**Конспект учебно-тренировочного занятия**

**Тема:** \_Работа по станциям (8 станций)

**Группа**: НП-1      

**Дата**: 22.01.2021

**Тренер-преподаватель**: Федоров Д.А. (МАОУ ДО «ДЮСШ №3 г. Благовещенска»)

**Место проведения**: Хоккейный корт МАОУ ДО «ДЮСШ №3 г. Благовещенска»

Инвентарь: шайбы-30 шт, ворота-2 шт, вспомогательный инвентарь

**Цель:** 1. Обучение элементам техники владения клюшкой и шайбой

**Задачи**:1. Обучающая - Отработка навыков, закрепление известного способа действий.

2. Развивающая - анализировать − устанавливать причинно-следственные связи.

3. Воспитательная -воспитание личностных качеств, обеспечивающих успешность исполнительской деятельности учащихся, трудолюбия, исполнительности, добросовестности.

**Методы выполнения упражнений:**повторный, фронтальный, соревновательный.

**Метод объяснения упражнения:** словесный, наглядный.

**Образовательные технологии**: **проблемного обучения, игровая**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части урока | Содержание | Дозировка | Организационно-методические указания |
| 1. Вводная | Построение группы, постановка темы и задач занятия | 1 мин | Построения у левого борта |
| 1. Подготовительная | Разминка в движении | 3 мин | Подготовить обучающихся к основной работе, к ответственному выполнению, выполнять в среднем темпе. |
| 1. Основная часть | Станции:  1.Длинный прокат по восьмёрке вокруг хоккейных ворот  2.Широкая обводка стоек  3.Короткая обводка стоек (подпускание)  4.Короткая обводка стоек (треугольник)  5.Корткая обводка стоек (змейка с перебором)  6.Переход катания лицо-спина через ближние плечо  7.Широкая змейка спиной вперед  8.Переход лицо-спина, дальнее плечо | 23 мин | Следить за правильной посадкой и положением рук на клюшке во время выполнения упражнений. Скольжение нижней руки по клюшке во время выполнения упражнений. Прохождение виражей лицом, спиной.  Выполнение с максимальной интенсивностью. |
| 1. Заключительная часть | 1.Упражнения на восстановление:  -прокат по кругу  -растяжка  2.Подведение итогов | 3 мин | Соблюдение дистанции в среднем темпе. |