

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
футбола и хоккея
от 26.06.2025 протокол № 17

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
по учебной дисциплине:
«Основы теории и методики избранного вида спорта»
Специальность 6-05-1012-02
«Тренерская деятельность (хоккей с шайбой)»
для студентов 2-го курса дневной формы получения образования
на 2025/2026 учебный год

Программные требования

1. Общая характеристика тактики, классификация тактики.
2. Характерные особенности тактики современного хоккея с шайбой.
3. Основы методика обучения и совершенствования тактики (задачи, средства, методы).
4. Формы организации учебно-тренировочного процесса (урок, неурочные формы, комплексные, тематические, групповые и индивидуальные занятия).
5. Планирование средств тактической подготовки в отдельном занятии. Микроцикле, этапе, периоде, годичном цикле, многолетним цикле.
6. Индивидуальные тактические действия в обороне: скоростное маневрирования и выбор позиции; методика обучения и совершенствования.
7. Индивидуальные тактические действия в обороне: опека, виды, характеристика; методика обучения и совершенствования
8. Индивидуальные тактические действия в обороне: отбор шайбы, виды, характеристика; методика обучения и совершенствования.
9. Индивидуальные тактические действия в обороне: ловля шайбы на себя, характеристика; методика обучения и совершенствования.
10. Групповые тактические действия в обороне: страховка; методика обучения и совершенствования.
11. Групповые тактические действия в обороне: переключение; методика обучения и совершенствования.
12. Групповые тактические действия в обороне: спаренный (парный) отбор; методика обучения и совершенствования.
13. Групповые тактические действия в обороне: взаимодействие защитника с вратарем; методика обучения и совершенствования.
14. Индивидуальные тактические действия в нападении без шайбы: открывание, выход из-под опеки, оказание помощи партнеру, помехи вратарю соперника; методика обучения и совершенствования.

15. Индивидуальные тактические действия в нападении с шайбой: ведение, виды, характеристика; методика обучения и совершенствования.
16. Индивидуальные тактические действия в нападении с шайбой: обводка, виды, характеристика; методика обучения и совершенствования.
17. Индивидуальные тактические действия в нападении с шайбой: бросок, виды, характеристика; методика обучения и совершенствования.
18. Индивидуальные тактические действия в нападении с шайбой: прием шайбы; методика обучения и совершенствования.
19. Индивидуальные тактические действия в нападении с шайбой: виды, задачи, методика обучения и совершенствования.
20. Групповые тактические действия в нападении: скрещивание; методика обучения и совершенствования.
21. Групповые тактические действия в нападении: стенка; методика обучения и совершенствования.
22. Групповые тактические действия в нападении: оставление шайбы; методика обучения и совершенствования.
23. Групповые тактические действия в нападении: пропуск шайбы; методика обучения и совершенствования.
24. Групповые тактические действия в нападении: заслон; методика обучения и совершенствования.
25. Тактика передач; методика обучения и совершенствования.
26. Командные тактические действия в обороне: система 2-3; методика обучения и совершенствования.
27. Командные тактические действия в обороне: система 1-3-1; методика обучения и совершенствования.
28. Командные тактические действия в обороне: система 1-2-2; методика обучения и совершенствования.
29. Командные тактические действия в обороне: система 2-1-2; методика обучения и совершенствования.
30. Командные тактические действия в обороне: система 2-2-1; методика обучения и совершенствования.
31. Командные тактические действия в обороне: система 1-4; методика обучения и совершенствования.
32. Командные тактические действия в нападении: классификация, характеристика.
33. Командные тактические действия в нападении: контратака (быстрое нападение); методика обучения и совершенствования.
34. Командные тактические действия в нападении: позиционное нападение; методика обучения и совершенствования.
35. Командные тактические действия в нападении: атака с ходу; методика обучения и совершенствования.
36. Тактика игры вратаря: индивидуальные действия (выбор позиции и передвижения, игра на перехвате шайбы, игра при выходе 1х1); методика обучения и совершенствования.

37. Тактика игры вратаря: групповые тактические действия (взаимодействия с игроками и руководство обороной, замедление игры, атакующие действия); методика обучения и совершенствования.

38. Тактика игры защитников; методика обучения и совершенствования.

39. Тактика игры центрального нападающего; методика обучения и совершенствования.

40. Тактика игры крайнего нападающего; методика обучения и совершенствования.

41. Контроль тактической подготовленности хоккеистов.

42. Сила хоккеистов. Определение, понятие, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

43. Задачи, средства и методы развития силы.

44. Планирование силовой подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикле, периодах и этапах годового цикла, в многолетнем цикле.

45. Силовая выносливость хоккеистов. Определение, понятие. Проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

46. Методика развития силовой выносливости.

47. Быстрота и скоростно-силовые качества хоккеистов. Определение, понятие. Проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

48. Задачи. Средства и методы развития быстроты.

49. Задачи, средства и методы развития скоростно-силовых качеств.

50. Планирование скоростной и скоростно-силовой подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикле, периодах и этапах годового цикла, в многолетнем цикле.

51. Общая (аэробная) выносливость. Определения понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

52. Задачи, средства и методы развития общей (аэробной) выносливости.

53. Скоростная (анаэробная) выносливость хоккеистов. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

54. Задачи, средства и методика развития скоростной (анаэробной) выносливости.

55. Спиральная выносливость хоккеистов. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

56. Задачи, средства и методика развития специальной выносливости.

57. Координационные способности (ловкость) хоккеистов. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

58. Задачи, средства и методы развития координационных способностей (ловкость).

59. Гибкость хоккеистов. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

60. Задачи, средства и методы развития гибкости.
61. Цель и задачи контроля физической подготовленности хоккеистов.
62. Тестирование как основной метод контроля физической подготовленности.
63. Контроль силы хоккеистов.
64. Контроль быстроты хоккеистов.
65. Контроль скоростно-силовых качеств хоккеистов.
66. Контроль координационных качеств (ловкости) хоккеистов.
67. Контроль общей (аэробной) выносливости хоккеистов.
68. Контроль скоростной и спиральной выносливости хоккеистов.
69. Контроль гибкости хоккеистов.
70. Цели и задачи деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.
71. Документы, регламентирующие работу спортивно-оздоровительных лагерей. (1. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». 2. Положение о воспитательном-оздоровительном учреждении. 3. Положение о спортивно-оздоровительном лагере. 4. Положение о педагогическом совете спортивно-оздоровительного лагере. 5. Инструкция по правилам пожарной безопасности, по мерам обеспечения выполнения санитарно-гигиенических требований, по организации купания).
72. Материально-техническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря.
73. Санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Санитарные нормы и правила.
74. Требование к оздоровительным мероприятиям для детей.
75. Требования к безопасности занимающихся во время пребывания в лесу, у водоемов, на территории спортивного городка, при самостоятельных занятиях.
76. Планирующая документация в спортивно-оздоровительном лагере.
77. Организация и формы идеологической и воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере.
78. Общие основы периодизации годичной подготовки хоккеистов.
79. Организация и содержание общей и специальной физической подготовки в условиях спортивно-оздоровительного лагеря.
80. Подбор общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части учебно-тренировочного занятия.
81. Организация и проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Организация проведения спортивных соревнований с занимающимися в спортивно-оздоровительном лагере.

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Знать теоретический материал по темам:

1. Тактика хоккея с шайбой, тактическая подготовка хоккеистов, контроль тактической подготовленности хоккеистов.
2. Физические качества, физическая подготовка и контроль физической подготовленности хоккеистов.
3. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.
4. Составление планов-конспектов по индивидуальной, групповой и командной тактике обороны и нападения, по методике развития физических качеств хоккеистов.
5. Проведение части занятия по тактической и физической подготовке хоккеистов.
6. Организация и проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия в спортивно-оздоровительном лагере.
7. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части.

Заведующий кафедрой футбола и хоккея

В.Ю.Усович