

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДЕНА**

ректором университета

С.Б. Репкиным

27 февраля 2025 г.

Регистрационный № 36 / ГЭ

**ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности

1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по хоккею на траве)»

Минск 2025

УДК 796.355.093.582(073)

ББК 75.579Я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

### **СОСТАВИТЕЛИ:**

**В.Э. Клячков**, старший преподаватель кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**К.Ю. Янушкевич**, преподаватель кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

### **РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**А.М. Шахлай**, профессор кафедры спортивной борьбы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доктор педагогических наук, профессор;

**М.И. Дворяков**, заведующий кафедрой велосипедного, конькобежного и конного спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доцент

### **РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 09.12.2024 № 6);

советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.01.2025 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 27.02.2025 № 6)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>8</b>
<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.....</b>	<b>12</b>
<b>Раздел I. Основы теории и методики избранного вида спорта.....</b>	<b>12</b>
<b>СМ-1. Основы теории и методики хоккея на траве .....</b>	<b>12</b>
<b>М-1. Общие основы теории хоккея на траве .....</b>	<b>12</b>
Тема 1. Хоккей на траве в системе физического воспитания.....	12
Тема 2. История развития хоккея на траве.....	12
Тема 3. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по хоккею на траве.....	12
Тема 4. Правила игры в хоккей на траве и методика судейства.....	12
<b>М-2. Методика обучения в хоккее на траве.....</b>	<b>13</b>
Тема 5. Общая характеристика методики обучения в хоккее на траве.....	13
Тема 6. Формы организации процесса обучения в хоккее на траве .....	13
Тема 7. Основные средства и методы обучения в хоккее на траве .....	13
<b>СМ-2. Развитие физических и психических качеств хоккеистов на траве.....</b>	<b>14</b>
<b>М-3. Методика развития физических качеств хоккеистов на траве....</b>	<b>14</b>
Тема 8. Силовые способности и методика их направленного развития в хоккее на траве.....	14
Тема 9. Скоростные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве .....	15
Тема 10. Координационные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве .....	16
Тема 11. Гибкость и методика ее направленного развития в хоккее на траве .....	16
Тема 12. Выносливость и методика ее направленного развития в хоккее на траве .....	16
<b>М-4. Психические качества хоккеистов на траве.....</b>	<b>17</b>
Тема 13. Особенности психических качеств хоккеистов на траве.....	17
<b>СМ-3. Обучение технике игры в хоккей на траве.....</b>	<b>18</b>
<b>М-5. Теоретико-методические основы обучения технике игры в хоккей на траве.....</b>	<b>18</b>
Тема 14. Общие понятия техники игры в хоккей на траве .....	18
Тема 15. Классификация техники хоккея на траве.....	18
Тема 16. Последовательность обучения технике игры в хоккее на траве; технология обучения.....	19
<b>М-6. Методика обучения технике нападения в хоккее на траве.....</b>	<b>20</b>
Тема 17. Техника стойки и перемещений в нападении в хоккее на траве; методика обучения.....	20
Тема 18. Техника владения клюшкой и мячом в хоккее на траве; методика обучения .....	20
<b>М-7. Методика обучения технике защиты в хоккее на траве.....</b>	<b>21</b>

Тема 19. Техника стойки и перемещений полевого игрока в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	21
Тема 20. Техника овладения мячом и противодействия полевого игрока в хоккее на траве; методика обучения .....	21
Тема 21. Техника игры вратаря в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	21
<b>СМ-4. Обучение тактике игры в хоккей на траве .....</b>	<b>22</b>
<b>М-8. Закономерности обучения тактике игры в хоккей на траве.....</b>	<b>22</b>
Тема 22. Общие понятия и классификация тактики игры в хоккей на траве	22
<b>М-9. Методика обучения тактике нападения в хоккее на траве.....</b>	<b>22</b>
Тема 23. Тактика индивидуальных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения.....	22
Тема 24. Тактика групповых действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения.....	23
Тема 25. Тактика командных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения .....	23
Тема 26. Тактика индивидуальных действий вратаря в нападении в хоккее на траве; методика обучения.....	23
<b>М-10. Методика обучения тактике защиты в хоккее на траве.....</b>	<b>24</b>
Тема 27. Тактика индивидуальных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	24
Тема 28. Тактика групповых действий в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	24
Тема 29. Тактика командных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	24
Тема 30. Тактика индивидуальных действий вратаря в защите в хоккее на траве; методика обучения.....	25
<b>СМ-5. Система спортивных соревнований по хоккею на траве.....</b>	<b>25</b>
<b>М-11. Система спортивных соревнований по хоккею на траве.....</b>	<b>25</b>
Тема 31. Классификация спортивных соревнований по хоккею на траве ...	25
Тема 32. Организация спортивных соревнований по хоккею на траве.....	25
<b>СМ-6. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.....</b>	<b>26</b>
<b>М-12. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.....</b>	<b>26</b>
Тема 33. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря.....	26
Тема 34. Организация идеологической, воспитательной, учебно-тренировочной и спортивно-массовой работы в спортивно-оздоровительном лагере.....	26
<b>Раздел II. Система подготовки в избранном виде спорта.....</b>	<b>27</b>
<b>СМ-7. Общие основы теории хоккея на траве .....</b>	<b>27</b>
<b>М-13. Общие основы теории хоккея на траве .....</b>	<b>27</b>

Тема 35. Актуальные направления развития хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь .....	27
<b>СМ-8. Теория и методика спортивной подготовки в хоккее на траве...</b>	27
<b>М-14. Методические положения и принципы спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	27
Тема 36. Общие основы спортивной тренировки как многолетнего процесса спортивной подготовки в хоккее на траве .....	27
Тема 37. Средства и методы спортивной подготовки в хоккее на траве ...	28
Тема 38. Принципы спортивной подготовки в хоккее на траве.....	29
<b>М-15. Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки спортсменов .....</b>	29
Тема 39. Теория и система спортивного отбора в хоккее на траве.....	29
Тема 40. Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки в хоккее на траве .....	30
Тема 41. Факторы спортивного отбора в хоккее на траве.....	31
<b>М-16. Взаимосвязь видов спортивной подготовки в учебно-тренировочном процессе в хоккее на траве .....</b>	31
Тема 42. Взаимосвязь видов подготовки в учебно-тренировочном процессе спортсменов (теоретической, психологической, физической, технико-тактической и интегральной) в хоккее на траве .....	31
<b>СМ-9. Управление процессом спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	32
<b>М-17. Теоретико-методические основы управления учебно-тренировочным процессом хоккеистов на траве.....</b>	32
Тема 43. Планирование как важный компонент системы управления подготовкой хоккеистов на траве .....	32
Тема 44. Виды планирования в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве .....	32
Тема 45. Характеристика комплексного контроля в хоккее на траве.....	34
Тема 46. Виды контроля в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве .....	34
Тема 47. Подготовка команды к спортивным соревнованиям по хоккею на траве. Управление командой в процессе спортивных соревнований....	35
<b>СМ-10. Методика преподавания в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	36
<b>М-18. Методика преподавания в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	36
Тема 48. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по хоккею на траве.....	36
Тема 49. Особенности проведения общеразвивающих, специальных упражнений в хоккее на траве.....	37
Тема 50. Обучение (совершенствование) техническим действиям хоккеистов на траве.....	37

Тема 51. Обучение (совершенствование) тактическим индивидуальным, групповым и командным взаимодействиям хоккеистов на траве .....	37
Тема 52. Управление подготовкой командных взаимодействий в учебно-тренировочных играх и на спортивных соревнованиях по хоккею на траве.....	38
Тема 53. Составление плана-конспекта проведения учебно-тренировочного занятия для определенной возрастной группы хоккеистов на траве; проведение учебно-тренировочного занятия.....	38
Тема 54. Формирование умений и навыков проведения отдельных частей учебно-тренировочного занятия для хоккеистов на траве различной квалификации.....	38
<b>СМ-11. Научно-методическое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	<b>39</b>
<b>М-19. Основы научно-исследовательской работы в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	<b>39</b>
Тема 55. Основные направления научно-исследовательской работы в хоккее на траве.....	39
Тема 56. Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы в хоккее на траве.....	40
<b>СМ-12. Материально-техническое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	<b>40</b>
<b>М-20. Материально-техническое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	<b>40</b>
Тема 57. Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий хоккеем на траве.....	40
Тема 58. Спортивный инвентарь и оборудование в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве.....	41
Тема 59. Правила безопасности при эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве.....	41
Тема 60. Организация спортивных соревнований по хоккею на траве на физкультурно-спортивных сооружениях .....	41
<b>СМ-13. Медико-биологическое сопровождение спортивной подготовки в хоккее на траве.....</b>	<b>42</b>
<b>М-21. Травматизм в хоккее на траве.....</b>	<b>42</b>
Тема 61. Медико-биологические основы юношеского спорта.....	42
Тема 62. Причины возникновения травм в процессе занятий хоккеем на траве.....	42
Тема 63. Основные направления профилактики травматизма в хоккее на траве.....	43
Тема 64. Общие основы построения разминки в хоккее на траве.....	44
<b>М-22. Антидопинговая политика в современном спорте.....</b>	<b>44</b>
Тема 65. Нарушения антидопинговых правил и их последствия.....	44
Тема 66. Профилактические антидопинговые мероприятия в хоккее на траве .....	45

<b>СМ-14. Спортивно-педагогическое мастерство в хоккее на траве.....</b>	<b>45</b>
<b>М-23. Спортивно-педагогическое мастерство в хоккее на траве.....</b>	<b>45</b>
Тема 67. Повышение уровня физической подготовленности хоккеистов на траве.....	45
Тема 68. Повышение уровня технической подготовленности хоккеистов на траве .....	46
Тема 69. Повышение уровня тактической подготовленности хоккеистов на траве .....	47
<b>ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....</b>	<b>49</b>
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации содержательных модулей, модулей и тем).....	49
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)» (список вопросов по алфавиту с указанием номера содержательных модулей, модулей и тем).....	53
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)».....	57

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренировочная работа по хоккею на траве)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебными планами учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы, интегрированной с образовательными программами среднего специального образования.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студентов.

В процессе государственного экзамена решаются следующие задачи:

- оценка степени освоения студентом учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта», определяющих его специализированную компетенцию, необходимую для решения задач в сфере профессиональной и социальной деятельности;
- оценка умения ориентироваться в решении профессиональных ситуационных задач хоккея на траве, иллюстрировать теоретические положения практическими примерами;
- оценка уровня владения понятийным аппаратом и способности использования научной терминологии;
- оценка умения ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта хоккея на траве, использовать при ответах междисциплинарные научные знания;
- оценка уровня информационной и коммуникативной культуры студента;
- оценка уровня готовности студента к осуществлению основных видов профессиональной деятельности.

Студент должен:

**знать:**

- историю, современное состояние и тенденции развития хоккея на траве;
- основные понятия хоккея на траве;



- структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления хоккеем на траве;
- правила спортивных соревнований по хоккею на траве;
- основные положения системы подготовки спортсмена;
- технику и тактику хоккея на траве;
- методику физической, технической и тактической подготовки;
- специфику психологической, теоретической и интегральной подготовки в хоккее на траве;
- цель, задачи и содержание системы подготовки спортсменов различной квалификации;
- показатели и критерии спортивного отбора в хоккее на траве;
- систему контроля и спортивного отбора в хоккее на траве;
- периодизацию, структуру, планирование и контроль в хоккее на траве;
- особенности соревновательной деятельности в хоккее на траве;
- внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки спортсменов в хоккее на траве;

**уметь:**

- осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;
- организовать спортивные соревнования по хоккею на траве;
- судить спортивные соревнования по хоккею на траве;
- готовить судей по хоккею на траве;
- реализовать профессиональные компетенции тренера в практической деятельности;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- анализировать технику хоккея на траве;
- осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую, теоретическую и интегральную подготовку;
- обучать технике и тактике хоккея на траве;
- дифференцировать и индивидуализировать физическую подготовку;
- регулировать психическое состояние спортсмена (команды);
- планировать, проводить, контролировать и корректировать подготовку спортсменов различной квалификации в хоккее на траве;
- организовать и проводить спортивный отбор в хоккее на траве;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность в хоккее на траве;
- организовать информационное, научно-методическое, учебно-тренировочное обеспечение;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физической нагрузки и травм;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

**владеть:**

- понятийным аппаратом хоккея на траве;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства в хоккее на траве;

- техникой хоккея на траве;
- тактикой хоккея на траве;
- методикой технической и тактической подготовки спортсменов в хоккее на траве;
- методиками направленного развития двигательных способностей;
- педагогическими методами психического регулирования состояния спортсмена в хоккее на траве;
- методикой спортивного отбора в хоккее на траве;
- методиками планирования учебно-тренировочного процесса спортсменов в хоккее на траве;
- методами контроля;
- методами сбора и анализа информации о соревновательной деятельности спортсменов в хоккее на траве.

Программа государственного экзамена для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)» носит системный и комплексный характер, интегрируя содержание учебного материала по учебным дисциплинам направления специальности со смежными учебными дисциплинами.

Программа государственного экзамена состоит из двух разделов и включает в себя следующие содержательные модули:

Раздел I. Основы теории и методики избранного вида спорта:

СМ-1. Основы теории и методики хоккея на траве.

СМ-2. Развитие физических и психических качеств хоккеистов на траве.

СМ-3. Обучение технике игры в хоккей на траве.

СМ-4. Обучение тактике игры в хоккей на траве.

СМ-5. Система спортивных соревнований в хоккее на траве.

СМ-6. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.

Раздел II. Система подготовки в избранном виде спорта:

СМ-7. Общие основы теории хоккея на траве.

СМ-8. Теория и методика спортивной подготовки в хоккее на траве.

СМ-9. Управление процессом спортивной подготовки в хоккее на траве.

СМ-10. Методика преподавания в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.

СМ-11. Научно-методическое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.

СМ-12. Материально-техническое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.

СМ-13. Медико-биологическое обеспечение в системе спортивной подготовки в хоккее на траве.

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным модулям учебных дисциплин: «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта». В процессе подготовки к сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного

экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

- экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем);
- экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы);
- критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **Раздел I. ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА**

#### **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 1 (СМ-1) ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ**

##### **М-1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ**

###### **Тема 1. Хоккей на траве в системе физического воспитания**

Место и значение хоккея на траве в современном физкультурном и спортивном движении. Хоккей на траве как вид спорта. Задачи развития хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь. Данные о распространении хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь.

###### **Тема 2. История развития хоккея на траве**

Возникновение игры и этапы ее развития. Хоккей на траве в России, СССР, БССР, в Республике Беларусь.

Участие и достижения советских и белорусских (в частности) хоккеистов на траве в международных соревнованиях (чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх).

###### **Тема 3. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по хоккею на траве**

Характер деятельности хоккеистов на траве, возможности получения травм.

Причины возникновения травм, оказание первой помощи при несчастных случаях. Требования к организации и проведению занятий: размещение оборудования и инвентаря, окружающих предметов; требования к инвентарю, дополнительному оборудованию, организации проведения упражнений и игр.

###### **Тема 4. Правила игры в хоккей на траве и методика судейства**

Значение правил игры и их историческое развитие. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.

Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Анализ основных положений правил.

Методика судейства. Протокол соревнования, технический отчет, техника их заполнения.

Расположение судей, взаимосвязь их во время судейства. Техника определения ошибок. Жестикуляция. Взаимодействие судей с секретарями.

## **М-2. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **Тема 5. Общая характеристика методики обучения в хоккее на траве**

Структура разучивания технического приема. Определение понятий «двигательные умения» и «навыки». Структура процесса обучения: этапы начального и углубленного разучивания, закрепления и совершенствования навыка. Особенности обучения отдельным движениям. Особенности обучения детей различного возраста и пола.

Зависимость методики обучения от структурной сложности формируемых двигательных действий и от специфически проявляемых при этом физических качеств.

Двигательные умения и навыки. Определение. Значение в процессе подготовки спортсмена. Отличительные черты навыков в хоккее. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.

Специфика применения дидактических принципов при обучении. Воспитывающий характер обучения. Оздоровительная направленность. Сознательность и активность обучаемых. Доступность и индивидуализация. Наглядность и прочность.

Последовательность изучения техники и тактики. Последовательность в изучении приемов игры. Основные методы обучения и их применение в зависимости от задач и сложности приемов.

### **Тема 6. Формы организации процесса обучения в хоккее на траве**

Формы организации занятий: групповая и индивидуальная, урочная и самостоятельная. Фронтальный, поточный, групповой и индивидуальный способы организации проведения занятий по обучению занимающихся физическим упражнениям и тактическим взаимодействиям. Требования к рациональной организации обучения.

Роль тренера в обучении и воспитании хоккеистов на траве. Требования к обучаемым в процессе обучения. Обеспечение безопасности при обучении.

### **Тема 7. Основные средства и методы обучения в хоккее на траве**

Анализ техники как совокупности необходимых звеньев кинематической, динамической и ритмической структур движений. Фазовая структура техники: подготовительная, основная, завершающая. Определяющее (ведущее) звено техники приема. Второстепенные детали техники и индивидуальные особенности (стиль).

Критерии эффективности техники: количественные и качественные. Надежность техники как сочетание стабильности и вариативности.

Принципы обучения: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации, принцип постепенности, принцип систематичности и последовательности.

Средства обучения: как общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия), так и специфические средства (физические упражнения). Основные и вспомогательные упражнения. Подводящие и имитационные упражнения, упражнения сопряженного характера.

Методы обучения: словесные, наглядные, практические.

Словесные методы: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.

Наглядные методы: показ упражнений или их элементов тренером или наиболее подготовленными хоккеистами на траве; вспомогательные наглядные методы (демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий, использование демонстрационных досок, планшетов и других средств); методы ориентирования (линии разметки, мячи, переносные стойки, стулья, ориентиры на воротах, разнообразные зрительные и звуковые сигналы и т. д.)

Практические методы: метод расчлененно-конструктивного упражнения, метод целостно-конструктивного упражнения, метод сопряженных воздействий, игровой и соревновательный методы.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 2 (СМ-2) РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ХОККЕИСТОВ НА ТРАВЕ**

### **М-3. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ХОККЕИСТОВ НА ТРАВЕ**

#### **Тема 8. Силовые способности и методика их направленного развития в хоккее на траве**

Понятие о двигательных способностях. Классификация двигательных способностей.

Общая характеристика силовых способностей. Значение силовых способностей в физическом воспитании. Абсолютная сила и относительная сила. Основные разновидности силовых способностей хоккеистов на траве: собственно-силовые способности, скоростно-силовые способности и силовая выносливость. Факторы, определяющие развитие силовых способностей (физиологические, биомеханические и биохимические). Режимы работы мышц при воспитании силовых способностей: динамический (изотонический), статический (изометрический), преодолевающий (концентрический), уступающий (эксцентрический).

Собственно-силовые способности (максимальная сила) хоккеистов на траве и методика их направленного развития. Средства, направленные на развитие скоростно-силовых способностей хоккеистов на траве (динамические и статические усилия). Методы направленного развития

собственно-силовых способностей хоккеистов на траве: метод максимальных усилий, метод повторных усилий «до отказа», метод изометрических усилий, изокинетический метод, электростимуляция. Особенности использования методов: правила выбора величины сопротивления, количества повторений, количества подходов, интервалы отдыха и их характер.

Скоростно-силовые способности хоккеистов на траве и методика их направленного развития. Реактивные свойства мышц: переключение от уступающего к преодолевающему режиму; способность мышц к быстрой реализации движения против относительно небольшого внешнего сопротивления; способность мышц к проявлению значительных напряжений в минимальное время. Средства, направленные на развитие скоростно-силовых способностей: упражнения с преодолением собственной массы тела; внешнего сопротивления веса; сопротивления упругих тел; противодействия партнера; сопротивления внешней среды. Основные методы направленного развития скоростно-силовых способностей хоккеистов на траве: метод динамических усилий и ударный метод. Особенности их использования: выбор величины сопротивления, количества повторений, количества подходов, интервалы отдыха и их характер.

Возрастные особенности проявления силовых способностей. Контроль уровня развития силовых способностей хоккеистов на траве.

## **Тема 9. Скоростные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве**

Виды скоростных способностей. Общая характеристика скоростных способностей. Формы проявления скоростных способностей: элементарные (быстрота простой и сложных двигательных реакций, темп движений и скорость отдельных движений) и комплексные (способность к достижению высокого уровня дистанционной скорости, умение быстро набирать скорость на старте, выполнять с высокой скоростью движения, продиктованные ходом соревновательной деятельности).

Быстрота простой двигательной реакции и методика ее направленного развития. Латентное время простой и двигательной реакций. Средства и методы направленного развития быстроты простой двигательной реакции хоккеистов на траве (сенсомоторный метод, метод аналитического подхода).

Быстрота сложных двигательных реакций (реакция на движущийся объект, реакция выбора) и методика их направленного развития. Средства и методы направленного развития быстроты сложных двигательных реакций хоккеистов на траве.

Быстрота движений и методика ее направленного развития в хоккее на траве. Средства направленного развития быстроты движений (общеподготовительные средства, специально-подготовительные средства, тренировочные формы соревновательного упражнения). Особенности использования метода строго регламентированного упражнения (повторный метод, переменный метод, интервальный метод, метод сопряженных

воздействий, метод круговой тренировки), игрового и соревновательного методов при направленном развитии быстроты движений хоккеистов на траве.

Возрастные особенности развития скоростных способностей. Контроль уровня развития скоростных способностей.

### **Тема 10. Координационные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве**

Виды координационных способностей и их характеристика (способности поддерживать динамическое и статическое равновесие, способности к рациональному мышечному расслаблению, ритмическая способность, ориентационная способность, способность к переключению, дифференцировочная способность). Факторы, обуславливающие уровень развития координационных способностей.

Методика направленного развития координационных способностей. Средства направленного развития координационных способностей хоккеистов на траве. Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии координационных способностей хоккеистов на траве. Нормирование нагрузки и отдыха при направленном развитии координационных способностей хоккеистов на траве. Методические подходы, способствующие повышению координированности движений.

Возрастное развитие координационных и психомоторных способностей. Контроль уровня развития координационных способностей хоккеистов на траве.

### **Тема 11. Гибкость и методика ее направленного развития в хоккее на траве**

Общая характеристика гибкости. Основные разновидности гибкости: активная и пассивная; динамическая и статическая; общая и специальная. Основные факторы, определяющие степень развития гибкости хоккеистов на траве.

Методика направленного развития гибкости. Средства и методы развития гибкости: фиксированные и повторные широкоамплитудные движения, динамические и статические, активные и пассивные упражнения с увеличенной амплитудой движений. Дополнительные методы направленного развития гибкости (метод биомеханической стимуляции мышц, метод психорегулирующей тренировки и др.).

### **Тема 12. Выносливость и методика ее направленного развития в хоккее на траве**

Общая характеристика выносливости. Утомление и выносливость. Факторы, обуславливающие уровень развития выносливости (психологические, физиологические и биомеханические). Основные механизмы энергообеспечения



мышечной работы. Классификация выносливости: общая и специальная; аэробная и анаэробная; силовая, скоростная, скоростно-силовая, координационная; динамическая и статическая.

Определение понятия «общая (аэробная) выносливость». Типы утомления: умственное, сенсорное, эмоциональное, физическое. Методическая основа упражнений, направленных на развитие выносливости у хоккеистов на траве. Методы развития выносливости: слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности; повторного интервального упражнения; круговой тренировки; игровой и соревновательный методы.

Определение понятия «скоростная (анаэробная) выносливость». Развитие и проявление скоростной выносливости хоккеистов на траве в зависимости от уровня анаэробной производительности, подготовленности опорно-двигательного аппарата, силы психических процессов, экономичности спортивной техники. Средства развития скоростной выносливости хоккеистов на траве: беговые упражнения, имитационные, специальные упражнения, выполняемые многократно. Методы развития: повторный, повторно-переменный, интервальный, игровой, соревновательный. Характеристика проявления скоростной выносливости в тренировочной и соревновательной деятельности хоккеистов на траве; организация учебно-тренировочных занятий.

Возрастная периодизация развития выносливости у хоккеистов на траве. Контроль уровня развития выносливости.

## **М-4. ПСИХИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА ХОККЕИСТОВ НА ТРАВЕ**

### **Тема 13. Особенности психических качеств хоккеистов на траве**

Ведущие ощущения и восприятия: чувствительности (разностные пороги), степень сложности (однообразие, разнообразие), частота появления (плотность в единицу времени), особенности специализированных восприятий.

Двигательные представления (идеомоторные): их качественные особенности, требования к точности и полноте в отношении амплитуды, формы, быстроты, резкости, величины затраченных усилий, общей длительности движений.

Процессы мышления и их характер; качественные особенности мыслительных задач (какие связи и отношения, между какими объектами или явлениями должны быть вскрыты). Плотность мыслительных процессов в единицу времени (частота смены задач). Особенности наглядно-двигательного мышления. Типичные ошибки в решении мыслительных задач.

Эмоциональные процессы и состояния: качественные особенности физических состояний; спортивных, интеллектуальных, эстетических, моральных и специальных.

Волевые процессы: виды и их качественные особенности, специфика динамических стереотипов, лежащих в основе этих усилий (стандартность,

большая вариативность). Динамика усилий (внезапность, характер смены одних другими, степень мощности).

Особенности процессов реагирования: простые и сложные. Скоростные показатели реакций, динамические показатели реакций, частота реакций разных типов.

Процессы внимания и ориентировки: внешнее внимание (в отношении средовых объектов), внутреннее внимание (в отношении собственных действий). Требования к объему внимания. Характеристики актов внимания по показателям интенсивности, концентрации, распределения (количество объектов), устойчивости, переключения. Требования к процессам ориентировки в ситуациях игры и внешней среды: специфические особенности ориентировки, степень сложности, точность, быстрота, элементы внезапности.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 3 (СМ-3)** **ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ИГРЫ В ХОККЕЙ НА ТРАВЕ**

### **М-5. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ИГРЫ В ХОККЕЙ НА ТРАВЕ**

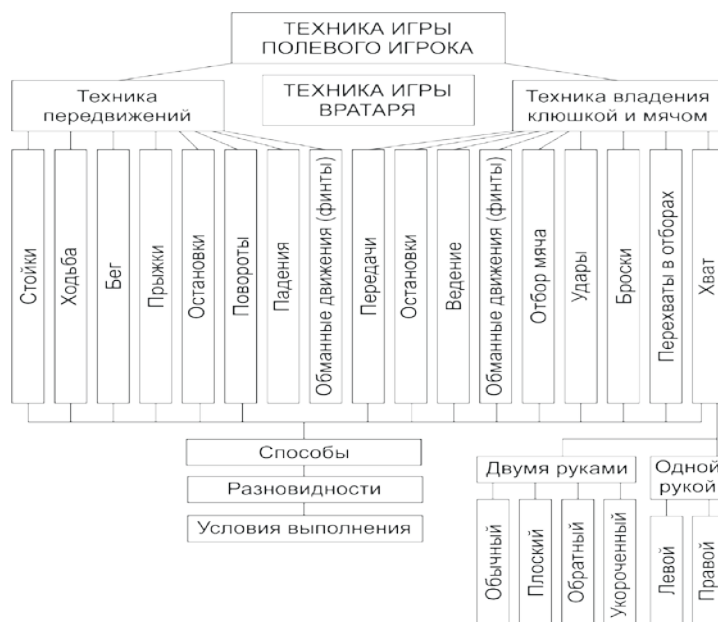
#### **Тема 14. Общие понятия техники игры в хоккей на траве**

Определение понятия «техника» в хоккее на траве как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений.

Критерии технического мастерства: объем и разносторонность; эффективность; надежность.

#### **Тема 15. Классификация техники хоккея на траве**

Классификация техники игры. Понятия и принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности». Условия выполнения.



**Рисунок 1 – Классификация техники игры в хоккей на траве**

## **Тема 16. Последовательность обучения технике игры в хоккее на траве; технология обучения**

Последовательность обучения технике игры в хоккее на траве.

Технология обучения игровым приемам:

1. Ознакомление с приемом.

Задача: создать четкое представление об изучаемом элементе техники.

Методы обучения: словесный, наглядный.

Средства обучения: сообщение сведений о приеме, его месте и значении в игре; показ правильной техники выполнения приема; демонстрация схем, кино-, фото- и видеоматериалов.

2. Изучение приема в упрощенных, специально созданных условиях.

Задача: освоить основную структуру игрового приема.

Методы обучения: практический (метод целостно-конструктивного и расчлененно-конструктивного упражнения).

Средства обучения: подводящие упражнения, базирующиеся на последовательном пофазном воспроизведении исходного положения, основных звеньев и деталей техники приема, включая фиксацию «граничных поз» (расположения звеньев тела в момент смены подготовительной, основной и завершающей фаз движения); выполнение приема при искусственном ограничении степеней свободы и амплитуды движения.

3. Углубленное разучивание приема.

Задача: освоить детали техники выполнения приема.

Методы обучения: практический (метод целостно-конструктивного упражнения с избирательной отработкой деталей техники); игровой и соревновательный.

Средства обучения: целостное выполнение разновидностей приема на соревновательной скорости; упражнения в усложненных условиях (без зрительного контроля, с пространственно-временными ограничениями, в условиях условного противодействия); воспроизведение приема в сочетании с другими игровыми действиями; соревнования на быстроту и точность выполнения.

4. Целостное формирование двигательного навыка.

Задача: взаимосвязанно совершенствовать технику и развивать специфические физические качества, необходимые для эффективной реализации данного игрового приема.

Методы обучения: сопряженных воздействий, круговой тренировки, игровой.

Средства обучения: упражнения сопряженного характера; чередование упражнений, направленных на совершенствование техники и на развитие физических качеств; игровые задания комплексного характера; эстафеты и подвижные игры, предполагающие максимальную реализацию физического потенциала и качественное выполнение приема.

5. Ситуационное изучение приема.

Задача: совершенствовать технику в условиях, приближенных к игровым.

Методы обучения: практический (метод целостно-конструктивного упражнения); моделирования ситуаций игрового противоборства.

Средства обучения: упражнения с воспроизведением конкретного приема в заданных ситуациях или с его вариативным применением в ответ на изменение обстановки (зрительный, звуковой сигнал); выполнение приема в ситуациях безусловного (активного) противодействия; взаимодействие с партнером в условиях, моделирующих игровые.

6. Закрепление приема в игре.

Задача: развивать способность максимально воспроизводить двигательный потенциал в условиях игрового противоборства.

Методы обучения: игровой, соревновательный.

## **М-6. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ НАПАДЕНИЯ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **Тема 17. Техника стойки и перемещений в нападении в хоккее на траве; методика обучения**

Техника ходьбы (лицом вперед, боком, спиной вперед). Методика обучения и совершенствования.

Техника бега (обычный, спиной вперед, приставным шагом, скрестным шагом, с изменением направления (зигзагообразно, «змейкой», в обратном направлении), с изменением скорости (со старта и во время движения), по прямой. Методика обучения.

Техника прыжков: вверх – в сторону, вверх – назад, вверх – вперед; с места и после движения (толчком одноименной, разноименной ногой и толчком двумя ногами), с поворотами. Методика обучения.

Техника падений. Методика обучения и совершенствования.

Техника остановок: торможением одной или двумя ногами. Методика обучения.

Техника обманных движений (финты): с изменением скорости передвижений, с изменением направления движений. Методика обучения.

### **Тема 18. Техника владения клюшкой и мячом в хоккее на траве; методика обучения**

Обучение хвату клюшки одной, двумя руками. Ведение мяча хватом клюшки одной и двумя руками, дриблингом (широкий и короткий), непрерывно (без отрыва клюшки от мяча), толчками, подкидкой. Обучение ведению мяча без зрительного контроля. Передачи мяча: толчком, щелчком, ударом, подкидкой, броском, подправлением; слева, справа. Остановки мяча: хватом клюшки одной и двумя руками; перед собой, справа, слева; катящийся мяч, высоко летящий мяч, в движении. Обманные движения (финты):

туловищем и головой, клюшкой с выпадом влево и вправо, с шагом в сторону. Отбор мяча: ударом по мячу, толчком, остановка перехватом мяча. Методика обучения.

## **М-7. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЗАЩИТЫ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **Тема 19. Техника стойки и перемещений полевого игрока в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Техника перемещений: основная стойка защитника, перемещение обычным и приставным шагом лицом, спиной и боком вперед. Техника прямолинейных перемещений с изменением направления и скорости; рывков с места, выпадов. Методика обучения.

Техника бега: лицом, спиной вперед, зигзагом, боком вперед, с изменением скорости и направления. Методика обучения.

Техника прыжков: толчком одной и двумя ногами в высоту и в длину на точность приземления с места и с разбега. Методика обучения.

### **Тема 20. Техника овладения мячом и противодействия полевого игрока в хоккее на траве; методика обучения**

Отбор мяча с остановкой и выбиванием. Выполнение отбора при встречном движении и сбоку. Отбор мяча клюшкой, положенной на землю. Отбор мяча с удобной и неудобной стороны. Методика обучения.

### **Тема 21. Техника игры вратаря в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Обучение техники перемещений в основной стойке. Техника перемещений на длинных отрезках лицом и спиной вперед, приставными шагами (короткими и длинными). Техника стартов и остановок на коротких отрезках. Обучение умению сохранять и принимать основную стойку после выполнения акробатических упражнений и других действий. Техника остановки летящего мяча рукой. Техника отбивания низколетящих мячей клюшкой, правой и левой ногой с разворотом и без разворота стопы. Отбивание мячей, летящих с разной скоростью и траекторией. Выпады в сторону. Обучение технике отбивания низколетящих мячей щитком с опусканием на одно колено. Обучение техники падений на правый и левый бок. Обучение технике вставания в основную стойку после падения на бок. Игра на выходе. Развитие умения выполнять действия при наличии сбивающих факторов. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника. Игра на выходах без падения и в падении. Обманные движения (финты) вратаря. Методика обучения.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 4 (СМ-4) ОБУЧЕНИЕ ТАКТИКЕ ИГРЫ В ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

### М-8. ЗАКОНОМЕРНОСТИ ОБУЧЕНИЯ ТАКТИКЕ ИГРЫ В ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

#### Тема 22. Общие понятия и классификация тактики игры в хоккей на траве

Основы спортивной тактики. Основные понятия: «стратегия», «тактика». Классификация тактики. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.

Объекты анализа для оптимизации решений и их осуществления: обстановка, конкретный соперник, собственные силы, соотношение сил.

Основные функции полевых игроков (защитник, полузащитник, нападающий).

Элементы тактики: тактический план и способы его осуществления в зависимости от конкретного соперника и своих возможностей; изменение тактики; конкретные способы решения возникающих задач (приемы психологического воздействия на соперника, маскировка возможных действий и др.).



Рисунок 2 – Классификация тактики полевого игрока

### М-9. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИКЕ НАПАДЕНИЯ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ

#### Тема 23. Тактика индивидуальных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения

Классификация индивидуальных тактических действий в нападении.

Индивидуальные тактические действия игрока без мяча: открытый или скрытый уход игрока от опеки или уводя защитника.

Индивидуальные тактические действия игрока с мячом: ведение, обводка, атака ворот; выполнение различных действий без мяча и с мячом в зависимости от действий партнеров; умение выполнять тактические действия на определенных участках поля и сочетать индивидуальную игру с коллективными действиями. Методика обучения.

#### **Тема 24. Тактика групповых действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения**

Классификация групповых тактических действий в нападении.

Групповые взаимодействия игроков: передачи, передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении; взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место; игра в «стенку»; игра в атаке 2×1, 3×1; обучение передачам мяча в «квадратах» с различным сочетанием игроков: 3×2, 4×3, 3×1, 3×3 параллельные действия (без стягивания, на стягивания защитников), скрестные действия (внутренние и внешние), при численном меньшинстве противника и при численном равенстве; при начале атаки, ее развитии и завершении.

#### **Тема 25. Тактика командных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения**

Классификация командных тактических действий в нападении.

Командные взаимодействия: выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте согласно избранной тактической системе в составе команды; расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр поля; организация быстрого и позиционного нападения по избранной тактической системе; выход из зоны защиты, взаимодействия в середине поля при организации контратаки; нападение против зонной, персональной и смешанной систем защиты; стремительное нападение – «отрыв» одного или двух игроков, «быстрый прорыв» (игроками передней линии при численном превосходстве и равенстве с противником, в меньшинстве). Способы начала, развития и завершения атаки. Методика обучения.

Методика обучения нападению: фазовость нападения, характеристика фаз, средства осуществления задач по фазам. Подбор упражнений для обучения.

Последовательность в обучении индивидуальным, групповым и командным взаимодействиям в нападении. Принципы подбора и организации упражнений, организация и методика их проведения.

#### **Тема 26. Тактика индивидуальных действий вратаря в нападении в хоккее на траве; методика обучения**

Индивидуальные действия: организация атаки, контратаки (применение сопровождающей передачи по прямой).

Совершенствование правильного и своевременного выбора места в воротах при атаке противника. Совершенствование правильного выбора

способа отражения мяча при разных вариантах атаки. Обучение ориентированию в круге удара и взаимодействию с защитниками. Методика обучения.

## **М-10. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИКЕ ЗАЩИТЫ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **Тема 27. Тактика индивидуальных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Классификация индивидуальных тактических действий в защите.

Индивидуальные тактические действия: выбор места для оборонительного действия, перехват продольной и диагональной передачи, отбор мяча; противодействие маневрированию, т. е. осуществление «закрывания» и создания препятствий сопернику в получении мяча; умение выбрать целесообразный технический прием для отбора и перехвата мяча или нейтрализации соперника в зависимости от игровой ситуации и расположения игроков на площадке; применение отбора мяча в зависимости от игровой обстановки; противодействие сопернику в выполнении передач, ведения и ударов по воротам; опека игрока без мяча (плотная, неплотная) и с мячом. Опека игрока, стоящего на месте и перемещающегося в различных частях площадки. Рациональное применение блокирования, перехвата, выбивания. Методика обучения.

### **Тема 28. Тактика групповых действий в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Классификация групповых тактических действий в защите.

Групповые тактические взаимодействия: подстраховка партнера, переключение; взаимодействие двух игроков против двух и трех нападающих; изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде; взаимодействие в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника; правильный выбор позиции и страховка партнера; организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «треугольник», в центре поля, вблизи круга удара; взаимодействие в обороне при розыгрыше противником комбинаций в стандартных положениях; взаимодействие защитников и вратаря; спаренный отбор, создание численного превосходства в обороне; противодействие розыгрышу стандартных положений (штрафной угловой, угловой удар, розыгрыш свободного вблизи круга удара). Групповая борьба за мяч, отскочивший от защитника, от вратаря в круге удара. Методика обучения.

### **Тема 29. Тактика командных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Классификация командных тактических действий в защите.

Командные тактические действия: выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической



схеме в составе команды; организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты; выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника по флангу и через центр; организация обороны против быстрого и позиционного нападения и с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты; переход от одного способа защиты к другому в ходе матча; быстрый переход от обороны к началу и развитию атакующих действий; организация обороны при контратаке противника и меры ее предупреждения; игра в защите в численном меньшинстве; оборона в условиях прессинга. Смешанная система защиты при численном большинстве и меньшинстве. Методика обучения.

Последовательность в изучении индивидуальных действий в защите. Принципы разучивания взаимодействий двух и трех игроков, подбор упражнений, организация и методика их проведения.

Последовательность в изучении командных взаимодействий в защите. Организация и методика обучения.

### **Тема 30. Тактика индивидуальных действий вратаря в защите в хоккее на траве; методика обучения**

Индивидуальные действия: выбор способа отражения атаки противника в зависимости от индивидуальных особенностей вратаря; взаимодействие с защитниками и руководство действиями игроков защитной линии; начало атаки; выбор места в воротах в условиях единоборства, скопления игроков в круге удара; умение противодействовать помехам; игра на перехвате мяча и на выходе. Методика обучения.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 5 (СМ-5) СИСТЕМА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ НА ТРАВЕ**

### **М-11. СИСТЕМА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ НА ТРАВЕ**

#### **Тема 31. Классификация спортивных соревнований по хоккею на траве**

Значение спортивных соревнований. Место спортивных соревнований в учебно-тренировочном процессе. Виды спортивных соревнований (по их значению): главные (абсолютное и относительное первенство), вспомогательные (отборочные, контрольные встречи, классификационные), агитационно-пропагандистские (товарищеские, показательные).

Виды спортивных соревнований по их месту в учебно-тренировочном процессе: основные, вспомогательные, контрольные, подводящие.

#### **Тема 32. Организация спортивных соревнований По хоккею на траве**

Воспитательное и образовательное значение спортивных соревнований. Роль судейской коллегии как руководителя и организатора спортивных

соревнований. Деятельность комитетов и общественных организаций в подготовке и проведении спортивных соревнований. Особенности проведения международных спортивных соревнований. Положение о спортивных соревнованиях. Порядок открытия, проведения и закрытия спортивных соревнований. Информация зрителей и участников.

Способы розыгрыша: круговой, разовые встречи, спортивные соревнования по турам, турниры. Составление календаря игр: упрощенная таблица, усовершенствованная таблица. Оценка учета результатов. Способ розыгрыша с выбыванием: после одного поражения, после двух поражений. Составление календаря. Таблица результатов спортивных соревнований. Смешанный способ.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 6 (СМ-6) ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ**

### **М-12. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ**

#### **Тема 33. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря**

Планирующая документация в спортивно-оздоровительном лагере. Особенности регулирования труда работников организации физической культуры и спорта. План эвакуации занимающихся. Список инвентаря и оборудования.

Книга приказов по спортивно-оздоровительному лагерю. План работы спортивно-оздоровительного лагеря. График проведения и тематика педагогических советов, методических занятий, рабочих совещаний и др.

Протоколы проведения производственных совещаний, педагогических советов спортивно-оздоровительного лагеря. Список детей с указанием домашнего адреса и телефонов ближайших родственников. График работы сотрудников спортивно-оздоровительного лагеря. График дежурства детей на объектах спортивно-оздоровительного лагеря.

#### **Тема 34. Организация идеологической, воспитательной, учебно-тренировочной и спортивно-массовой работы в спортивно-оздоровительном лагере**

Организация и формы идеологической и воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере. Содержание планов идеологической, воспитательной и спортивно-массовой работы спортивно-оздоровительного лагеря.

Общие основы периодизации годичной подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Организация и содержание общей и специальной физической подготовки в соответствии со спецификой вида спорта в условиях спортивно-оздоровительного лагеря. Количество, продолжительность и место

проведения учебно-тренировочных занятий. Направленность, объем и интенсивность тренировочных нагрузок. Восстановительные мероприятия.

Подбор общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Форма записи общеразвивающих упражнений. Содержание организационно-методических указаний.

Организация и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия.

Организация проведения спортивных соревнований с занимающимися в спортивно-оздоровительном лагере.

## **Раздел II. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

### **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 7 (СМ-7) ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ**

#### **М-13. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ**

##### **Тема 35. Актуальные направления развития хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь**

Сведения о развитии хоккея на траве в Республике Беларусь за истекший год, количество занимающихся, сравнительный анализ изменений, произошедших в последнее время, новое в технике, тактике, правилах игры, спортивном оборудовании и инвентаре. Важнейшие республиканские и международные спортивные соревнования по хоккею на траве. Задачи по дальнейшему развитию хоккея на траве в Республике Беларусь.

### **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 8 (СМ-8) ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **М-14. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИНЦИПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

##### **Тема 36. Общие основы спортивной тренировки как многолетнего процесса спортивной подготовки в хоккее на траве**

Задачи подготовки детско-юношеского контингента в различных звеньях системы физического воспитания: в учреждении общего среднего образования, в специализированных учебно-спортивных учреждениях (детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ), специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва (СДЮШОР), Республиканском центре олимпийской подготовки (РЦОП).

Периодизация процесса многолетней подготовки спортсменов в специализированных учебно-спортивных учреждениях. Характеристика

этапов: предварительной спортивной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации и спортивного совершенствования. Содержание и преимущественная направленность подготовки спортсменов на этих этапах. Особенности построения учебно-тренировочного процесса в зависимости от возраста и уровня подготовленности спортсменов. Режимы тренировочной работы на этапах многолетней спортивной подготовки в хоккее на траве. Тренировочные нагрузки в годичном цикле, по периодам годичного цикла и в учебно-тренировочных занятиях.

Группы обучения в специализированных учебно-спортивных учреждениях (начальной подготовки, учебно-тренировочные группы и группы спортивного совершенствования). Возрастные границы этапов спортивной подготовки.

Критерии оценки технико-тактического мастерства и физической подготовленности спортсменов различной квалификации.

Периодизация годичного тренировочного цикла у квалифицированных спортсменов. Характеристика периодов: подготовительный (этап общей спортивной подготовки, этап специальной подготовки, предсоревновательный этап), соревновательный и переходный. Содержание и преимущественная направленность спортивной подготовки спортсменов в этих периодах.

### **Тема 37. Средства и методы спортивной подготовки в хоккее на траве**

Физическое упражнение как основное специфическое средство спортивной подготовки. Классификация физических упражнений.

Соревновательные упражнения. Тренировочные формы соревновательных упражнений.

Общеподготовительные упражнения как средство общей физической подготовки спортсмена. Основные требования к подбору общеподготовительных упражнений. Дополнительные факторы, средства восстановления, тренажерные устройства и специальное оборудование.

Специально-подготовительные упражнения. Классификация специально-подготовительных упражнений в зависимости от преимущественной их направленности (подводящие, развивающие). Имитационные упражнения в числе специально-подготовительных упражнений.

Понятие «метод» в контексте спортивной подготовки. Группы методов. Общепедагогические (словесные и наглядные) методы. Практические (метод строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный) методы.

Методы, направленные преимущественно на освоение спортивной техники (целостно-конструктивный и расчлененно-конструктивный).

Методы, направленные преимущественно на развитие физических качеств (непрерывный и интервальный). Равномерный (стандартный) и переменный (вариативный) режимы использования упражнений. Постоянная и варьирующая интенсивность работы. Использование кругового метода в режимах непрерывной и интервальной работы.

Особенности использования игрового и соревновательного методов в спортивной подготовке спортсменов.

### **Тема 38. Принципы спортивной подготовки в хоккее на траве**

Принципы как отправные положения деятельности тренера. Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация.

Единство общей и специальной подготовки. Взаимная зависимость содержания общей физической подготовки и специальной физической подготовки.

Непрерывность учебно-тренировочного процесса. Основные положения реализации принципа непрерывности. Ближний, следовой и кумулятивный тренировочный эффекты.

Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок. Понятие «максимальная нагрузка». Постепенность и «перерывы постепенности» тренировочной нагрузки.

Волнообразность динамики нагрузок. Прогрессирующее повышение тренировочных нагрузок. Различные варианты волнообразности. Причины волнообразных колебаний нагрузки. Правила динамики объема и интенсивности нагрузок в спортивной подготовке спортсменов.

Цикличность учебно-тренировочного процесса. Основы практической реализации принципа цикличности.

Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры спортивной подготовки спортсмена. Возрастная адекватность многолетней спортивной деятельности.

### **М-15. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ**

#### **Тема 39. Теория и система спортивного отбора в хоккее на траве**

Спортивный отбор как комплекс организационно-методических мероприятий педагогического, медико-биологического, психологического и социального характера, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренности) ребенка, подростка к избранному виду спорта (хоккею на траве). Система спортивного отбора как составная часть общей системы спортивной подготовки спортсмена. Понятие об одаренности и способностях.

Показатели спортивного отбора, обеспечивающие перспективность спортсмена.

Педагогические показатели – возраст (паспортный и биологический), наследственность, физическая подготовленность, быстрая выработка

и перестройка навыков, наличие двигательного опыта, прирост изучаемых показателей.

Психологические показатели – положительные характерные качества, мотивация, лидерство и притязательность, эмоциональная устойчивость, волевые качества, фрустрация (спортивная агрессивность), активационные и операционные свойства личности (память, внимание, мышление, скорость переработки информации), сенсомоторика, темперамент, индивидуальный стиль спортивной деятельности.

Медико-биологические показатели – здоровье, анатомо-морфологические характеристики, состояние анализаторов, состояние энергетической сферы функционирования дыхания, кровообращения, эндокринной системы. Социологические показатели – данные о спортивных интересах детей, причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям.

Средства и методы спортивного отбора: общие, инструментальные, специфические. Экспертиза, аппаратный метод и метод тестов, анкетирование и наблюдение.

#### **Тема 40. Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки в хоккее на траве**

Принципы спортивного отбора. Основные пути спортивного отбора. Путь, базирующийся на долгосрочном (10–15 лет) прогнозе развития способностей новичков, главным образом стабильных и мало изменяющихся. Путь, базирующийся на многоступенчатой серии последовательных, краткосрочных прогнозов с поэтапным отбором: отсевом после каждого прогноза.

Основные показатели (критерии) спортивного отбора: спортивно-технический результат и динамика его в течение последних лет спортивной подготовки; возраст, состояние здоровья с учетом двигательной специфики хоккея на траве; уровень развития специальных физических качеств, изменяющихся в процессе многолетней спортивной подготовки; потенциальные возможности функциональных систем организма к выполнению специфической двигательной деятельности; психическая устойчивость к специфическим тренировочным нагрузкам; наличие цели (мотивации) в избранном виде спорта (хоккею на траве).

Стадии спортивного отбора в процессе многолетней спортивной подготовки спортсменов: 1) предварительная (определяется целесообразность выбора вида спорта на основе учета многофункциональных данных и психических особенностей ребенка); 2) промежуточная (выявляются способности к эффективному спортивному совершенствованию в процессе относительно напряженной спортивной тренировки на втором и третьем этапах многолетней спортивной подготовки; 3) заключительная (связанная с определением у спортсменов возможностей к достижению высоких спортивных результатов на международном уровне).

## **Тема 41. Факторы спортивного отбора в хоккее на траве**

Основные факторы эффективности отбора: критерии отбора, организация отбора и методика его проведения.

Критерии отбора: задатки, одаренность и способности.

Задатки – это врожденные анатомо-физиологические и психические особенности человека, лежащие в основе его будущих способностей.

Одаренность – это своеобразное сочетание качеств и свойств личности, от которой зависит будущий спортивный успех.

Способности – это свойства человека, делающие его пригодным к успешному выполнению какой-либо деятельности. В практике отбора используют экспертные, аппаратные и тестовые группы методов.

Организация отбора – это комплекс мероприятий, направленных на наиболее целесообразное использование методов и изучение особенностей спортсмена.

Экспертные, аппаратные и тестовые основные группы методов отбора, используемые в практике.

## **М-16. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВИДОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **Тема 42. Взаимосвязь видов подготовки в учебно-тренировочном процессе спортсменов (теоретической, психологической, физической, технико-тактической и интегральной) в хоккее на траве**

Теоретическая подготовка хоккеистов на траве. Цель и задачи теоретической подготовки. Средства и методы теоретической подготовки хоккеистов на траве разного возраста и уровня квалификации.

Общая физическая подготовка, ее содержание, цели и задачи, место в общей системе спортивной подготовки.

Специальная физическая подготовка, ее содержание, цели и задачи, место в общей системе подготовки спортсменов.

Техническая подготовка хоккеистов на траве. Цель и задачи технической подготовки. Методы и средства технической подготовки хоккеистов на траве различных возрастных и квалификационных категорий. Этапы технической подготовки. Организация и проведение занятий, направленных на обучение и совершенствование технических приемов хоккея на траве. Особенности методики формирования навыков при становлении новых двигательных действий, их стабилизации и совершенствования. Пути и условия увеличения помехоустойчивости навыков выполнения технических приемов.

Тактическая подготовка хоккеистов на траве. Цели и задачи тактической подготовки. Методы и средства тактической подготовки хоккеистов на траве различного возраста и квалификации. Организация и проведение занятий с тактической направленностью по совершенствованию технико-тактических

взаимодействий. Особенности методики совершенствования сформированных тактических навыков (индивидуальных, групповых и командных).

Интегральная подготовка как целенаправленный процесс выработки связей между факторами, обуславливающими эффективность (результат, выигрыш) игровых действий хоккеиста на траве и комплексное воздействие целостной игровой деятельности, включая соревновательную. Задачи интегральной подготовки: осуществление связи между видами подготовки – физической и технической; технической и тактической; морально-волевой с теоретической; теоретической и технико-тактической с физической; достижение стабильности игровых навыков в сложных условиях соревнований; реализация физической, технической, тактической, теоретической и морально-волевой подготовки в игровых действиях. Средства интегральной подготовки: совмещенные упражнения на стыке двух видов подготовки; упражнения с чередованием различных по характеру движений (подготовительных, подводящих, технических, с переключением заданий); учебные двусторонние игры с заданиями по технике и тактике, контрольные и календарные игры с так называемыми установками на игру.

Основы психологической подготовки спортсменов в хоккее на траве. Структура и направленность психологической подготовки. Средства и методы психологической подготовки. Хоккейная команда как малая группа (понятие малой группы, общение в команде, межличностные отношения, эффективность групповой деятельности, личность в команде).

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 9 (СМ-9)**

### **УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **М-17. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ ХОККЕИСТОВ НА ТРАВЕ**

##### **Тема 43. Планирование как важный компонент системы управления подготовкой хоккеистов на траве**

Характеристика планирования как важного звена в системе управления подготовкой спортсменов в хоккее на траве: определение основных понятий; характеристика содержания планирования учебно-тренировочного процесса на различных этапах многолетней спортивной подготовки спортсменов в хоккее на траве.

##### **Тема 44. Виды планирования в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве**

Перспективное планирование – это план многолетней спортивной подготовки. Общая структура и продолжительность начальных этапов, факторы, определяющие эффективность многолетней подготовки; стратегия многолетней подготовки с преимущественным разделением отдельных сторон



подготовленности спортсменов на каждом из этапов. Достижение запланированных спортивных результатов; важнейшие направления интенсификации учебно-тренировочного процесса. Цели спортивной подготовки в виде промежуточных спортивных результатов и показателей различных сторон подготовленности как базовой основы высшего спортивного мастерства. Задачи спортивной подготовки, определяющие важнейшие пути достижения целей в виде динамики нагрузок, состава и соотношения средств и методов различной направленности.

Документы перспективного планирования: учебный план, учебная программа, многолетний план спортивной подготовки команды, многолетний индивидуальный план подготовки спортсменов.

Содержание планов текущего планирования: структура этапа, продолжительность и содержание его макроциклов; цели и задачи спортивной подготовки в виде показателей подготовленности, согласующихся с аналогичными данными многолетнего плана и путей их реализации; основные средства спортивной подготовки и мероприятий, проводимых в целях повышения ее эффективности.

Годовой план как часть перспективного: цель и задачи спортивного года, задачи по периодам спортивной подготовки, средства и методы спортивной подготовки, динамика тренировочных и соревновательных нагрузок. Детализация годового плана подготовки по мезо- и макроциклам.

Организационно-методические положения содержания: рациональное соотношение нагрузок различной преимущественной направленности (от избирательных на ранних этапах подготовительных периодов к комплексным на заключительных этапах подготовительного и соревновательного периодов); последовательное или комплексное совершенствование физических качеств, лежащее в основе проявления технико-тактического мастерства; уменьшение влияния лимитирующих факторов за счет волнообразного характера динамики тренировочной нагрузки; изменение соотношения ее компонентов, объема и интенсивности работы и отдыха.

Методические положения планирования: вариативность тренировочных нагрузок по всем компонентам: числу и темпу повторений, амплитуде и свободе движений, длительности и интенсивности выполнения упражнений, величине отягощений и сопротивлению, смене мест, продолжительности и числу учебно-тренировочных занятий.

Оперативное планирование – планирование отдельных мероприятий, направленных на разработку структуры соревновательной деятельности в целях достижения ожидаемого результата в ближайших спортивных соревнованиях.

Планирование спортивной подготовки на определенный мезоцикл, микроцикл, отдельное учебно-тренировочное занятие.

Документы оперативного планирования: рабочий план, план-конспект учебно-тренировочного занятия, план подготовки к отдельным спортивным соревнованиям.

Рабочий план: конкретное содержание учебно-тренировочных занятий на определенный учебно-тренировочный цикл или календарный срок (чаще – на месяц). Методика обучения и спортивного совершенствования в соответствии с требованиями программы и плана-графика годичного цикла спортивной подготовки, теоретический и практический материал каждого учебно-тренировочного занятия.

Содержание плана-конспекта учебно-тренировочного занятия: задачи, содержание и средства в каждой части учебно-тренировочного занятия, дозировка упражнений и организационно-методические указания.

Содержание плана спортивной подготовки к отдельным спортивным соревнованиям (командный и индивидуальный): моделирование программы предстоящих спортивных соревнований (чередование нагрузок и отдыха), включение средств для достижения максимальной работоспособности (на данный период спортивной подготовки).

#### **Тема 45. Характеристика комплексного контроля в хоккее на траве**

Информативные показатели состояния здоровья, телосложения, степени развития физических (двигательных) и волевых качеств, технико-тактического мастерства спортсменов как составляющие комплексного контроля.

Измерение и оценка различных показателей в циклах спортивной тренировки с целью определения уровня подготовленности спортсмена (педагогические, психологические, биологические, социометрические, спортивно-медицинские и другие методы и тесты).

Предмет, объект и цель комплексного контроля спортивной подготовки спортсменов. Оптимизация процесса спортивной подготовки и соревновательной деятельности с помощью оценки различных сторон подготовленности и основных функциональных задач, связанных с оценкой состояния спортсменов, уровня их подготовленности, выполнения рабочих планов и показанных при этом результатов.

#### **Тема 46. Виды контроля в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве**

Педагогический контроль, его значение и содержание, виды контроля – этапный, текущий, оперативный. Методы педагогического контроля.

Виды учета: предварительный, текущий, итоговый.

Определение понятий «контрольный норматив», «контрольное испытание», «тест». Требования к тестам, предъявляемые теорией тестов (стандартность, надежность, информативность, наличие системы оценок).

Этапный контроль (от 2–5 микроциклов до года). Оценка перманентного состояния спортсмена в течение недели, месяца; тренировочного эффекта многолетней тренировки, макроцикла, периода, этапа, макроцикла.

Текущий контроль как средство оценки состояния спортсмена в микроциклах спортивной тренировки. Данные педагогических наблюдений за поведением спортсменов на спортивных тренировках и спортивных соревнованиях; результаты выполнения тренировочных и соревновательных упражнений; стандартные испытания – эталоны (тесты) для определения специальной работоспособности спортсмена; данные самоконтроля спортсмена и его самочувствия; аппаратные методы срочной информации о состоянии спортсмена.

Оперативный контроль как средство экспресс-оценки оперативного состояния, в котором находится спортсмен на данный момент. Регистрация нагрузки тренировочного упражнения, серии упражнений и всего учебно-тренировочного занятия в целом.

Реакции организма спортсмена на тренировочные нагрузки: кумулятивные (результат систематических и длительных занятий спортом); отставленные (итог следовых реакций от предшествующих тренировочных нагрузок, выполняемых изо дня в день); срочные (результат немедленных изменений в организме, происходящих по ходу выполнения упражнений на учебно-тренировочном занятии или в процессе спортивных соревнований).

Углубленный, избирательный и локальный виды контроля.

Углубленный контроль как средство определения состояния здоровья и отдельных функциональных систем спортсмена: центральной нервной и кислородтранспортной систем, нервно-мышечного аппарата, уровня подвижности психических процессов.

Избирательный контроль – средство оценки одной системы, влияющей на спортивные достижения в конкретном виде спорта (хоккее на траве).

Локальный контроль как возможность с учетом одного-двух показателей определить состояние спортсмена в данный момент.

Классификация контроля в зависимости от используемых показателей. Педагогический контроль – оценка уровня технико-тактической и физической подготовленности, особенностей выступления в спортивных соревнованиях, динамики спортивных результатов, структуры и содержания учебно-тренировочного процесса и др.

Медико-биологический контроль – оценка состояния здоровья, возможностей функциональных систем спортсмена.

Социально-психологический контроль как средство изучения особенностей личности спортсмена, его психологического состояния и подготовленности, общего микроклимата и условий тренировочной и соревновательной деятельности.

#### **Тема 47. Подготовка команды к спортивным соревнованиям по хоккею на траве. Управление командой в процессе спортивных соревнований**

Виды спортивных соревнований (по их значению): главные, вспомогательные (отборочные, контрольные встречи), агитационно-

пропагандистские. Виды спортивных соревнований по их месту в учебно-тренировочном процессе: основные, вспомогательные, контрольные, подводящие.

Примерное определение игровой и соревновательной подготовки хоккеистов на траве в зависимости от выполняемой игровой функции в команде. Стратегия участия в спортивных соревнованиях. Разработка стратегического плана и его реализация. Структура построения и содержания микроциклов соревновательного периода. Организация подготовки команд к спортивным соревнованиям по хоккею на траве.

Управление командой на спортивных соревнованиях: стратегическое и оперативное управление (спортивная разведка, разработка тактического плана игры, проведение установки на игру, рычаги управления действиями команды, сохранение темпа и ритма игры и т. д.) в процессе игры.

Функциональные обязанности по подготовке спортсменов и тренерского штаба к спортивным соревнованиям.

Методы анализа проведенной игры. Его значение и влияние на последующий спортивный результат. Проведение разбора игры после проведения анализа действий всей команды и каждого игрока.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 10 (СМ-10)**

### **МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **М-18. МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

##### **Тема 48. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по хоккею на траве**

Тренер как педагог и воспитатель. Творческая система «ученик – тренер». Задачи, решаемые тренером в повседневной работе. Взаимоотношения в системе «тренер – коллектив». Способы управления коллективом: авторитарный, демократический, либеральный и комбинированный.

Педагогические способности тренера. Современные методы функциональных исследований и восстановления. Особенности форм активного и пассивного руководства творческим процессом. Методика применения различных средств и форм информации в процессе спортивной подготовки. Использование тренажеров в учебно-тренировочном процессе.

Специфика педагогической работы со спортсменами разного уровня подготовленности. Особенности преподавания хоккея на траве в учреждениях образования.

Формы и методы идеологического воспитания – составная часть учебно-тренировочного процесса.

#### **Тема 49. Особенности проведения общеразвивающих, специальных упражнений в хоккее на траве**

Методика подбора и составления комплекса общеразвивающих упражнений. Запись упражнений.

Объяснение, показ, подача команд и распоряжений к построениям и перестроениям, к началу и окончанию упражнений. Определение и исправление возможных ошибок.

#### **Тема 50. Обучение (совершенствование) техническим действиям хоккеистов на траве**

Схема обучения техническим приемам (для всех технических приемов игры): правильно назвать прием; показ приема тренером или на слайдах, плакатах, видеотехнике с комментариями о его роли в игре; объяснить технику выполнения приема с демонстрацией (положение звеньев тела до выполнения, во время выполнения, после выполнения технического приема); попытки практического выполнения приема – исходное положение (стойка), перемещение, имитация в целом и по частям.

Методика составления комплекса упражнений для обучения приему техники. Подводящие и основные упражнения. Запись комплекса упражнений и основные методические требования к их проведению.

Проведение студентами части урока по обучению (совершенствованию) конкретному приему техники на основании ранее составленного комплекса упражнений.

#### **Тема 51. Обучение (совершенствование) тактическим индивидуальным, групповым и командным взаимодействиям хоккеистов на траве**

Понятия о функциях игроков в команде. Содержание их тактической подготовки (индивидуальной, групповой). Комплексы наиболее характерных приемов и упражнений. Принципы составления упражнений и их модификации. Методика подготовки в тактических взаимодействиях.

Совершенствование изученной индивидуальной и групповой тактики. Применение индивидуальных и групповых взаимодействий в различных системах ведения игры. Место этих взаимодействий и их особенности.

Овладение командными взаимодействиями в пределах определенной системы ведения игры.

Овладение индивидуальной и групповой тактикой применительно к функциям, выполняемым в команде в различных системах нападения и защиты. Задачи, средства и методы их осуществления.

Проведение студентами части урока по обучению (совершенствованию) конкретному тактическому взаимодействию на основании составленного комплекса упражнений.

## **Тема 52. Управление подготовкой командных взаимодействий в учебно-тренировочных играх и на спортивных соревнованиях по хоккею на траве**

Руководство в процессе спортивных соревнований командой. Значение правильного руководства в процессе спортивных соревнований. Подготовка к предстоящему спортивному соревнованию. Наблюдение за командой будущего соперника. Составление плана игры с будущим соперником. Проведение спортивной тренировки перед спортивным соревнованием. Разбор плана игры команды и установка игрокам перед спортивным соревнованием.

Руководство командой в спортивных соревнованиях средствами условной сигнализации. Использование 10-минутного перерыва. Запись игровой деятельности в процессе спортивного соревнования и анализ полученных данных.

Разбор проведенного спортивного соревнования. Формы и порядок разбора. Содержание разбора. Использование записей игровой деятельности. Заключение тренера по игре команды в целом и отдельных игроков.

## **Тема 53. Составление плана-конспекта проведения учебно-тренировочного занятия для определенной возрастной группы хоккеистов на траве; проведение учебно-тренировочного занятия**

Характеристика учебно-тренировочного занятия по хоккею на траве. Особенности структуры (подготовительной, основной, и заключительной частей) и содержания. Формы организации занимающихся на учебно-тренировочном занятии по хоккею на траве.

Составление планов-конспектов учебно-тренировочного занятия с разной тематической направленностью для юных спортсменов. Проведение тематического занятия для юных спортсменов. Анализ содержания и методика проведения учебно-тренировочного занятия по хоккею на траве с юными спортсменами.

Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении комплексного учебно-тренировочного занятия для спортсменов высокой квалификации. Анализ содержания и методика проведения комплексного учебно-тренировочного занятия для спортсменов высокой квалификации.

## **Тема 54. Формирование умений и навыков проведения отдельных частей учебно-тренировочного занятия для хоккеистов на траве различной квалификации**

Содержание и методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства. Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении подготовительной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства.

Содержание и методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства. Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении основной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства.

Содержание и методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства. Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении заключительной части учебно-тренировочного занятия с хоккеистами на траве учебно-тренировочных групп 4–7-го годов обучения, групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 11 (СМ-11) НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **М-19. ОСНОВЫ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **Тема 55. Основные направления научно-исследовательской работы в хоккее на траве**

Исследования в хоккее на траве.

Экспериментально-эмпирические исследования, связанные с результатами наблюдений и экспериментов, с зависимостями между отдельными предметами и явлениями, математико-статистической обработкой и описанием полученных данных.

Теоретические исследования как средство выявления закономерностей, формулирование принципов и законов, определение понятий, выдвижение перспективных идей и гипотез.

Применения в хоккее на траве различных методов исследования. Общенаучные и частные методы, позволяющие создать базу для теоретического знания. Предпосылки для выявления важнейших закономерностей, формулирования гипотез, обобщающих выводов,

Характер направленности науки на объективное отражение действительного положения вещей, ориентирование на совершенствование и преобразование спортивной практики.

Методологическое обеспечение логической цепи характеристик педагогического исследования, позволяющих оценить его качество: проблему, тему, актуальность, объект исследования, его предмет, цель, задачи, средства, методы, гипотезу, защищаемые положения, новизну, значение для науки и спортивной практики.

## **Тема 56. Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы в хоккее на траве**

Структура и организация научно-методического и медицинского обеспечения спортивной подготовки спортсменов. Организация, содержание и порядок проведения углубленных, этапных и текущих обследований. Проведение прикладных спортивно-педагогических, медико-биологических, психологических исследований. Осуществление контроля совершенствования технического мастерства; контроля состояния здоровья, уровня функционального состояния и развития спортивной формы.

Характеристика основных направлений научного обеспечения. Медицинское оборудование для комплексного контроля эффективности проведения спортивных тренировок и восстановления. Комплексный педагогический и медико-биологический контроль.

Исследование параметров техники игры. Проведение антропометрических исследований спортсменов учебной группы. Организация и проведение контрольных тестов. Использование инструментов, приборов, отдельных методик в исследованиях техники игры, уровня функционального состояния.

Организация и содержание научно-методического обеспечения спортивной подготовки спортсменов. Содержание углубленного, этапного и текущего обследования спортсменов.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 12 (СМ-12) МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **М-20. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

## **Тема 57. Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий хоккеем на траве**

Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий хоккеем на траве техническими комиссиями Международной федерации хоккея на траве (FIH) и общественным объединением «Белорусская федерация хоккея на траве» (ОО БФХТ).

Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, покрытия. Вспомогательные помещения (раздевалки, душевые, массажные, бани и др.).

Обеспечение физкультурно-спортивных сооружений современным спортивным оборудованием и инвентарем. Обеспечение спортивно-медицинских центров современными средствами профилактики, лечения и восстановления.



### **Тема 58. Спортивный инвентарь и оборудование в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве**

Основной спортивный инвентарь. Спортивные тренажеры, варианты размещения и крепления, изготовление и ремонт.

Тренажеры для общей физической подготовки: современные эргометры для аэробной тренировки. Тренажеры, работающие по принципу облегчающего лидирования. Управляющие устройства, обеспечивающие спортсмену поддержание заданной скорости движений при выполнении тренировочных упражнений, формирование рационального темпа и ритма движений. Тренажеры, позволяющие совместить процесс развития различных двигательных качеств с техническим совершенствованием. Тренажеры с изменяющимися сопротивлениями, создающие условия для одновременного проявления силовых качеств и подвижности в суставах. Различные устройства, стимулирующие адаптационные реакции организма спортсмена за счет создания искусственных климатических и погодных условий.

Строительство хоккейных полей: выбор места, подушка, дренаж, покрытие, разметка.

Оборудование: хоккейные ворота.

Мяч, клюшка: уход, хранение, подготовка к занятиям.

Экипировка спортсменов и требования к ней.

### **Тема 59. Правила безопасности при эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве**

Основные правила безопасности при эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве.

Технология, инструменты и механизмы, необходимые для ухода за физкультурно-спортивными сооружениями для занятий хоккеем на траве.

Капитальный и текущий ремонт основных и вспомогательных помещений, мест для проведения занятий. Основные методы, специфика и периодичность ремонта. Практическая организация и проведение работ по подготовке физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве, разметка хоккейного поля.

Правила проверки прочности конструкций спортивного оборудования и спортивного инвентаря, надежности закрепленного спортивного оборудования.

Нормы воздушного и светового режима, водоснабжения и отопления мест проведения занятий.

### **Тема 60. Организация спортивных соревнований по хоккею на траве на физкультурно-спортивных сооружениях**

Спортивно-технические требования правил спортивных соревнований по хоккею на траве к физкультурно-спортивным сооружениям. Оснащение физкультурно-спортивных сооружений судейским, информационным, осветительным и другим специальным оборудованием, их эксплуатация.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 13 (СМ-13) МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **М-21. ТРАВМАТИЗМ В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **Тема 61. Медико-биологические основы юношеского спорта**

Закономерности роста и развития организма. Факторы и этапы онтогенеза. Схемы возрастной периодизации. Биологический и паспортный возраст. Половое созревание и стадии пубертатного периода. Оценка биологической зрелости по развитию скелета, зубов, телосложения. Акселерация развития.

Развитие опорно-двигательного аппарата. Развитие отдельных групп мышц и особенности топографии силы в возрастном аспекте. Особенности строения систем обеспечения и регулирования у спортсменов различных возрастных групп.

Развитие двигательной функции в процессе онтогенеза. Соотношение созревания в развитии моторики. Паспортный и биологический возраст. Акселерация и ретардация. Особенности моторики человека в разные возрастные периоды. Возрастное развитие двигательных функций: силы, быстроты, выносливости.

Особенности биохимических процессов в организме детей и подростков. Состояние систем энергообеспечения и изменение биохимических показателей с возрастом. Особенности регуляции обмена веществ в организме детей и подростков и реакция на упражнения различной интенсивности и направленности.

#### **Тема 62. Причины возникновения травм в процессе занятий хоккеем на траве**

Факторы риска и способы профилактики спортивного травматизма. Внешние и внутренние причины возникновения спортивных травм.

Связь возникновения травм с внешними факторами воздействия: условиями тренировочной среды; состоянием физкультурно-спортивных сооружений, качеством спортивного инвентаря и оборудования, формы; спецификой вида спорта; официальными правилами, организацией и судейством спортивных соревнований; качеством питания, применением стимулирующих препаратов; нерациональным построением различных компонентов спортивной подготовки – разминки, режима работы и отдыха, применением тренировочных средств, соревновательной деятельности и др.

Внутренние причины возникновения травм: возраст спортсмена, его пол, рост, масса тела, соматотип; незалеченные травмы; наличие заболеваний; слабость и непропорциональное развитие мышц; пониженный уровень гибкости или, наоборот, разболтанность суставов; недостаточное владение

техничко-тактическим мастерством; психологическая неустойчивость и неадекватность поведения в сложных условиях тренировочной и соревновательной деятельности.

Организационные и материально-технические причины травматизма. Медико-биологические и психологические причины травматизма. Спортивно-педагогические причины травматизма.

### **Тема 63. Основные направления профилактики травматизма в хоккее на траве**

Профилактика травматизма в нескольких направлениях: организационном, материально-техническом, медико-биологическом, психологическом, спортивно-педагогическом. Быстрое и эффективное лечение спортивных травм, реабилитация после их получения.

Прямая зависимость эффективности профилактической работы спортсменов и тренеров от знания факторов риска, способных привести к заболеваниям и травматизму.

Некачественное материально-техническое и организационное обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности: плохое состояние физкультурно-спортивных сооружений, мест проведения учебно-тренировочных занятий; низкое качество спортивной формы и спортивного инвентаря; нерациональное питание, не соответствующее специфике вида спорта и характеру нагрузок; низкое качество медицинского обеспечения спортивной подготовки и спортивных соревнований.

Основные направления профилактики травматизма:

- комплексное обследование спортсмена, которое предполагает определение наличия последствий предыдущих травм, выявление нестабильности суставов, характеристику состояния мышц и связок, выявление тугоподвижности мышц и связок;
- рационально построенная разминка;
- постоянный учет возрастных и половых особенностей спортсменов, уровня их физической и технической подготовленности;
- плавное увеличение тренировочных нагрузок после длительных перерывов в тренировочной деятельности, особенно если они были вызваны травмами;
- высокий уровень развития у спортсменов способностей к ориентированию в пространстве, произвольному расслаблению мышц, к оценке и регуляции динамических и пространственно-временных параметров движений;
- постоянное совершенствование спортивной формы, спортивного оборудования и спортивного инвентаря.

Первичная профилактика (на индивидуальном уровне) – медицинские наблюдения, защитные средства, тренировка гибкости и силы, рациональное питание, эффективная разминка. Вторичная профилактика (на групповом уровне) – совершенствование официальных правил, соглашений, уточнение

информации, воспитательные мероприятия. Третичная профилактика – общественное планирование, законодательство, капиталовложения.

#### **Тема 64. Общие основы построения разминки в хоккее на траве**

Влияние разминки на работоспособность спортсменов, эффективность деятельности функциональных систем их организма в спортивных соревнованиях и при выполнении программ учебно-тренировочных занятий.

Разминка как комплекс специально построенных упражнений и процедур, проводимых перед основной двигательной активностью с целью полноценной спортивной подготовки организма к планируемой работе, а также сразу после завершения основной части работы, чтобы обеспечить эффективный переход организма из состояния высокой функциональной активности к состоянию покоя.

Основные задачи разминки.

Функциональная задача – ускорение периода вработывания функций дыхания, кровообращения, крови, усиление тканевого обмена, установление взаимосвязи, согласованности деятельности различных систем и механизмов, вовлеченных в планируемую работу.

Двигательная задача – оптимизация работы мышц, их взаимодействия, усиление афферентной информации с работающих мышц и ее рациональной переработки.

Эмоциональная задача – психологическая подготовка спортсмена к предстоящей работе, формирование положительного эмоционального настроя, мобилизация спортсмена на реализацию определенных двигательных действий.

Технико-тактическая задача: использование средств, моделирующих основные элементы соревновательной деятельности, обеспечивающих синхронизацию двигательной и вегетативной функций.

Обеспечение общей частью разминки повышения температуры тела, активизации функций центральной нервной системы, двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма.

Обеспечение посредством применения специальной части разминки готовности функциональных возможностей организма спортсмена, обеспечивающих эффективное выполнение двигательных действий в режиме, обусловленном программой соревновательной или тренировочной деятельности.

### **М-22. АНТИДОПИНГОВАЯ ПОЛИТИКА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ**

#### **Тема 65. Нарушения антидопинговых правил и их последствия**

Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Виды нарушений антидопинговых правил. Тренинг «Личная ответственность спортсмена и персонала».

Ответственность за применение допинга в законодательстве Республики Беларусь и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между ВАДА и органами уголовного преследования.

Особенности международно-правовой и национальной систем противодействия допингу в спорте.

### **Тема 66. Профилактические антидопинговые мероприятия в хоккее на траве**

Общие принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы. Современные принципы антидопинговой профилактической деятельности. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшие практики антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.

Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики. Особенности реализации олимпийского образования в контексте проведения антидопинговой профилактической работы с юными спортсменами. Информационно-пропагандистская деятельность и роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе. Направления разработки моделей подготовки и переподготовки педагогических кадров с выраженной профилактико-антидопинговой составляющей.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 14 (СМ-14) СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

### **М-23. СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО В ХОККЕЕ НА ТРАВЕ**

#### **Тема 67. Повышение уровня физической подготовленности хоккеистов на траве**

Методы развития общих физических и специальных физических качеств, необходимых для хоккеиста на траве. Наиболее эффективные методы и средства развития общих физических и специальных физических качеств. Дозировка упражнений в зависимости от уровня подготовленности и возраста спортсмена. Методы контроля уровня развития отдельных физических и специальных физических качеств. Тренажерные устройства для общей физической и специальной физической подготовки хоккеистов на траве.

Средства подготовки. Оценка эффективности применения средств общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Методы изменения интенсивности нагрузки. Использование

соревновательного метода для мобилизации сил спортсменов, технического мастерства, способности к перенесению нагрузок и восстановлению после них. Формы организации учебно-тренировочных занятий.

Средства и методы, применяемые в подготовительном, соревновательном и переходном периодах годичного цикла. Проведение тестирования для определения уровня развития общих физических и специальных физических качеств и оценка качества учебно-тренировочного процесса в отдельных периодах спортивной подготовки спортсменов.

Основные принципы подбора и проведения упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов, возраста и амплуа в команде.

### **Тема 68. Повышение уровня технической подготовленности хоккеистов на траве**

Различные способы перемещений и сочетание их между собой. Повышение быстроты и маневренности перемещений. Сложные формы сочетания различных способов перемещений с преимущественной направленностью на быстроту, маневренность, внезапность действий.

Совершенствование свободного владения мячом с помощью упражнений типа «жонглирования»: «дриблинг в воздухе», перебрасывание и ловля мяча на клюшку через голову вперед и назад, справа налево. Вращение мяча на клюшке кистями.

Совершенствование передач мяча в движении после ловли с передачи и после ведения. Передачи в «одно касание». Передачи мяча при встречном движении, поступательные передачи, передачи сопровождающему игроку. Совершенствование передач с акцентом на быстроту, точность, скрытность на максимальной скорости перемещения.

Ведение мяча без отрыва от клюшки (слитное), толчками, подкидкой, «индийским» дриблингом, «удобной» и «неудобной» стороной клюшки. Обводка препятствий: ведение со сниженным зрительным контролем. Ведение при различных способах перемещения (беге, приставных шагах, подскоках), в различных направлениях. Совершенствование ведения мяча: ведение на максимальной скорости в сочетании с другими приемами техники. Переход с одного способа на другой. Рывки и ускорения при ведении.

Броски и удары с близкой дистанции: в движении, после ловли с передачи, после ведения, после поворота на месте. Броски и удары в опорном и безопорном положениях. Бросок в падении. Удар подсечкой.

Дальнейшее совершенствование техники защиты в сочетании с противодействием приемам нападения.

Простые и комплексные упражнения (без элементов и с элементами соревнования), эстафеты, подготовительные и учебно-тренировочные игры для совместного изучения техники нападения и противодействия приемам. Методические указания и задания по технической подготовке в приемах защитных действий в процессе проведения учебных игр. Выполнение различных приемов техники в условиях лимита времени и противодействия.

Использование технических приемов при решении различных тактических задач в индивидуальных и групповых взаимодействиях.

Совершенствование технического мастерства в соответствии с требованиями спортивной практики и достижениями научно-технического прогресса. Изучение расчлененно-конструктивного и целостно-конструктивного методов. Средства формирования совершенного выполнения двигательных действий, связанных с концентрацией нервных процессов в коре головного мозга. Средства стабилизации двигательного навыка, соответствующего этапу закрепления. Достижение вариативного навыка и его реализация. Обеспечение максимального согласования двигательной и вегетативной функций, стремления к максимальной реализации функционального потенциала спортсмена. Повышение эффективности применения усвоенных действий при изменяющихся внешних условиях и при различном состоянии организма.

Выполнение тренировочной нагрузки с помощью дозирования интенсивности равномерным, повторным, переменным и интервальным методами. Выполнение нагрузок, развивающих анаэробное энергообразование. Изучение общей схемы движения хоккеиста при выполнении передач мяча; ведения мяча. Освоение и совершенствование техники броска, его разновидностей. Организация и проведение занятий по совершенствованию различных приемов техники хоккея. Использование подводящих упражнений для изучения и совершенствования техники в хоккее на траве. Оптимизация ритма и темпа двигательных действий. Изучение и совершенствование технико-тактических приемов для ведения соревновательной борьбы. Методика совершенствования структуры двигательных действий в хоккее на траве. Совершенствование технического мастерства в соответствии с требованиями спортивной практики и достижениями научно-технического прогресса.

### **Тема 69. Повышение уровня тактической подготовленности хоккеистов на траве**

Обучение и совершенствование индивидуальных, групповых и командных технико-тактических действий игроков.

Совершенствование командных технико-тактических действий.

Совершенствование коллективных общекомандных взаимодействий, направленных: на создание и реализацию голевых ситуаций; срыв атаки соперника и организацию атакующих действий своей команды. Организация тактических взаимодействий после отбора мяча у соперника; коллективные действия по быстрому переходу условной середины поля (игра на  $\frac{3}{4}$  поля); коллективные перемещения с выбором направления атаки; быстрое занятие выгодных позиций с последующим опережением соперника или завершением атакующих действий; групповые и индивидуальные перестроения при оборонительных действиях подготовка к «прессингу»; коллективные действия при отборе мяча (слаженность); создание численного преимущества (2×1) на участке поля при потере мяча; создание выгодных позиций при перехвате

мяча и переход от обороны к атаке; групповые перемещения в атаке при наличии оперативного пространства (средняя или длинная передача мяча в свободную зону).

Совершенствование групповых технико-тактических действий.

Совершенствование групповых взаимодействий, направленных на решение частных тактических задач. Совершенствование групповых взаимодействий, направленных на взятие ворот: (для атакующей группы игроков); противодействие взятию ворот (для обороняющейся группы игроков). Коллективный контроль мяча в сочетании с согласованным маневром хоккеистов на траве, коллективные действия при отборе мяча (прессинг и комбинированные действия), направленные длинные передачи в круг удара как с удобной стороны, так и с неудобной («ребра») и одновременный маневр игрока или группы игроков для подставления клюшки, завершения атаки.

Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий.

Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий направлено на выполнение стандартных положений в парах, тройках, индивидуально.



## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

#### к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)»

*(список вопросов в порядке возрастания нумерации  
содержательных модулей, модулей и тем)*

№ содержательного модуля	№ модуля	№ темы	Формулировка вопроса
1	2	3	4
Раздел I. ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА			
1	1	1	Хоккей на траве в системе физического воспитания
1	1	2	История развития хоккея на траве
1	1	3	Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по хоккею на траве
1	1	4	Основные правила игры в хоккей на траве, последние изменения
1	1	4	Методика судейства спортивных соревнований по хоккею на траве: состав судейской бригады, обязанности судей
1	2	5, 6	Формы организации процесса обучения в хоккее на траве
1	2	7	Средства и методы обучения технике игры в хоккей на траве
2	3	8	Силовые способности и методика их направленного развития в хоккее на траве
2	3	9	Скоростные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве
2	3	10	Координационные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве
2	3	11	Гибкость и методика ее направленного развития в хоккее на траве
2	3	12	Выносливость и методика ее направленного развития в хоккее на траве
2	4	13	Основные психические качества, характерные для хоккеистов на траве
3	5	14, 15	Классификация техники хоккея на траве
3	5	16	Последовательность обучения технике игры в хоккее на траве; технология обучения
3	6	17	Техника стойки и перемещений в нападении в хоккее на траве; методика обучения

1	2	3	4
3	6	18	«Хват» клюшки; основная стойка игрока в хоккее на траве, методика обучения. Основные ошибки и их исправления
3	6	18	Техника ведения мяча в хоккее на траве; методика обучения
3	6	18	Техника передачи мяча в хоккее на траве; методика обучения
3	6	18	Техника приема мяча в хоккее на траве; методика обучения
3	7	19	Техника стойки и перемещений в защите в хоккее на траве; методика обучения
3	72	20	Техника овладения мячом и противодействия в хоккее на траве; методика обучения
3	7	21	Классификация техники игры вратаря в хоккее на траве
3	7	21	Основная стойка, перемещение вратаря в хоккее на траве; методика обучения
4	8	22	Основы тактики игры в хоккей на траве
4	8	22	Классификация тактики хоккея на траве; технология обучения тактическим действиям
4	8	22	Основные функции полевых игроков в хоккее на траве
4	9	23	Тактика индивидуальных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения
4	9	24	Тактика групповых действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения
4	9	25	Тактика командных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения
4	10	27	Тактика индивидуальных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения
4	10	28	Тактика групповых действий в защите в хоккее на траве; методика обучения
4	10	29	Тактика командных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения
4	10	26, 30	Тактика игры вратаря в хоккее на траве. Индивидуальные действия: выбор позиции, взаимодействия с защитой; методика обучения
5	11	31	Классификация спортивных соревнований по хоккею на траве
5	11	32	Организация спортивных соревнований по хоккею на траве
6	12	33, 34	Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей
Раздел II. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА			
7	13	35	Актуальные направления развития хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь
8	14	36	Характеристика этапа предварительной спортивной подготовки в хоккее на траве
8	14	37	Средства и методы спортивной подготовки в хоккее на траве

1	2	3	4
8	14	38	Принципы спортивной подготовки в хоккее на траве
8	15	39	Теория и система спортивного отбора в хоккее на траве
8	15	40	Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки в хоккее на траве
8	15	41	Факторы спортивного отбора в хоккее на траве
8	16	42	Взаимосвязь видов подготовки в учебно-тренировочном процессе спортсменов (теоретической, психологической, физической, технико-тактической и интегральной) в хоккее на траве
9	17	43, 44	Перспективное планирование процесса спортивной подготовки в хоккее на траве
9	17	43, 44	Текущее и оперативное планирование процесса спортивной подготовки спортсменов в хоккее на траве
9	17	45	Характеристика комплексного контроля в хоккее на траве
9	17	46	Виды контроля в системе спортивной подготовки в хоккее на траве
9	17	47	Управление командой в процессе спортивных соревнований по хоккею на траве: установка на игру, руководство во время матча, разбор игр, организация и контроль режима дня спортсменов
10	18	48	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по хоккею на траве
10	18	49	Особенности проведения общеразвивающих, специальных упражнений в хоккее на траве
10	18	50	Общая структура разучивания технического приема в хоккее на траве
10	18	51	Содержание тактической подготовки хоккеистов на траве на различных этапах спортивной подготовки
10	18	52	Управление подготовкой командных взаимодействий в учебно-тренировочных играх и на спортивных соревнованиях по хоккею на траве
10	18	53	План-конспект учебно-тренировочного занятия по хоккею на траве, его структура и содержание
10	18	54	Особенности проведения отдельных частей учебно-тренировочного занятия для хоккеистов на траве различной квалификации
11	19	55	Основные направления научно-исследовательской работы в хоккее на траве
11	19	56	Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы в хоккее на траве
12	20	57	Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий хоккеем на траве

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
12	20	58	Спортивное инвентарь и оборудование в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве
12	20	59	Правила безопасности при эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве
12	20	60	Организация спортивных соревнований по хоккею на траве на физкультурно-спортивных сооружениях
13	21	61	Медико-биологические основы юношеского спорта в хоккее на траве
13	21	62	Причины возникновения травм в процессе спортивной подготовки хоккеистов на траве
13	21	63	Основные направления профилактики травматизма в хоккее на траве
13	21	64	Общие основы построения разминки в хоккее на траве
13	22	65	Нарушения антидопинговых правил и их последствия в хоккее на траве
13	22	66	Профилактические антидопинговые мероприятия в хоккее на траве
14	23	67	Повышение уровня физической подготовленности хоккеистов на траве
14	23	68	Повышение уровня технической подготовленности хоккеистов на траве
14	23	69	Повышение уровня тактической подготовленности хоккеистов на траве

**ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**к государственному экзамену**  
 по направлению специальности 1-88 02 01-01  
 «Спортивно-педагогическая деятельность  
 (тренерская работа по хоккею на траве)»  
*(список вопросов по алфавиту с указанием номера  
 содержательного модуля, модуля и темы)*

Формулировка вопроса	№ содержательного модуля	№ модуля	№ темы
<i>I</i>	2	3	4
Актуальные направления развития хоккея на траве в мире и в Республике Беларусь	7	13	35
Взаимосвязь видов подготовки в учебно-тренировочном процессе спортсменов (теоретической, психологической, физической, технико-тактической и интегральной) в хоккее на траве	8	16	42
Виды контроля в системе спортивной подготовки в хоккее на траве	9	17	46
Выносливость и методика ее направленного развития в хоккее на траве	2	3	12
Гибкость и методика ее направленного развития в хоккее на траве	2	3	11
История развития хоккея на траве	1	1	2
Классификация спортивных соревнований по хоккею на траве	5	11	31
Классификация тактики хоккея на траве; технология обучения тактическим действиям	4	8	22
Классификация техники игры вратаря в хоккее на траве	3	7	21
Классификация техники хоккея на траве	3	5	14, 15
Координационные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве	2	3	10
Медико-биологические основы юношеского спорта в хоккее на траве	13	21	61
Методика судейства спортивных соревнований по хоккею на траве: состав судейской бригады, обязанности судей	1	1	4
Нарушения антидопинговых правил и их последствия в хоккее на траве	13	22	65
Обеспечение безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по хоккею на траве	1	1	3

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Обеспечение безопасности при эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для занятий хоккеем на траве	12	20	59
Общая структура разучивания технического приема в хоккее на траве	10	18	50
Общие основы построения разминки в хоккее на траве	13	21	64
Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей	6	12	33, 34
Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы в хоккее на траве	11	19	56
Организация спортивных соревнований по хоккею на траве	5	11	32
Организация спортивных соревнований по хоккею на траве на физкультурно-спортивных сооружениях	12	20	60
Основная стойка, перемещение вратаря в хоккее на траве; методика обучения	3	7	21
Основные направления научно-исследовательской работы в хоккее на траве	11	19	55
Основные правила игры в хоккей на траве, последние изменения	1	1	4
Основные психические качества, характерные для хоккеистов на траве	2	4	13
Основные направления профилактики травматизма в хоккее на траве	13	21	63
Основные функции полевых игроков в хоккее на траве	4	8	22
Основы тактики игры в хоккее на траве	4	8	22
Особенности проведения общеразвивающих, специальных упражнений в хоккее на траве	10	18	49
Особенности проведения отдельных частей учебно-тренировочного занятия для хоккеистов на траве различной квалификации	10	18	54
Перспективное планирование процесса спортивной подготовки в хоккее на траве	9	17	43, 44
План-конспект учебно-тренировочного занятия по хоккею на траве, его структура и содержание	10	18	53
Повышение уровня тактической подготовленности хоккеистов на траве	14	23	69
Повышение уровня технической подготовленности хоккеистов на траве	14	23	68
Повышение уровня физической подготовленности хоккеистов на траве	14	23	67
Последовательность обучения технике игры в хоккее на траве; технология обучения	3	5	16

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Причины возникновения травм в процессе спортивной подготовки хоккеистов на траве	13	21	62
Принципы спортивной подготовки в хоккее на траве	8	14	38
Профилактические антидопинговые мероприятия в хоккее на траве	13	22	66
Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по хоккею на траве	10	18	48
Силовые способности и методика их направленного развития в хоккее на траве	2	3	8
Скоростные способности и методика их направленного развития в хоккее на траве	2	3	9
Содержание тактической подготовки хоккеистов на траве на различных этапах спортивной подготовки	10	18	51
Спортивное инвентарь и оборудование в системе спортивной подготовки хоккеистов на траве	12	20	58
Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки в хоккее на траве	8	15	40
Средства и методы обучения технике игры в хоккей на траве	1	2	7
Средства и методы спортивной подготовки в хоккее на траве	8	14	37
Тактика групповых действий в защите в хоккее на траве; методика обучения	4	10	28
Тактика групповых действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения	4	9	24
Тактика игры вратаря в хоккее на траве. Индивидуальные действия: выбор позиции, взаимодействия с защитой; методика обучения	4	10	26, 30
Тактика индивидуальных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения	4	10	27
Тактика индивидуальных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения	4	9	23
Тактика командных действий в защите в хоккее на траве; методика обучения	4	10	29
Тактика командных действий в нападении в хоккее на траве; методика обучения	4	9	25
Текущее и оперативное планирование процесса спортивной подготовки спортсменов в хоккее на траве	9	17	43, 44
Теория и система спортивного отбора в хоккее на траве	8	15	39
Техника ведения мяча в хоккее на траве; методика обучения	3	6	18
Техника овладения мячом и противодействия в хоккее на траве; методика обучения	3	7	20
Техника передачи мяча в хоккее на траве; методика обучения	3	6	18
Техника приема мяча в хоккее на траве; методика обучения	3	6	18

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Техника стойки и перемещений в защите в хоккее на траве; методика обучения	3	7	19
Техника стойки и перемещений в нападении в хоккее на траве; методика обучения	3	6	17
Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий хоккеем на траве	12	20	57
Управление командой в процессе спортивных соревнований по хоккею на траве: установка на игру, руководство во время матча, разбор игр, организация и контроль режима дня спортсменов	9	17	47
Управление подготовкой командных взаимодействий в учебно-тренировочных играх и на спортивных соревнованиях по хоккею на траве	10	18	52
Факторы спортивного отбора в хоккее на траве	8	15	41
Формы организации процесса обучения в хоккее на траве	1	2	5, 6
Характеристика комплексного контроля в хоккее на траве	9	17	45
Характеристика этапа предварительной спортивной подготовки в хоккее на траве	8	14	36
«Хват» клюшки; основная стойка игрока в хоккее на траве, методика обучения. Основные ошибки и их исправления	3	6	18
Хоккей на траве в системе физического воспитания	1	1	1



**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ  
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ  
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая  
деятельность (тренерская работа по хоккею на траве)»**

Баллы	Показатели оценки
10 (десять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в теориях, концепциях, направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве), давать им критическую оценку, использовать научные знания других учебных дисциплин;</li> <li>– высший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
9 (девять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве), давать им критическую оценку;</li> <li>– очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
8 (восемь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– корректное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и достаточно полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях, направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– высокий уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
7 (семь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопрос, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– решение ситуационных профессиональных задач и краткое обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
6 (шесть)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности;</li> <li>– решение ситуационных профессиональных задач и неполное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
5 (пять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать вывод;</li> <li>– неполное решение ситуационных профессиональных задач и обоснование принятых решений;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
4 (четыре)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;</li> <li>– низкая компетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
3 (три)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими и стилистическими ошибками;</li> <li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– некомпетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях избранного вида спорта (хоккей на траве);</li> <li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
2 (два)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– знание отдельных литературных источников, рекомендованных программой государственного экзамена;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– неумение использовать научную терминологию избранного вида спорта (хоккей на траве), наличие в ответе грубых логических ошибок;</li> <li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
1 (один)	– отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа

*Учебное издание*

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по гандболу)»

Составители:  
**Клачков Вячеслав Эдуардович,**  
**Янушкевич Ксения Юрьевна**

Корректор *Н. С. Геращенко*  
Компьютерная верстка *В. А. Гошко*

Подписано в печать 19.05.2025. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.  
Цифровая печать. Усл. печ. л. 3,49. Уч.-изд. л. 3,06. Тираж 12 экз. Заказ 71.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.