: они застревают на определенном виде деятельности и при необходимости не могут его быстро прекратить. Спорт помогает развивать самоконтроль, умение сдерживаться. Тренер может дать команду «стоп» после нескольких повторений упражнения, тем самым вызывая необходимость прерваться, преодолеть инерцию. Например, требуя остановиться после серии прыжков на батуте или прекратить передачу мяча после серии последовательных передач;
10. умение справляться с разочарованием, фрустрацией. Спортивные упражнения не всегда удаются с первого раза. Отработка того или иного задания приучает детей не бросать начатое на полпути и вырабатывает умение идти к цели, пересиливая отрицательные эмоции, вызванные неудачами;
11. развитие когнитивных навыков. Возможности, скрытые в спортивной деятельности, действительно весьма обширны. Если ребёнок хорошо занимается и ведет себя социально-приемлемо во время тренировки, то можно уделить внимание и когнитивным навыкам. Например, обучению цветам (брось шайбу партнеру, доедь до конуса и обратно), числам (брось 3 раза, сделай 4 скольжения вокруг конуса, принеси 2 шайбы), понятиям большой — маленький (принеси большой конус) и т.д. Можно обучать названиям частей тела: «руки на голову», «руки на плечи», «руки на колени»;
12. коррекция «аутичной осанки». Дети с аутизмом обычно не имеют каких-либо отличительных внешних признаков. Тем не менее, говорят о так называемой «аутичной осанке», которая присуща многим детям с РАС в более старшем возрасте. Это такой вид сутулости, который как бы подчеркивает закрытость и отчуждение от внешнего мира. При взгляде на человека с такой осанкой, создается впечатление замкнутости, недоступности. Причина кроется в слабом плечевом поясе, который следует разрабатывать в рамках спортивных упражнений, например, при ходьбе в упоре лежа;
13. развитие речи через спорт. Спортивные занятия могут также быть использованы для развития понимания речи, для расширения пассивного словаря. Поначалу тренер может сам демонстрировать ребенку свои инструкции и постепенно заменять на голосовые;
14. командная игра. Командная спортивная игра обучает ребенка пониманию правил и формирует умение четко им следовать, а также развивает очень многие другие качества и социальные навыки и умения, которые более сложно привить ребенку другим способом.

Например:

- ощущение себя как части целого (команды);
- понимание, что в игре есть «свои» и «чужие»;
- что необходимо сотрудничество с игроками команды для достижения общей цели;

- умение предвидеть ситуацию, оценить возможное намерение соперника и предотвратить его действия;
- быстрое реагирование;
- планирование;
- умение решать возникающие споры, противостоять «дружеским» насмешкам и подколкам при неудачах.

2.4 Структура проведения занятий

Занятие - тренировка состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе.

По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений и техник:

- показ образца выполнения движений;
- словесное пояснение выполнения движения;
- технико-тактические упражнения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;

По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает подвижные и/или спортивные игры и комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания.

По длительности – 2-3 минуты.

Примерный план тренировки:

1-й вид комплексного занятия для решения задач физической, технической и тактической подготовки:

I. Подготовительная часть:

- упражнения общей разминки.
- упражнения специальной разминки.

II. Основная часть:

- упражнения на быстроту и ловкость;
- упражнения на совершенствование основных физических качеств;
- технико-тактические упражнения;
- тренировка или упражнения на выносливость.

III. Заключительная часть:

- упражнения в расслаблении мышечного аппарата;
- дыхательные упражнения.

2-й вид комплексного занятия для решения задач физической и технической подготовки:

I. Подготовительная часть:

- общеразвивающие упражнения;
- упражнения на ловкость и гибкость.

II. Основная часть:

- изучение техники скольжения;
- упражнения, направленные на развитие быстроты;
- совершенствование основных физических качеств.

III. Заключительная часть:

- подвижные и/или спортивные игры;

- упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

3-й вид комплексного занятия для решения задач физической и тактической подготовки:

I. Подготовительная часть:

- различные виды скольжения;
- упражнения с конусами и барьерами.

II. Основная часть:

- изучение технических приемов;
- изучение работы рук и ног, по выражу;
- игровые упражнения, направленные на развитие координационных навыков;
- совершенствование лидирования и преследования на дистанции.

III. Заключительная часть:

- медленное скольжение, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебно-методическое обеспечение Программы

Цель методического обеспечения – обеспечить теоретическую и практическую подготовку тренеров-преподавателей, оснащение тренировочного процесса необходимыми методическими, техническими средствами обучения, всем необходимым для успешной реализации Программы.

Организационно - педагогические условия реализации Программы должны содержать:

- обеспечение Программы методическими видами продукции (описание игр, бесед, методику выполнения сложных упражнений, и т.д.);
- формы проведения учебно-тренировочных занятий при изучении конкретных тем, разделов, видов подготовки «Учебного плана»;
- авторские методики (если таковые имеются) или современные эффективные практики с указанием авторов;
- рекомендации по организации образовательного процесса и/или обучению двигательных действий, элементов;
- дидактический материал (схемы, карточки, примерные задания индивидуальные, любые разработки, которые используются в процессе обучения и формирования личности);
- схемы упражнений, игр и других материалов обучения;
- диагностические материалы (методика выполнения контрольно-тестовых упражнений, итоговой аттестации).

Программа по «специальному хоккею» включает в себя следующие разделы:

№ п/п	Вид деятельности	Теоритическое содержание	Практические задания
1	Введение в программу. Техника безопасности.	Знакомство. Техника безопасности при занятиях хоккеем.	Знакомство с группой и знакомство с ритуалом приветствия, и прощания на занятиях.
2	Общеразвивающая физическая	-упражнения строевые и общеразвивающие;	Построение в шеренгу, колонну. Марш, скольжение. Скольжение

	подготовка (ОФП)	<ul style="list-style-type: none"> -упражнения на расслабление мышц; -упражнения на восстановление дыхания; -упражнения для укрепления осанки. - упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног; - упражнения с сопротивлением: упражнения в парах; - упражнения для повышения быстроты бега; - скольжение; - упражнения с предметами: упражнения с конусами, упражнения с разноуровневыми препятствиями, упражнения с клюшкой. 	<p>толчками право и левой ногой.</p> <p>Объезжать предметы, собирать их, передавать друг другу, перекладывать с места на места.</p> <p>Упражнения для плеч, головы корпуса. Упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника.</p> <p>Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой. Комплекс упражнений на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости. Контрольные упражнения и нормативы по общей физической подготовке для юных хоккеистов.</p>
3	Специальная физическая подготовка (СФП)	<p>утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой. Базовые упражнения, применяемые на этапе начальной подготовки хоккеистов.</p> <p>Упражнение «Змейка» в различных вариациях, комплекс упражнений с разноуровневыми препятствиями, работа с шайбой клюшкой, ногами и упражнения «бросок по воротам».</p>	<p>-развитие физических качеств, специфических для игры в хоккей;</p> <p>-упражнения с клюшкой;</p> <p>-упражнения для развития быстроты ответных действий: по сигналу скольжение на 5,10,15м из различных исходных положений; сидя, лежа на спине, из упора лежа на животе; скольжение с остановками и изменением направления, челночное скольжение, повороты в скольжении;</p> <p>-упражнения для развития выносливости: скольжение в разном темпе, ведение мяча от одних ворот до других с последующим броском по воротам с расстояния 3,2,1 метра, игра «Точная передача».</p>

		<p>-упражнения на развития гибкости: наклоны вправо, влево, круговые вращения туловищем, круговые вращения коленями, согнутой в коленях ногой, наклоны вперед пружинистыми движениями, наклоны вперед из положения сидя.</p> <p>-броски и ловля шайбы, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подъем туловища лежа на спине и животе, приседания;</p> <p>-упражнения на развитие ловкости: скольжение мимо конусов, вращения кистями рук, подбрасывание шайбы руками вверх, ведение шайбы между флажками, кирпичами и т.п. на различной скорости.</p> <p>-ведение шайбы, подвижные игры с шайбой, приседание и резкое выпрямление ног с взмахом рук;</p> <p>-упражнения для развития быстроты: ускорение отрезков 10м. из различных исходных положений, скольжение с изменением направления, скольжение с изменением скорости, скольжение «змейкой», скольжение с изменением способа передвижения. Ускорения и рывки с шайбой. Рывки к шайбе и последующим касанием, Быстрое ведение шайбы по прямой на 10, 15 и 20 м;</p> <p>-упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи шайбы, сгибание и разгибание колена, круговые вращения стопой ноги, опираясь о стену пальцами, ходьба на полусогнутых ногах;</p> <p>-упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса, Сгибание и разгибание рук в упоре стоя, в упоре лежа, Броски набивного мяча двумя руками: снизу, от</p>
--	--	---

			груди, из-за головы, из-за спины, через голову, между ногами с наклоном вперед, - перебрасывание набивного мяча из руки в руку.
4	Техническая и тактическая подготовка.	<p>понятие о спортивной технике, взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки юных хоккеистов. Классификация и терминология технических приёмов. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в различных игровых ситуациях: бросков по воротам, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отбора шайбы, вбрасывание шайбы, основных технических приёмов игры вратаря, Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития игры.</p>	<p><i>Тактика игры в нападении:</i> высокий темп атаки, атака широким фронтом, скоростное маневрирование в глубину обороны противника или по фронту в чужую зону, с переменной местами, усиление темпа атаки. Завершающей фазе, использование скоростной обводки, реальных возможностей для обстрела ворот. Атакующие комбинации флангом и центром.</p> <p><i>Тактика игры в защите:</i> «зона», «персональная опека», комбинированная оборона. Создание численного преимущества в обороне, закрывание всех игроков атакующей команды в зоне мяча, соблюдение принципов страховки и взаимостраховки (расположение игроков при обороне). Тактика отбора мяча. Создание искусственного «положения вне игры».</p> <p><i>Техника передвижения:</i> бег, скольжение, остановки и повороты. Постоянно меняются ритм скольжения, его направление, скольжение постоянно сочетается с поворотами и остановками.</p> <p><i>Техника игры вратаря</i> ловля, отбивание, переводы и броски шайбы.</p>
5	Игровая и соревновательная подготовка	<p>Основные положения соревновательной и игровой подготовки. Соревнования как способ демонстрации полученных навыков.</p>	<p><i>Ведение шайбы,</i> сочетание скольжения и бросков по воротам различными способами. Ведение шайбы тыльной стороной клюшки, Ведение шайбы внутренней стороной клюшки.</p> <p><i>Ловля шайбы вратарем. Стойка</i></p>

			<p><i>вратаря</i></p> <p><i>Передача шайбы.</i></p> <p>По направлению: продольные, поперечные и диагональные. По траектории полета шайбы: низом, верхом и по дуге. По способу выполнения передачи: мягкие (пласированные), резаные и откидные. По времени – своевременные, запоздалые и ранние.</p> <p><i>Отбор шайбы;</i></p> <p><i>Подготовка к соревнованиям.</i></p> <p>Понятие командной работы и отработка навыка работы в команде. Соревновательный настрой. Работа над ошибками и принятие поражения.</p>
6	Соревновательная деятельность	Понятие командной работы и соревновательного настроя	Участие в соревнованиях. Отработка навыка работы в команде. Работа над ошибками и принятие поражения.
7	Воспитательные мероприятия	Понятие воспитательных мероприятий. Готовность работать в команде. Умение контактировать с незнакомыми людьми.	Подготовка и участие в мероприятиях: <ul style="list-style-type: none"> – день здоровья; – день защитника Отечества; – новый год; – День Рождения – день России; – и т.д.

Подбирая упражнения и элементы тренировки для детей\людей с РАС, специалисты руководствуются целым рядом факторов, включая:

- личные предпочтения ребенка;
- доступность движений для него;
- польза и цели, которые планируется достичь при помощи игры в хоккей.

При этом необходимо учитывать уровень общего развития ребенка, его возраст, а также настроение всей группы.

Тренер в каждом конкретном случае (занятие) подбирает упражнения индивидуально, исходя из запросов и потребностей группы, но при этом существует тематическое планирование для детей с РАС, которое представлено ниже.

Одно тренировка может включать различные практические задания из каждого раздела программы.

3.2. Материально-технические условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение Программы – это спортивные игровые залы, ледовая арена, душевые, раздевалки, оборудование для следж-хоккея, клюшки, ворота, шайбы и иной вспомогательный спортивный инвентарь, медицинский пункт, оборудованный в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 №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 а 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 физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

В современном спорте всё больше выдвигают проблему правильного использования вспомогательного оборудования и инвентаря. Для некоторых групп упражнений они не являются решающими в достижении желаемого эффекта, для других – существенно изменяют степень и характер воздействия на организм, для третьих – непосредственно определяют результативность физических упражнений. Поэтому всё более широкое применение находят вспомогательные приборы и материалы.

Для успешного обеспечения Программы необходимо иметь:

Ледовая арена без острых предметов, оснащенный стандартным спортивным оборудованием.

Раздевалки для мальчиков и девочек.

Оборудование и инвентарь:

№	Наименование
Основное оборудование и инвентарь	
1	Клюшка
2	Шайба
3	Обручи
4	Препятствия разного уровня
5	Координационная лестница
6	Хоккейные ворота
7	Теннисные мячи
8	Конусы
9	Фишки
10	Манишки 2-х цветов
11	Скамейка
12	Сетка для мечей
13	Стойки для обводки
Дополнительное и вспомогательное оборудование, инвентарь	
1	Свисток
Контрольно-измерительные и информационные	

средства	
1	Секундомер электронный

Наличие такого инвентаря позволит тренеру-преподавателю применять современные методы тренировки и большое количество упражнений. Продуктивность занятий неизмеримо выше, если применить различное дополнительное оборудование и инвентарь, позволяющее обеспечить более высокую эффективность в обучении техническим приёмам в спортивных играх и в развитии специальных физических способностей занимающихся детей, а также повышается и плотность занятий. Дополнительное оборудование даёт возможность тренеру интересно, с высоким эмоциональным подъёмом проводить тренировочные занятия. Кроме того, это создаёт лучшие условия для индивидуальных тренировок воспитанников.

Требования к обеспечению оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для освоения Программы, определяется из расчета финансирования (бюджета) учреждения (по возможности).

3.3 Тематическое планирование секции «специальный хоккей»

№	Дата	Тема занятия	кол-во часов
1.		Вводное занятие. ТБ, правила поведения на занятии в зале. Разминка.	1
2.		ОФП. Работа с клюшкой	1
3		ОФП. Комплекс упражнений на выносливость	1
4		ОФП. Комплекс упражнений на ловкость	1
5		ОФП. Работа с шайбой	1
6		ОФП. Комплекс упражнений на гибкость	1
7		ОФП. Комплекс упражнений на развитие быстроты, игра «кто быстрее»	1
8		ОФП. Комплекс упражнений на гибкость	1
9		ОФП. Работа с шайбой	1
10		ОФП. Комплекс упражнений на ловкость	1
11		ОФП. Работа с барьерами	1
12		ОФП. Работа с клюшкой	1
13		ОФП. Работа с шайбой. Игры с шайбой	1
14		ОФП. Круговая тренировка на выносливость	1
15		ОФП. Комплекс упражнений на гибкость	1
16		ОФП. Комплекс упражнений на ловкость	1
17		Спортивные игры	1
18		СФП. Отработка упражнения «Змейка»	1
19		СФП. Комплекс упражнений с шайбой и конусами	1
20		СФП. Отработка броска по воротам	1

21		СФП. Работа с клюшкой слева и справа	1
22		СФП. Челночное скольжение	1
23		СФП. Отработка броска по воротам	1
24		СФП. Приседания с клюшкой	1
25		СФП. Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса	1
26		СФП. Ускорение и замедление в ведении	1
27		СФП. Бросок и прием шайбы	1
28		СФП. Координационная лестница	1
29		СФП. Челночное скольжение	1
30		Совместный просмотр отрывков фильма про хоккей	1
31		СФП. Отработка броска по воротам	1
32		СФП. Ускорение и замедление в ведении	1
33		Игры, в которые можно играть дома, на улице	1
34		Техническая и тактическая подготовка. Атака соперника	1
35		Техническая и тактическая подготовка. остановки в технике передвижения	1
36		Техническая и тактическая подготовка. Способы, приемы передачи шайбы и действия вратаря	1
37		Техническая и тактическая подготовка. Техника отбора мяча	1
38		Техническая и тактическая подготовка. Атака соперника	1
39		Техническая и тактическая подготовка. Ведение игры в защите	1
40		Техническая и тактическая подготовка. Прыжки, остановки в технике передвижения	1
41		Техническая и тактическая подготовка. Способы, приемы и действия вратаря	1
42		Техническая и тактическая подготовка. Атака соперника	1
43		Техническая и тактическая подготовка. Способы, приемы и действия вратаря	1
44		Техническая и тактическая подготовка. Техника отбора шайбы	1
45		Техническая и тактическая подготовка. остановки в технике передвижения	1
46		Популярные игры всех дворов	1
47		Игровая подготовка. Игра в пас	1
48		Игровая подготовка. Ведение мяча	1
49		Игровая подготовка. Броски	1

50		Игровая подготовка. Игра в пас	1
51		Игровая подготовка. Ловля шайбы вратарем.	1
52		Игровая подготовка. Передача шайбы, игра «Передай другому»	1
53		Игровая подготовка. Игра в пас	1
54		Игровая подготовка. Отбор шайбы	1
55		Игровая подготовка. Ловля шайбы вратарем.	1
56		Игровая подготовка. Ведение	1
57		Игровая подготовка. Игра в пас	1
58		Игровая подготовка. Передача	1
59		Промежуточный контроль (аттестация)	1
60		Соревновательная деятельность. Участие в соревнованиях	1
61		Соревновательная деятельность. Участие в эстафете	1
62		Соревновательная деятельность. Полоса препятствий	1
63		Соревновательная деятельность. Участие в соревнованиях	1
64		Участие в спортивных мероприятиях. «День здоровья»	1
65		Участие в спортивных мероприятиях. «День защитника Отечества»	1
66		Участие в спортивных мероприятиях. «Новый год»	1
67		Участие в спортивных мероприятиях. «День Рождения»	1
68		Участие в спортивных мероприятиях. «Мама, Папа, я»	1
69		Участие в спортивных мероприятиях. «День России»	1
70		Спортивные игры	1
71		Спортивные игры	1
72		Награждение. Подведение итогов	1

3.4 Бланк диагностики/ тестирование

№ п/п	Контрольные упражнения	Входное тестирование	Промежуточное тестирование	Итоговое тестирование
1.	Ведение шайбы по прямой 15м			

2.	Дриблинг			
3.	Скольжение на время			
4.	Бросок по воротам с 3-5м			
5.	Скольжение по времени 6 минут (расстояние в кругах)			
6.	Ведение шайбы с изменением направления 10м (5 конусов)			

«+» навык сформирован, «-» навык не сформирован, «П» - помощь взрослого

3.5 Кадровое обеспечение

Уровень квалификации лиц, осуществляющих подготовку по дополнительной общеразвивающей программе, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054), в том числе следующим требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по АФК», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный номер № 62203), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минтруда России от 24.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный номер № 68615).

3.6 Учебно-информационное обеспечение Программы

Литература:

1. Учимся играть в хоккей. Ступень А. Практическое руководство для тренеров. Программа ИИХФ. – Москва: «Человек». 2012. 3. А. О. Бек–Авшаров, С. Ю. Максимова. К вопросу развития психомоторных способностей дошкольников с задержкой психического развития средствами физической культуры. / «Молодой ученый». 2009. № 6. С. 160–162.
2. С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. Адаптивная физическая культура: учебное пособие. – Москва: «Советский спорт». 2000.
3. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие. / Под ред. Л. В. Шапковой. – Москва: «Советский спорт». 2003.
4. Библиотека «Золотого стандарта» методик скрининга, диагностики и оценки развития навыков у детей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями развития.
5. В. Ф. Сопов, А. В. Шакирова. Организация процесса обучения фигурному катанию на коньках детей с расстройствами аутистического спектра.

3.7 Интернет ресурсы

Интернет-ресурсы:

1. www.ed.gov.ru – официальный сайт Министерства образования и науки РФ.

2. www.minsport.gov.ru официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации.
3. <https://paraicehockey.ru/> - сайт Федерации адаптивного хоккея.