**Аннотация к дисциплинам**

**дополнительной общеразвивающей программы по хоккею**

**Дисциплина «Теоретическая подготовка»**

Цель и основное содержание данной предметной области Программы определяются необходимостью приобретения спортсменами определенного минимума знаний для понимания сущности спорта, тренировочного процесса и требований для безопасного его осуществления.

Порядок проведения занятий может меняться на усмотрение планирующего и организующего проведение занятий.

**Дисциплина «Общая физическая подготовка»**

Общая физическая подготовка направлена на гармоническое развитие различных функциональных систем, мышечных групп, расширение двигательного опыта, создание базы для успешного развития специальной подготовки.

**Дисциплина «Специальная физическая подготовка»**

Специальная физическая подготовка направлена на те качества и функциональные системы, которые непосредственно отвечают за успешное ведение соревновательной деятельности.

**Дисциплина «Технико-тактическая подготовка»**

Техническая подготовка направлена на обучение спортсмена технике движений и доведение их до совершенства.

Спортивная техника – это способ выполнения спортивного действия, который характеризуется определенной степенью эффективности и рациональности использования спортсменом своих психофизических возможностей.

Основные **задачи технической подготовки** спортсмена:

1) увеличение объёма и разнообразия [двигательных умений и навыков](http://opace.ru/a/dvigatelnye_umeniya_i_navyki_kak_predmet_obucheniya_v_fizicheskom_vospitanii);

2) достижение высокой стабильности и рациональной вариативности;

3) последовательное превращение освоенных приёмов в целесообразные и эффективные соревновательные действия;

4) усовершенствование структуры двигательных действий, их динамики и кинематики с учётом индивидуальных особенностей спортсменов;

5) повышение надёжности и результативности технических действий спортсмена в экстремальных соревновательных условиях.

**Тактика игры** – это целесообразные, согласованные действия игроков, направленные на достижение победы в соревнованиях.