**Муниципальное учреждение дополнительного образования**

**«Специализированная детско-юношеская спортивная школа № 4»**

**Обобщение педагогического опыта**

**«Совершенствование уровня физической подготовки обучающихся**

**во время учебно-тренировочных занятий на начальном этапе подготовки**

**у юных хоккеистов»**

 **тренер-преподаватель**

 **Булычев Михаил Викторович**

**г. Саранск, 2023 год**

 Стаж моей педагогической деятельности в МУДО «Специализированная детско-юношеская спортивная школа» в должности тренера-преподавателя по хоккею с шайбой составляет 15 лет.

 Моя работа заключается в подготовке физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных качеств юных спортсменов, в воспитании социально активной личности, готовой к трудовой деятельности в будущем. Основным условием выполнения этой задачи является многолетняя и целенаправленная подготовка юных спортсменов.

  **Актуальность.** Хоккей с шайбой является одним из наиболее успешных и популярных соревновательных и оздоровительных видов спорта в мире. Он быстрый и захватывающий, с взрывным характером действий.

 Современный вид спорта «Хоккей с шайбой» характеризуется высокой двигательной активностью хоккеистов. Эффективное выполнение скоростных движений, технических приемов и большинства тактических комбинаций на протяжении одной игры основано на высоком уровне развития физических качеств в частности силовых способностей спортсменов. Без проявления мышечной силы никакие физические упражнения выполнить невозможно.

 Сила вместе с такими критериями, как быстрота, выносливость, ловкость и т.п. выступает в качестве педагогического понятия, оценивающего качество выполняемого движения. Каждый игрок, вне зависимости от его амплуа, должен участвовать как в организации и реализации нападения, так и в защите. Хоккеисты во время игры выполняют скоростные действия, многократное вариативное повторение технических приемов, участвуют в большом количестве тактических комбинаций, и все это происходит на протяжении одной игры.

 Качественно новый уровень развития технико-тактической базы современных спортсменов требует от них специфического уровня развития физических качеств и их постоянное совершенствование.

 Физически подготовленные будущие спортсмены, как правило, обладают более устойчивой психикой и способностью к преодолению психологических напряжений. У них наблюдается большая уверенность в своих силах. В работе с обучающимися я вариативно применяю комплекс методов:

- диалог,

- создание проблемных воспитывающих ситуаций,

- метод индивидуальной работы с обучающимися,

- игровой метод;

- соревновательный метод.

при которых обучающиеся стремятся к самосовершенствованию и самореализации своих возможностей.

Основной целью моей деятельности в должности тренера-преподавателя по хоккею с шайбой является содействие всестороннему развитию юных хоккеистов, создание условий для достижения высоких результатов спортсменов и дальнейшего успешного выступления на соревнованиях различного уровня.

 Основу физической подготовленности хоккеистов составляют хорошо развитая сила, быстрота, ловкость, гибкость и выносливость, учитывая это, упражнения в подготовительной части учебно-тренировочного занятия я провожу такие, которые способствуют успешности овладения упражнениями в основной части. Включаю подвижные игры, необходимые для разносторонней физической подготовки обучающихся, включаю различные упражнения. В упражнениях участвуют все обучающиеся в равной мере. Для этого фронтальный метод я сочетаю с разделением на группы, в которых юные спортсмены выполняют различные задания.

 Последовательно все подгруппы выполняют все задания. Этот же принцип практикую и во время двусторонней игры — чтобы все воспитанники были в одинаковой мере заняты на занятии. Каждому хоккеисту определяется игровая функция, которую он может выполнять в команде.

 Результативность действий хоккеиста зависит от того, насколько умело и эффективно он применяет технические и тактические приемы с учетом складывающейся в каждый момент игровой ситуации. Поэтому важно добиться, чтобы все стороны подготовки нашли свое отражение в действиях хоккеиста в игре. Реализация теоретических основ обучения и тренировки непосредственно на практике - одна из важнейших проблем. Игровые навыки хоккея принципиально отличаются от навыков в других видах спорта. Важнейшее значение здесь приобретает взаимосвязь технической и тактической подготовки, благодаря которой технические навыки успешно реализуются в игре.

 К основным средствам решения задач технической подготовки относятся соревновательные и специальные упражнения. Эффективность средств технической подготовки во многом зависит от методов обучения. В процессе подготовки использую общепринятые методы физического воспитания: практические, словесные, наглядные.

 Для решения задач тактической подготовки также необходимы разнообразные средства. Ведущее место в тактической подготовке занимают упражнения по тактике: индивидуальные, групповые, командные, двусторонняя игра, контрольные матчи.

 Важное место в психологической подготовке отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у хоккеистов понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращаю на этику спортивной борьбы. Формирую у игроков должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, и т.д.). Перед соревнованиями настраиваю хоккеистов не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств.

 Результатом моей работы является участие воспитанников в соревнованиях муниципального и республиканского уровней.

*республиканский уровень:*

1. Первенство Республики Мордовия по хоккею с шайбой (I место, 2023 г.).

*муниципальный уровень:*

2. Открытое Первенство г.о. Саранск по хоккею с шайбой среди юношей 2009-2010 г.р.(I место, 2023 г.),

3. Открытое Первенство г.о. Саранск по хоккею с шайбой среди юношей 2011-2012 г.р. (II место, 2023 г.).

 В последующем межаттестационном периоде моя педагогическая деятельность будет направлена на:

- поиск и внедрение новых форм, методов и средств организации учебно-тренировочных занятий, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности обучающихся;

- повышение соревновательного опыта спортсменов;

- повышение психологической устойчивости хоккеистов в соревновательный период.

Реализацию поставленных задач буду осуществлялась через:

- диагностику физического развития и функционального состояния организма обучающихся;

- применение принципов, методов, организационных форм спортивной тренировки по общей и специальной физической подготовке хоккеистов;

- систематическое участие в соревнованиях по хоккею с шайбой различного уровня.