

Всеволод Осминкин

**Игра в хоккей
на учебно-
тренировочном
занятии**

Всеволод Осминкин
**Игра в хоккей на учебно-
тренировочном занятии**

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39425872

ISBN 9785449378361

Аннотация

Методическое пособие для тренеров по хоккею. В данном пособии собраны различные варианты игры в хоккей, которые тренеры могут использовать на учебно-тренировочном занятии для повышения эффективности обучения технико-тактическим действиям в хоккее и для разнообразия тренировочного процесса.

Содержание

Вместо вступления	5
Хоккей по секторам	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Игра в хоккей на учебно- тренировочном занятии

Всеволод Осминкин

© Всеволод Осминкин, 2018

ISBN 978-5-4493-7836-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вместо вступления

Невозможно научиться играть хоккей не играя в него. Никакое тренировочное упражнение не заменит самой игры. Как правило, игра в хоккей входит в план почти каждого учебно-тренировочного занятия. Более того, для самих игроков это наиболее любимая часть тренировки. Тренировка – подготовка к соревнованиям, т. е. к хоккею. Получается, что хоккеисты играют в хоккей на соревнованиях и между ними. При таком частом использовании игры, у игроков притупляется острота эмоций, получаемых во время игры. В самом плохом случае хоккей может просто наскучить игрокам. Чтобы этого избежать, а так же чтобы разнообразить тренировочные будни, мы предлагаем использовать варианты игры в хоккей с измененными правилами.

Правила игры в хоккей четко установлены. Все соревнования и товарищеские встречи проходят по этим правилам. Но на учебно-тренировочном занятии от этих правил можно отступить. Во-первых, это можно сделать для отработки какого-либо технико-тактического элемента, внеся его в правила (например: гол только после трех передач).

Во-вторых, это нужно для развития нестандартного игрового мышления. В играх с измененными правилами могут возникнуть ситуации, когда игрокам приходится менять стереотипы своих действий, искать другие непривычные пути

преодоления игровых ситуаций. При этом развивается умение нестандартно мыслить. В игре по общепринятым правилам такое умение поможет игроку совершать действия, которые от него не ожидает соперник и обеспечат преимущество на площадке.

В-третьих, все нестандартные, непривычные действия развивают мозг. Таким образом, использование хоккея с измененными правилами способствует не только обучению и закреплению навыков, но и общему развитию игроков.

В-четвертых, использование вариантов хоккея на занятии внесет разнообразие, новизну и оригинальность в учебно-тренировочный процесс и поможет поддерживать у ребят высокий интерес к занятиям.

Это методическое пособие является частью (главой) книги «Подвижные игры и игровые упражнения на льду».

Хоккей по секторам

Хоккейная площадка стойками делится на сектора. В каждом секторе по одному игроку из каждой команды. Выбегать из зоны нельзя, передавать шайбу можно только в соседний сектор (рис. 1). Задача команды забить гол. Через определенные промежутки времени игроки переходят в другой сектор. Каждый игрок должен побывать в каждом секторе.

Вариант игры: 1) в каждом секторе по два игрока из каждой команды; 2) по три игрока.

Методические указания

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.