

Самоанализ учебно – тренировочного занятия по хоккею с мячом.

Данная группа учебно – тренировочная, составлена из учащихся 2007 – 2008 г.р. Ребята занимаются более 5 лет.

Постановка и формирование задач тренировки соответствует программе, возрасту и подготовленности обучающихся данной группы.

Время занятия мною рационально распределено по частям.

Вводная часть – организация и дисциплина через построение, объяснение темы занятия и визуальным осмотром группы, проверки экипировки.

Большая часть занятия была уделена подготовительной части для того, чтобы через СБУ и ОРУ подготовить обучающихся к предстоящей нагрузке. Здесь так же решалась задача комплексного развития физических качеств.

В основной части занятия были решены основные задачи тренировки: освоение техники различных ударов по мячу клюшкой на месте и в движении. Было отработано взаимодействие игроков в парах, на примере освоения комбинации «Стенка».

Заключительная часть занятия была посвящена подготовке к его завершению.

Вывод: мною рационально использовано время тренировочного занятия, целесообразно использовались средства и методы, умения и навыки в решении построенных задач, которые выполнены в полном объеме.

Тренер – преподаватель Плясовской А.В.