МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею» (ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»)

ПРИНЯТО

на заседании Тренерского совета

Протокол заседания № 5 от 18.03.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Е.А. Крошева
Приказом директора
№ 01-25/11 сп от 19.03.2021 г.

ПРОГРАММА ПРОСМОТРОВЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

СОДЕРЖАНИЕ

I.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОСМОТРОВЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ	3
	СБОРОВ	
II.	ПОКАЗАТЕЛИ И СПОСОБНОСТИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ	
	ПЕРПЕКТИВНОСТЬ ХОККЕИСТОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ	
	ЭТАПЕ (ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)	
	СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	4
III.	МЕТОДЫ И МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И	
	СПОСОБНОСТЕЙ	7
IV.	УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОСМОТРОВЫХ	
	ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ	20
V.	ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ	22
ПРИ	иложения	

І. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОСМОТРОВЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

1. Общие положения.

Настоящая программа просмотровых тренировочных сборов (далее — Программа) разработана в соответствии с приказом Минспорта России от 15.05.2019 № 373 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», приказом Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», положением «О просмотровых тренировочных сборах в ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею», утв. 08.02.2021 г.

Просмотровые тренировочные сборы проводятся с целью оценки перспективности хоккеистов (далее — участников просмотровых сборов) для отбора кандидатов для прохождения спортивной подготовки в ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею» (далее — Училище).

Задачи просмотровых сборов:

- 1. Создание условий для выявления у лиц, проходящих спортивную подготовку на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), резервов к дальнейшему спортивному совершенствованию.
- 2. Углубленная проверка и оценка способностей и показателей, являющихся значимыми для достижения высоких спортивных результатов в хоккее на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).
- 3. Привлечение контингента, соответствующего требованиям Училища, для прохождения спортивной подготовки.
- 2. Формы специализированных мероприятий, включенных в просмотровые сборы.
 - 1. Тренировочные занятия.
 - 2. Просмотровые учебно-тренировочные игры.
 - 3. Тестирование.
 - 4. Измерение показателей физического развития.
- 3. Объем времени и сроки проведение просмотровых тренировочных сборов.
- 1. Объём времени на просмотровые тренировочные сборы (1 период, 1 группа) составляет 16 часов (5 дней).
 - 2. Сроки проведение просмотровых тренировочных сборов:
 - 1-ый этап 28.04-02.05.21 г.: две группы по 25 человек;
 - 2-ой этап 31.05-04.06.21 г.: две группы по 25 человек.

II. ПОКАЗАТЕЛИ И СПОСОБНОСТИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПЕРПЕКТИВНОСТЬ ХОККЕИСТОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ (ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Современный хоккей отличается жестким стилем игры, высокими скоростями и запредельными физическими и психическими нагрузками. Своевременный отбор талантливых спортсменов является одним из условий эффективного функционирования системы подготовки хоккеистов [3].

Главное требование, предъявляемое к системе отбора, состоит, с точки зрения В. Н. Платонова, в том, что она должна быть органическим компонентом системы многолетней подготовки, так как способности могут быть выявлены лишь в процессе тренировки и воспитания и являются следствием сложного диалектического единства - врожденного и приобретенного, биологического и социального [4].

Несмотря на то, что федеральным стандартом спортивной подготовки регламентированы продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки, специалисты в области теории спорта едины во мнении, что этапы многолетней тренировки не имеют строго зафиксированных возрастных границ. Их начало и завершение зависят не только от паспортного возраста спортсмена, но и от его одарённости, индивидуального развития и приспособления к нагрузкам, специфики специализации, условий организации спортивной деятельности и т.д. [1]. Поэтому значимым является распознать перспективного спортсмена на основе анализа комплекса показателей, соответствующих специфике вида спорта, этапу спортивной подготовки.

Основной состав абитуриентов, поступающих в Училище – лица, проходящие спортивную подготовку на тренировочном этапе. Основная задача отбора на тренировочном этапе (этапе углубленной специализации) выявление способностей спортсмена к достижению высоких спортивных результатов, перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок [6]. К этому времени уже определены амплуа хоккеистов, необходимо выявить сильные качества, за счет которых в основном и планируется достижение высоких спортивных результатов.

Одной из форм определения перспективности хоккеистов являются просмотровые сборы, представляющие собой комплекс специализированных мероприятий, проводимых в целях оценки перспективности хоккеистов для отбора кандидатов для прохождения спортивной подготовки в Училище, а

также для комплектования спортивной команды, выступающей в юниорской хоккейной лиге. При проведении комплекса специализированных дальнейшему мероприятий У спортсменов выявляются резервы К спортивному совершенствованию, и осуществляется углубленная проверка и оценка способностей и показателей, являющихся значимыми ДЛЯ достижения высоких спортивных результатов в хоккее.

При определении перечня показателей важно учитывать особенности вида спорта «хоккей».

Хоккей – это вид спорта, требующий умения выполнять сложные движения и приёмы в условиях взрывных скоростей и интенсивного физического контакта. Эта игра требует большой мышечной массы и силы при агрессивном столкновении с соперником. Но вместе с тем хоккеисту необходимо эффективно двигаться, сохранять ловкость на высокой скорости и быть способным на взрывное усилие, отчего лишняя масса в этой игре не Катание коньках естественным нужна. на не является передвижения для человека. При этом необходимо выполнять действия с клюшкой, контроль за шайбой, реакцию на постоянные изменения ситуации, силовую борьбу, смену составов, сопровождающуюся уходом с площадки на скамейку и расслаблением, также постоянные старты и остановки, смены направления движения [7]. Таким образом, к подготовленности игроков предъявляются достаточно жёсткие требования, в частности, к показателям физического развития; общей и специальной физической подготовленности; технической подготовленности; психологической теоретической И подготовленности.

Физическое развитие – комплекс морфофункциональных показателей, которые определяют физическую работоспособность уровень биологического состояния индивида в момент обследования. Представление о физическом развитии можно получить на основе показателей длины, массы тела, а также жизненной ёмкости лёгких, силы различных групп мышц. Физическое развитие может быть оценено с помощью методов индексов (экспресс-оценка), представляющих собой соотношение между отдельными антропометрическими признаками, функциональными показателями И выраженными математическими формулами. Величина индексов В значительной степени зависит от пола, возраста исследуемых [9].

Общая и специальная физическая подготовленность определяется как результат общей и специальной физической подготовки.

Высокий уровень общей физической подготовленности — одно из важнейших условий для повышения тренировочных и соревновательных нагрузок, что характерно для этапа спортивной специализации. Федеральным стандартом спортивной подготовки определён перечень тестов для определения уровня общей физической подготовленности хоккеистов: для определения уровня скоростных, силовых, скоростно-силовых способностей, выносливости.

Показателями специальной физической подготовленности является уровень развития специфичных для хоккея двигательных качеств, значимых для реализации основных двигательных действий в игровой деятельности: специальных скоростных, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, специальной выносливости [5]. Для определения уровня специальной физической подготовленности разработаны специальные тесты, которые также косвенно определяют уровень технической подготовленности хоккеистов: техники катания лицом и спиной вперед, техника передвижения на коньках и торможений, техника маневренного катания, техники владения клюшкой.

Техническая подготовленность определяется как степень освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям вида спорта и направленной на достижение высоких спортивных результатов. Техническую подготовленность нельзя рассматривать изолированно, а следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие [4]. Кроме специальных тестов для оценки качества и эффективности техники значимым является и спортивный результат, который демонстрирует хоккеист. Спортивный результат отдельного игрока можно анализировать на основе выявления игровой эффективности спортсмена, о которой судят по ряду показателей статистики игры: количество силовых приёмов, голевых блокированных бросков, отбора шайбы, моментов, выигранных проигранных вбрасываний, пропущенных шайб (для вратарей).

Таким образом, с учетом специфики вида спорта, этапа спортивной подготовки, задач отбора в рамках просмотровых сборов был определен комплекс показателей:

- физическое развитие;
- общая физическая подготовленность;

- специальная физическая подготовленность;
- эффективность игровой деятельности.

Также, учитывая требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» к результатам реализации программы спортивной подготовки на тренировочном этапе выделен показатель - теоретическая подготовленность (знание о правилах вида спорта «хоккей»). Для исследования выделенных показателей определён комплекс методов и методик, содержание которых описано в главе 3.

III.МЕТОДЫ И МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И СПОСОБНОСТЕЙ

С целью оценки показателей и способностей предусмотрены следующие методы и методики (см. таблица 3):

Характеристика используемых методик и тестов

№ π/π	Название методики/теста	Назначение методики, теста	Методика проведения	Единицы измерения	Оценка результатов	
	теста	І фил				
1			ческое развитие (антропометрия, спирометрия, динамоме			
1.	Антропометрия,	Измерение длины	Массо-ростовой индекс Кетле (ИК, г/см) рассчитывается	гр/см,	Оценка показателей	
	расчёт массо-	и массы тела для	путем деления веса в граммах на рост в сантиметрах:	кг/м	роста и веса и массо-	
	ростового	определения	$MK = \frac{BeC}{pocT}(\Gamma p/cM)$		ростового индекса	
	индекса Кетле	плотности тела,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		Кетле осуществляется	
	(ИК, гр/см);	избытка и	$VMT(I)=P/L^2$		на основе шкалы	
	(ИМТ)	недостатка массы	где Р-масса тела (кг),		дифференциации	
		тела	L-длина тела (м)		оценки	
					морфологического	
					развития хоккеистов	
					15-16 лет	
					(см. таблица 4)	
					<18,5-дефицит массы;	
					18,5-24,9 –норма;	
					> 25 – избыточная	
					масса тела	
					(М.Г. Ткачук)	
2.	Спирометрия -	Определение	Для проведения исследования используется спирометр.	мл/кг	Средняя величина	
	измерение ЖЕЛ	максимального	Испытуемый выполняет 2 - 3 вдоха и выдоха, а затем		жизненного индекса	
	(жизненная	количества	необходимо сделать глубокий вдох и, взяв в рот мундштук		для спортсменов	
	емкость легких),	воздуха, которое	трубки спирометра, равномерно выдохнуть в него воздух		составляет 60-70	
	расчет	может человек	до отказа. Воздух не должен выходить между губами и		мл/кг; для	
	жизненного	выдохнуть после	через нос, для чего следует зажать нос свободной рукой.		спортсменок – 55-60	
	индекса (I,	полного	Исследование проводится 2-3 раза и записывается		мл/кг.	
	мл/кг)	глубокого вдоха.	наибольший результат.			
		ЖЕЛ является	Расчёт жизненного индекса осуществляется следующим			
		одним из	образом:			
		основных	$I = \frac{\mathcal{K}E\mathcal{J}(M\mathcal{J})}{\mathcal{I}}$			
		показателей	$T = \frac{1}{P(\text{масса тела, кr})}$			

		состояния			
		аппарата			
		внешнего			
		дыхания.			
3.	Кистевая динамометрия - измерение силы мышц, расчёт относительных силовых индексов (СИ)	дыхания. Исследование изометрической силы мышц рук.	Для проведения исследования используется динамометр. При измерении силы мышц кисти обследуемому необходимо вытянуть руку с кистевым динамометром и отвести её в сторону перпендикулярно туловищу. При этом свободная рука должна быть расслаблена и опущена вниз. После чего, обследуемый должен произвести предельное усилие, то есть сжать кистевой динамометр так сильно, как только сможет, причём не допускаются рывки и дополнительные движения руками. Измерение проводиться поочередно обеими руками несколько раз, при этом, исследователь выбирает лучший результат для каждой руки с точностью до двух килограммов. Расчёт относительного силового индекса осуществляется следующим образом:	кг / %	Оценка показателей осуществляется на основе шкалы дифференцированной оценки силовых возможностей хоккеистов 15-16 лет (см. таблица 5) Средние показатели: -у мужчин 70-75%; -у женщин 50-60%.
			$CV = \frac{CUЛА KUCTU (KI)}{BEC (KI)} 100\%$		
			 Общая физическая подготовленность (тестирование) 		
4.	Бег 30 м. с высокого старта (полевые игроки, вратари)	Определение скоростных способностей	Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек	Оценка показателей осуществляется на основе шкалы оценки показателей общей
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, с приземлением на обе ноги (полевые игроки,	Определение скоростно-силовых способностей мышц нижних конечностей	Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок толчком двух ног вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Выполняются две	СМ	физической подготовленности хоккеистов на тренировочном этапе (свыше двух лет) (см. таблица 6,7)

	вратари)		попытки. Учитывается лучшая. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где		
			спортсмен коснулся пола.		
6.	И.П. вис хватом	Определение	Из исходного положения вис на перекладине хватом	кол-во раз	
	сверху на	силовых	кистями рук сверху, ноги вместе, руки полностью	1	
	высокой	способностей	выпрямлены, испытуемый выполняет сгибание рук (за счет		
	перекладине.	мышц плечевого	силы, не рывком) и возвращается в исходное положение.		
	Сгибание и	пояса и рук	При сгибании рук подбородок должен быть выше		
	разгибание рук		перекладины, а ноги прямые и вместе.		
	(полевые игроки,				
	вратари)				
7.	Бег на 1 км с	Определение	Несколько испытуемых в высокой стойке становятся к	мин., сек	
	высокого старта	выносливости	линии старта, не наступая на нее. По сигналу все бегут и на		
			полной скорости пересекают линию финиша. Тест следует		
			проводить на беговой дорожке стадиона (400 м). Надо		
			удостовериться, что испытуемые раньше на тренировке		
			пробегали эту дистанцию и напомнить, что не следует		
			стартовать слишком быстро, и нужно пробегать дистанцию		
			по возможности с равномерной скоростью. По пересечении		
			линии финиша сообщить результат (испытуемый должен		
	1	C	его запомнить).		.)
0		•	ческая подготовленность/техническая подготовленность (-	·
8.	Бег на коньках	Определение	Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии	сек	Оценка показателей
	30 м.	специальных	старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По		осуществляется на
	(полевые игроки)	скоростных	сигналу оба катятся вперед и на полной скорости		основе шкалы оценки
		качеств и техники	пересекают линию финиша. Выполняются две попытки.		показателей
		катания лицом	Учитывается лучшая.		специальной физической
9.	Бег на коньках	вперед Определение	Испытуемый в высокой стойке становятся к линии старта	oor.	подготовленности
٦.	челночный 6*9	специальных	так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу	сек	хоккеистов на
	(полевые игроки)	скоростно-	хоккеист катится вперед до отметки 9 м, где выполняет		тренировочном этапе
	(HOLLEBRIC MI POKM)	силовых качеств и	резкое торможение, таким образом необходимо преодолеть		(свыше двух лет) (см.
L	1	силовых качеств и	резкое торможение, таким образом необходимо преодолеть		(сыше двух лет) (см.

		техники передвижения на коньках и торможений			таблицы 6,7)
10.	Бег на коньках спиной вперёд 30 м (полевые игроки)	Определение координационных способностей, специальных скоростных качеств и техники катания спиной вперед	Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта спиной вперед так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся спиной вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек	
11.	Бег на коньках слаломный без шайбы (полевые игроки)	Определение координационных способностей, техники маневренного катания	Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта (расположена на расстоянии 10 см от линии ворот по направлению к кругу вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист стартует и оббегает 5 стоек. Четыре стойки расположены по периметру круга вбрасывания и одна — на расстоянии 17 м 36 см от линии старта, напротив верхней стойки, размещенной на круге вбрасывания. Таким образом, три стойки находятся на осевой линии, проходящей через точку вбрасывания и по одной стойке справа и слева перпендикулярно осевой линии. Прежде чем дать старт, надо убедиться, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек	
12.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (полевые игроки)	Определение координационных способностей, техники	Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Даются две попытки. Учитывается лучшая. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением	сек	

		маневренного катания и техники владения	упражнения с шайбой и без шайбы.	
13.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (вратари)	клюшкой Определяет специальную выносливость и технику передвижения на коньках	Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу вратарь стартует лицом вперед до точки круга конечного вбрасывания слева, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой. Далее обратно двигается спиной вперед до ворот, выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем, двигаясь лицом вперед, достигает следующей отметки, которая размещена на равноудаленном расстоянии на одной прямой параллельной линии ворот между двумя точками конечного вбрасывания. Касается клюшкой отметки и спиной вперед двигается к воротам, выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед двигается до точки круга конечного вбрасывания справа, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой, двигается обратно к воротам, выполняет торможение, также касаясь их. Далее выполняет то же в обратном порядке: точка конечного вбрасывания справа — центральная отметка по центру — точка конечного вбрасывания слева. Финиширует, двигаясь к воротам спиной вперед от точки конечного круга вбрасывания слева	сек
14.	Бег на коньках по малой восьмёрке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря (вратари)	Определение координационных способностей и техники маневренного катания	Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу вратарь стартует лицом вперед и объезжает слева круг конечного вбрасывания так, чтобы коньки находились за ним. Далее, достигнув места между усами круга конечного вбрасывания (дальних от бокового борта), делает переход в положение спиной вперед, объезжая по ходу движения другой круг конечного	сек

		вбрасывания, и двигается до правой штанги ворот. Затем, коснувшись штанги любой частью тела, начинает объезжать круги конечного вбрасывания в обратную сторону в той же последовательности. Испытуемый завершает тест, финишируя спиной вперед и касаясь ворот любой частью тела.	
Бег на коньках 18 м (сек)	Определение специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед	Два испытуемых встают на линию старта и по сигналу преодолевают дистанцию как можно быстрее. Учитывается время с точностью до сотой доли секунды. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек
Бег на коньках спиной вперёд 18 м	Определение координационных способностей, специальных скоростных качеств и техники катания спиной вперед	Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта спиной вперед. По сигналу преодолевают дистанцию как можно быстрее. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек
Челночный бег 10х10 м	Определение специальных скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках и торможений	Упражнение выполняется в движении по «коридору» шириной 2,5 м, обозначенному стойками. Испытуемый по сигналу стартует лицом вперед, из исходного положения «основная стойка», с синей линии, после прохождения отрезка 10 м выполняет полное торможение, в обратном направлении движется спиной вперед до линии старта и выполняет полное торможение. Таким образом, преодолеваются пять отрезков. Финиш после прохождения пятого отрезка. Регистрируется суммарное время прохождения 5-ти отрезков в момент пересечения синей линии. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.	сек

			Результат измеряется с точностью до 0,01 секунды.					
	4. Теоретическая подготовленность (тестирование)							
15.	спорта «Хоккей» теоретической подготовленности (знание правил вида спорта «Хоккей» подготовленности (знание правил вида спорта «Хоккей» подготовленности (знание правил вида спорта «Хоккей» предолагаемое для выполнения участнику тестовое задание ключает 20 вопросов закрытой формы. Вопрос закрытой формы вопросов и нектает правильным, еслиственным прикладной компьютерной протрамы, что обеспечивает возможность генерировать правильный ответами, содержащую требуемое количество вопросов и начисятется 1 бал максимальное количество баллов заданий, содержащую требуемое количество вопросов и начисятется 1 бал максимальное количество баллов задания, вносить изменения в свои ответы, пропускать ряд вопросов с возможностью последующего возврата к пропущенным задания. Время на выполнение задания — 20 минут. 5.Игровая эффективность (педаготическое наблюдение) Для проведения исследования используется протокол							
16.	1 *		' ' -		'			
	эффективности	статистики	статистики игровой деятельности игрока (вратаря) (приложение 2, 3), в который в ходе игры эксперты		эффективности			
	на основе показателей		фиксируют показатели по каждому игроку.		игровой деятельности игрока			
	статистики	Силовые приёмы	Выполненный игроком в рамках правил прием игры	кол-во	осуществляется на			
		(игроки)	туловищем, бедром, плечом, целью которого является	Roll Do	основе суммирования			

	лишить соперника контроля над шайбой.		результатов по
	Силовая игра с нарушением правил не фиксируется как		каждому показателю
	силовай прием.		каждому показателю
Голевые моменты (игроки)	Присваивается игроку команды, отдавшему пас, или отклонившему шайбу партнёру по команде, забившему	кол-во	
	шайбу в ворота противника или коснувшись её любым другим способом, который в итоге поразил цель,		
	означающее, что он «помог» в достижении цели.		
Блокированные броски (игроки)	Сознательные действия игрока, целью которых является препятствие попаданию шайбы в створ ворот	кол-во	
	Если шайба изменила направление после контакта с игроком, но все равно попала в створ, такой бросок не		
	считается заблокированным.		
Отбор шайбы:	Поднимание клюшки соперника.	кол-во	
поднимание	Эффективный способ отделить шайбу от соперника. При		
клюшки	правильном выполнении, клюшка защитника находится		
соперника;	под клюшкой соперника, защитник поднимает клюшку		
проведение	соперника и забирает шайбу.		
силового приема;			
перехват шайбы			
(игроки)	отделить атакующего игрока от шайбы. После погони за		
	соперником, подкатившись под хорошим углом, игрок		
	продолжает подкатываться в широкой стойке, оставляет		
	клюшку на льду и врезается в соперника. После		
	применения силового приёма обороняющийся игрок		
	должен сохранить правильную оборонительную позицию.		
	Перехват шайбы. Сочетание интуиции, скорости, выбора		
	позиции телом и клюшкой чтобы завладеть шайбой в		
	борьбе с несколькими соперниками, не давая шайбе		
DC.	возможности свободно двигаться.		
Вбрасывания	Вбрасывание считается выигранным, если после касания	кол-во	
выигранные	шайбой льда игрок команды раньше игрока соперника		

(игроки)	завладел шайбой.		
Вбрасывания	Вбрасывание считается проигранным, если после касания	кол-во	
проигранные	шайбой льда, шайбой завладел соперник.		
(игроки)			
Пропущенные	Коэффициент надёжности в хоккее (КН) – это одна из	Среднее	Наилучший
шайбы	основных характеристик рейтинга вратаря, которая	число	показатель: ≤ 2
(коэффициент	показывает, сколько в среднем шайб пропускает голкипер	пропущенн	
надёжности (КН))	за одну игру. Данный коэффициент является	ых шайб	
(вратари)	универсальным, так как учитывает каждую минуту	(KH)	
	игрового времени, поэтому позволяет высчитать среднее		
	число для вратарей, которые не сыграли ни одного матча в		
	60 минут. Среднее число пропущенных шайб в хоккее		
	считается по следующей формуле:		
	KH = (60 мин * пропущенные шайбы) / общее время на льду		
	Рассчитывать с точностью до сотых		

Таблица 4 Шкалы дифференцированной оценки морфологического развития хоккеистов 15-16 лет (Н.В.Павлова, О.С.Антипова)

№п/п	Показатели		Уровень				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	
		1	2	3	4	5	
1	Рост, см	175,8 и <	175,9-178,2	178,3-183,2	183,3 -185,6	185,7 и >	
2	Вес, кг	64,4 и <	64,5 - 68,8	68,9-77,7	77,8-82,1	82,2 и >	
3	Массо-ростовой индекс Кетле (г/см)	360,9 и <	361,0-383,0	383,1-427,3	427,4 – 449,4	449,5 и>	

Таблица 5

Шкалы дифференцированной оценки силовых возможностей хоккеистов 15-16 лет (H.B.Павлова, О.С.Антипова)

No	Показатели	Уровень				
п/п		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1	2	3	4	5
1	Динамометрия кисти, правая рука, кг	45,9 и <	46,0-48,3	48,4-53,2	53,3 -55,6	55,7 и>
2	Динамометрия кисти, левая рука, кг	44,9 и <	45,0 – 46,8	46,9-50,9	51,0-52,8	52,9 и >
3	Силовой индекс, правая рука, %	60,2 и <	60,3-65,1	65,2-75,1	75,2 – 80,1	80,2 и>
4	Силовой индекс, левая рука, %	58,8 и <	58,9-63,1	63,2-71,8	71,9 – 76,1	76,2 и >

Таблица 6 Шкала оценки показателей общей и специальной физической подготовленности хоккеистов на тренировочном этапе (свыше двух лет) (юноши)

			Уровень подготовленности, %																		
	1	10	2	20	3	80		40		50	(60	,	70	8	80		90	1	00	
	Упражнения оцен ка	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.
					Об	щая ф	изичес	ская по	одгото	вленн	ость (ОФП)			•						
	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	6	6	8	8	9	9	10	10	11	11	12	12	13	13	14	14	15	15	16	16
Полевые игроки	Прыжок в длину с места (см)	160	169	170	179	180	189	190	199	200	209	210	219	220	229	230	239	240	249	250	350
	Бег 30 м (сек)	5.40	5.19	5.20	5.01	5.00	4.81	4.80	4.71	4.70	4.61	4.60	4.51	4.50	4.41	4.40	4.34	4.35	4.31	4.30	3.30
	Бег 1 000 м (мин.сек)	5.50. 00	5.00. 01	5.00. 00	4.40. 01	4.40. 00	4.30. 01	4.30. 00	4.20. 01	4.20. 00	4.10. 01	4.10. 00	4.00. 01	4.00. 00	3.50. 01	3.50. 00	3.40. 01	3.40. 00	3.30. 01	3.30. 00	3.00. 00
Вратари	Подтягивание на перекладине (кол-во	6	6	8	8	9	9	10	10	11	11	12	12	13	13	14	14	15	15	16	16

	pa3)																				
	Прыжок в длину с места (см)	160	169	170	179	180	189	190	199	200	209	210	219	220	229	230	239	240	249	250	350
	Бег 30 м (сек)	5.40	5.19	5.20	5.01	5.00	4.81	4.80	4.71	4.70	4.61	4.60	4.51	4.50	4.41	4.40	4.34	4.35	4.31	4.30	3.30
	Бег 1 000 м (мин.сек)	5.50. 00	5.00. 01	5.00. 00	4.40. 01	4.40. 00	4.30. 01	4.30. 00	4.20. 01	4.20. 00	4.10. 01	4.10. 00	4.00. 01	4.00. 00	3.50. 01	3.50. 00	3.40. 01	3.40. 00	3.30. 01	3.30. 00	3.00.
	Специальная физическая подготовка (СФП)																				
	Бег на коньках лицом вперед 30 м (сек)	6.00	5.51	5.50	5.01	5.00	4.81	4.80	4.71	4.70	4.61	4.60	4.51	4.50	4.41	4.40	4.34	4.35	4.31	4.30	3.30
	Бег на коньках спиной вперед 30 м (сек)	6.60	6.41	6.40	6.21	6.20	6.01	6.00	5.81	5.80	5.66	5.65	5.51	5.50	5.34	5.35	5.21	5.20	5.11	5.10	4.00
Полевые игроки	Челночный бег на коньках 6 х 9 м (сек)	15.50	15.01	15.00	14.51	14.50	14.01	14.00	13.51	13.50	13.01	13.00	12.76	12.75	12.51	12.50	12.26	12.25	12.01	12.00	10.00
игроки	Бег на коньках слаломный без шайбы (сек)	13.00	12.51	12.50	11.76	11.75	11.51	11.50	11.26	11.25	11.01	11.00	10.76	10.75	10.51	10.50	10.26	10.25	10.01	10.00	8.00
	Бег на коньках слаломный с шайбой (сек)	14.00	13.51	13.50	13.01	13.00	12.51	12.50	11.76	11.75	11.51	11.50	11.26	11.25	11.01	11.00	10.76	10.75	10.51	10.50	8.00
						1		1				ų.		1		1					
	Бег на коньках лицом 18 м (сек)	4.20	4.01	4.00	3.91	3.90	3.81	3.80	3.71	3.70	3.61	3.60	3.51	3.50	3.41	3.40	3.36	3.35	3.31	3.30	3.00
	Бег на коньках спиной 18 м (сек)	4.65	4.61	4.60	4.56	4.55	4.51	4.50	414.	4.40	4.36	4.35	4.31	4.30	4.26	4.25	4.21	4.20	4.16	4.15	3.00.
Вратари	«Челночный бег» 10х10 м, (сек)	30.50	30.01	30.00	2951.	29.50	29.01	29.00	28.76	28.75	27.51	27.50	27.26	27.25	27.01	27.00	26.76	26.75	26.51	26.50	24.00
	Бег по малой восьмерке в стойке вратаря (сек.)	34.50	34.01	34.00	33.51	33.50	33.01	33.00	32.51	32.50	32.01	32.00	31.51	31.50	31.01	31.00	30.51	30.50	30.01	30.00	27.00
	Бег челночный в стойке вратаря (сек.)	33.50	33.01	33.00	32.51	32.50	32.01	32.00	31.51	31.50	31.01	31.00	30.51	30.50	30.01	30.00	29.51	29.50	29.01	29.00	26.00

Таблица 7 Шкала оценки показателей общей и специальной физической подготовленности хоккеистов на тренировочном этапе (свыше двух лет) (девушки)

	Обща	я физиче	ская подго	товленно	ость (ОФІ	7)							
Упражнен	я	Уровень подготовки, баллы											
	оценка	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100		
	Сгибание и разгибание рук (кол-во раз)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
Полевые	Прыжок в длину с места (см)	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190		
игроки	Бег 30 м (сек)	5.80	5.70	5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00	4.90		
	Бег 1000 м (мин/сек)	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00	5.15.00	5.00.00	4.45.00	4.30.00	4.15.00	4.00.00		
	Сгибание и разгибание рук (кол-во раз)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
Вратари	Прыжок в длину с места (см)	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190		
Бритири	Бег 30 м (сек)	5.80	5.70	5.60	5.50	5.40	5.30	5.20	5.10	5.00	4.90		
	Бег 1000 м (мин/сек)	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00	5.15.00	5.00.00	4.45.00	4.30.00	4.15.00	4.00.00		
	Специальная физическая подготовка (СФП)												
Упражнени	оценка	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100		
	Бег на коньках лицом вперед 30 м (сек)	6.40	6.30	6.20	6.10	6.00	5.90	5.80	5.70	5.60	5.50		
Π	Бег на коньках спиной вперед 30 м (сек)	7.90	7.75	7.50	7.25	7.00	6.75	6.50	6.35	6.20	6.00		
Полевые	Челночный бег на коньках 6 х 9 м (сек)	17.50	17.00	16.50	16.00	15.50	15.00	14.75	14.50	14.25	14.00		
игроки	Бег на коньках слаломный без шайбы (сек)	13.00	12.80	12.60	12.40	12.30	12.20	12.10	12.00	11.90	11.80		
	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (сек)	15.00	14.80	14.60	14.40	14.30	14.20	14.10	14.00	13.90	13.80		
	Бег на коньках лицом 18 м (сек)	6.30	6.10	5.90	5.70	5.50	5.30	5.10	4.90	4.70	4.50		
	Бег на коньках спиной 18 м (сек)	7.75	7.50	7.25	7.00	6.75	6.50	6.25	6.00	5.75	5.50		
Вратари	«Челночный бег» 10х10 м, (сек)	37.50	37.00	36.50	36.00	35.50	35.00	34.50	34.00	33.50	33.00		
	Бег по малой восьмерке в стойке вратаря (сек.)	45.00	43.00	41.00	40.00	39.00	38.00	37.00	36.00	35.00	34.00		
	Бег челночный в стойке вратаря (сек.)	47.00	45.00	43.00	41.00	40.00	39.00	38.00	37.00	36.00	35.00		

IV. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОСМОТРОВЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

Для организации и проведения просмотровых сборов Училище располагает соответствующей требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» материально-технической базой и инфраструктурой, позволяющей обеспечить реализацию комплекса специализированных мероприятий:

- в наличие: хоккейная площадка; игровой зал; тренажерный зал; раздевалки и душевые; медицинский пункта;
- осуществляется обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для реализации комплекса специализированных мероприятий.

Для проведения специализированных мероприятий создаётся специальная комиссия, в состав которой входят специалисты, уровень квалификации которых соответствует требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей»: тренеры, помощники тренера, а также специалисты медицинского и спортивного отдела и другие специалисты, привлекаемые для проведения специализированных мероприятий. Состав комиссии утверждается приказом по Училищу.

Перечень специализированных мероприятий и их направленность определены c учётом специфики показателей, определяющих перспективность хоккеистов на тренировочном этапе, объём времени на проведение просмотровых тренировочных сборов отдельных специализированных мероприятий определён с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» (таблица 8)

Таблица 8 Направленность специализированных мероприятий просмотровых тренировочных сборов и распределение объёма времени на их проведение

		1	1		
No	Направленность мероприятия	Мероприятие	Объём часов		
п/п			(ч, мин)		
1.	Организационные мероприятия	Инструктаж по технике	30 мин		
		безопасности			
2.	Оценка физического развития	Измерение показателей	1ч 30 мин		
		физического развития			
3.	Оценка общей физической	Тренировочные занятия	2 ч		
	подготовленности	Тестирование	1 ч 15 мин		
4.	Оценка специальной физической	Тренировочные занятия;	3 ч 45 мин		
	подготовленности, технической	Тестирование	1 ч 30 мин		
	подготовленности	-			
5.	Оценка теоретической	Тестирование	30 мин		

	подготовленности		
6.	Оценка игровой эффективности	Учебно-тренировочные	5 ч
		игры	
		ВСЕГО:	16 ч

В таблице 9 представлено распределение объёма времени на проведение специализированных мероприятий по дням.

Таблица 9 Распределение объёма времени на проведение специализированных мероприятий по дням

День	Мероприятия	Груг	ппа	Ответственные за проведение
		A	Б	мероприятий
1.	1. Инструктаж по ТБ	30	30	Руководитель
				физического воспитания
	2. Измерение показателей	1ч 30	1ч 30	Медицинская служба
	физического развития	МИН	МИН	
	3. Тренировочное занятие (ОФП)	1 ч	1 ч	Тренеры, помощники
				тренера
	4. Тренировочное занятие (СФП)	1 ч 15	1 ч 15	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	ВСЕГО	4 ч 15	4 ч 15	
		мин	мин	
2.	1. Тестирование (ОФП)	1 ч 15	1 ч 15	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	2. Тренировочное занятие (СФП)	1 ч 15	1 ч 15	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	ВСЕГО	2 ч 30	2 ч 30	
		мин	мин	
3.	1. Тестирование (теоретическая	30 мин	30 мин	Тренеры, помощники
	подготовленность)			тренера
	2. Тренировочное занятие (ОФП)	30 мин	30 мин	Тренеры, помощники
				тренера
	3. Учебно-тренировочная игра	2 ч 30	2 ч 30	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	ВСЕГО	3 ч 30	3 ч 30	
		мин	мин	
4.	1. Тестирование (СФП)	1 ч 30	1 ч 30	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	2. Тренировочное занятие (СФП)	1 ч 15	1 ч 15	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	ВСЕГО	2 ч 45	2 ч 45	
		мин	мин	
5.	1. Тренировочное занятие	30 мин	30 мин	Тренеры, помощники
	(ОФП)			тренера
	2. Учебно-тренировочная игра	2 ч 30	2 ч 30	Тренеры, помощники
		МИН	МИН	тренера
	ВСЕГО	3 ч 00	3 ч 00	

	мин	мин	
ВСЕГО ЧАСОВ	16 ч.	16.	

Результаты просмотровых сборов фиксируются в индивидуальной карте учета результатов просмотровых тренировочных сборов каждого участника (см. приложение 4,5). По окончанию просмотровых тренировочных сборов в срок, не превышающий 7 дней после проведения просмотровых тренировочных сборов, каждому участнику в электронном виде на указанный в анкете e-mail отправляется индивидуальная карта учета результатов просмотровых тренировочных сборов.

V.ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

- 1. Михно Л. В. Содержание и структура спортивной подготовки хоккеистов : учеб. пособие / Л. В. Михно, К. К. Михайлов, В. В. Шилов ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. СПб. : [б. и.], 2011.-193 с.
- 2. Мудрук А. В. Диагностика и оценка способностей юных хоккеистов: учеб. пособие / А. В. Мудрук; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. Омск: Изд-во СибГУФК, 2005. 36 с.
- 3. Павлова Н. В. Отбор и ориентация юных хоккеистов в системе многолетней спортивной подготовки : метод. рекомендации / Н. В. Павлова, О. С. Антипова; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. Омск: [б. и.], 2016. 51 с.
- 4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения / В.Н. Платонов. М.: Советский спорт, 2005. 820 с.
- 5. Савин В. П. Теория и методика хоккея: учеб. для студентов акад. и вузов физ. культуры по направлению Физ. культура и специальности Физ. культура и спорт / В. П. Савин. стер. изд. М.: АльянС, 2018. 400 с.
- 6. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор: теория и практика: монография: Л.П. Сергиенко.- М.: Советский спорт, 2013.-1048 с.
- 7. Твист Питер Хоккей: теория и практика: пер. с англ. / Питер Твист; предисловие Павла Буре.- М.: АСТ: Астрель, 2005. 288 с.
- 8. Ткачук М. Г. Морфологические критерии спортивного отбора в хоккее: учеб. пособие / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, Л. В. Михно; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. СПб. : [б. и.], 2017. 140 с.

- 9. Ткачук М. Г. Спортивная морфология : учеб. для бакалавров / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. СПб.: [б. и.], 2019.- 290 с.
- 10. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», утв. приказом Минспорта России от 15.05.2019 № 373