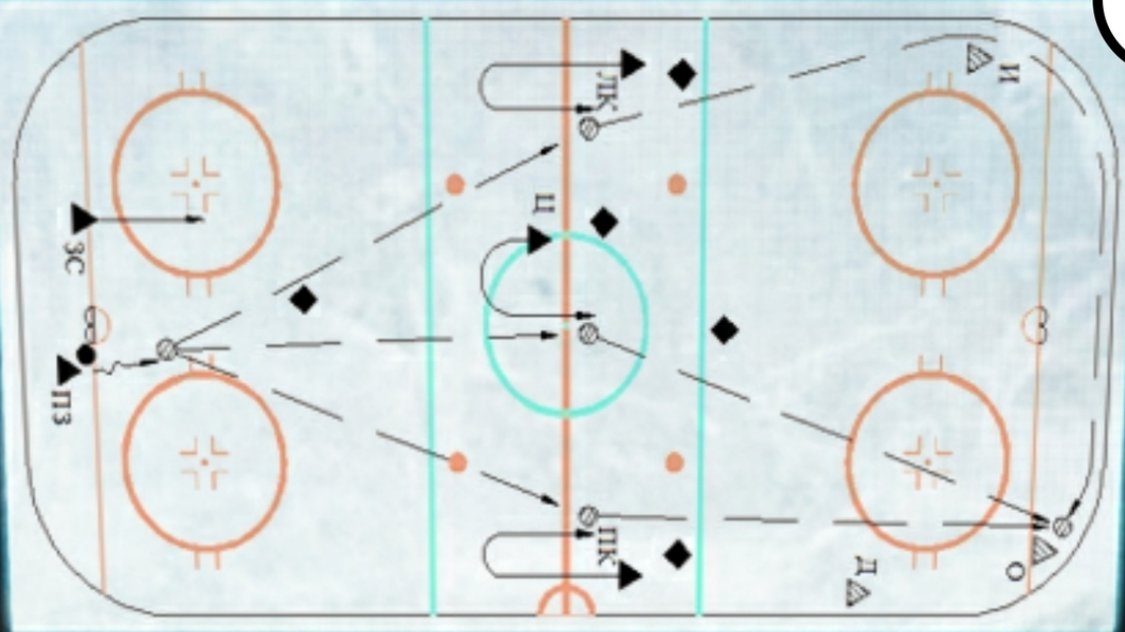


12+



ШАЙБА для чайников

15 схем геометрии шайбы

Сергей Рубе

Шайба для чайников

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Рубе С. П.

Шайба для чайников / С. П. Рубе — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Редакция IV.15 схем геометрии шайбы. Предназначен для молодых хоккеистов, их родителей

Содержание

Для кого этот учебник?	5
Какие у команды есть ресурсы?	6
15 схем геометрии шайбы	7
15-схем-геометрии-шайбы и есть данный учебник	8
Какие у меня ресурсы?	9
Вступление	10
В чём сила?	11
Принятые обозначения	13
Часть I. Атака	15
Глава 1. Контратака	16
1.1 Выброс шайбы	18
1.2 Сброс давления	18
1.3 Выход	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Для кого этот учебник?

Учебник является настольной книгой для молодых хоккеистов и их родителей, включая мам. В том смысле, что позиционируется приятной, лёгкой, всем доступной книгой. Но учебник, всё-таки, инструкция. Инструкция по хоккею с шайбой. Из песни слов не выкинешь: раскат есть раскат, сретение есть сретение – читать инструкции тяжело.

А с учётом моей неакадемичности – понимаю, что при всём моём эго большого учёного у меня отсутствует первичный набор педагогических знаний – в написании лекций, составлении курса лекций, а на их основе написании методичек... Вряд ли, у кого-нибудь получится продраться сквозь набор излагаемых корявым языком знаний с первого раза. И с одного раза. Заранее приношу извинения и прошу быть упорными!

Вас ждёт вознаграждение – данный учебник есть попытка обучения правильного ведения своих дел на основе хоккея с шайбой. Поняв шайбу, как минимум, начнёте понимать игру любого вида спорта:

Какие у команды есть ресурсы? Какими инструментами пользуется команда?

Два вопроса, которые запускают цепь рассуждений:

- Ресурсы нужны инструментам?
- Инструменты используют ресурсы?
- Если нет, что проще поменять: найти нужный ресурс или взять необходимый инструмент?

В шайбе, чтобы ответить на два вопроса, нужно понимать

15 схем геометрии шайбы

15-схем-геометрии-шайбы являются ватерлинией понимания шайбы. Не знаю, почему пятнадцать? – схем на самом деле больше, но шутливо сокращаем, потому что схемы постоянно напоминают друг друга. Что существенно упрощает их запоминание, понимание и принятие. Все эти схемы есть в учебнике.

15-схем-геометрии-шайбы и есть данный учебник

Начав со схем, перейдёте к теоретическим вопросам:

- режим Авангарда – ОДИ;
- плотность – культура паса;
- давление – игра первым номером.

И поймёте два вопроса, сначала в шайбе, а затем везде:

Какие у меня ресурсы?
Какие у меня инструменты?

Удачи!

Вступление

Шайба – уникальный мужской вид спорта, прообраз вооруженных сил¹.

Во-первых, как война не женское дело, так и шайба не для идеальной половины человечества. И дело не только в разрешённых правилами игры драках, в современном мире шрамы украшают не только мужчин. А и потому что зрелищность игры базируется на расколах из-за постоянных стыков, выполняемых в большинстве случаев грудной клеткой, пусть и защищённой. Кормящая грудь – символ женственности, противоречит красоте игры.

И если драки теоретически запретить можно, то стыки нельзя, потому что они, являясь идеальным балансом дозволенного в единоборствах, уравнивают шансы атакующих и сопротивляющихся в средствах ведения игры².

Во-вторых, в шайбе из-за 15-схем-геометрии-шайбы существует пересечение расцвета физических сил с умственными и с опытом. Что может быть только после 25 лет, возраста завершения формирования лобной части коры головного мозга – спортивный возраст в шайбе совпадает с призывным на войну.

В-третьих, мужчина оторван от своих естественных условий существования. Как в армии солдаты воюют во всех средах: на суше, в море и в воздухе. Так и в шайбе передвижение на коньках не является естественным для человека – нужно приспосабливать своё тело к условиям среды³.

В-четвёртых, результат достигают с помощью оружия и брони – клюшек, шайбы и защитного обмундирования.

В-пятых, победа достигается коллективизмом. С одной стороны, выстроенная армейская иерархия: генеральный (тренерский) штаб, службы тыла (обеспечение команды), призывная комиссия (скаутские службы), воинские звания (капитан команды, помощники капитана), дедовщина. С другой стороны, сами солдаты (шайбисты) имеют разные рода войск: нападающие-защитники-вратарь, и разную квалификацию:

организатор-диспетчер-исполнитель (нападающие);

полузащитник-столп (защитники).

Таким образом, шайба – современный турнир рыцарей-крестоносцев. Игра, в которой две армии с парой дюжин мужчин, закованных в латы, на своих конях-коньках, с копьями-клюшками в руках, в самом расцвете физических и умственных сил, опыта и веры встречаются с целью разбить соперника и разорить его дом⁴.

¹ Шайба – вид спорта, слово мужского рода; снаряд игры, слово женского рода.

² Тарасов А. В. Детям о хоккее: 2-е изд., испр. и доп. /А. В. Тарасов. – М: Сов. Россия, 1986 – 208с., ил.

³ Смушкин Я. А. Искусство фигурного катания на коньках /Я. А. Смушкин. – М: Сов. Россия, 1967 – 230с., ил.

⁴ В базовом языке выражение труднодоступно, поскольку метонимично: гол или, по-русски, взятие ворот – разрушение ворот, ограды – разрушение усадьбы, дома... Тогда как в английском мире вместо выражения взятия ворот используют словосочетание с действием, синонимичным разрушению, связанным непосредственно с домом, – выражение метафорично.

В чём сила?

В чём суть нашей игры? В плотности! Плотность, темп, игра в касание, режим Авангарда... находятся на пересечении скорости и контроля. Мы увеличиваем скорость движения игроков (вертикальный шайба) и развиваем культуру паса (горизонтальный шайба).

Вертикальный шайба и горизонтальный образуют координатную плоскость геометрии шайбы. Горизонтальный шайба – комплекс мероприятий по увеличению мощи своей атаки. Вертикальный шайба – комплекс мероприятий по снижению силы сопротивления соперника.

Контакт с ведущим шайбу есть простейшее единичное технико-тактическое действие (ТТД). Чем чаще контакт происходит, тем выше плотность игры. Является простейшим ТТД, потому что не имеет негатива – у контакта нет отрицательного результата. В первую очередь важно само по себе общее количество попыток, и только во вторую – *отношение* успешных отборов шайбы, перехватов к общему количеству попыток. Генерация контакта – цель игры! Если в звене все нападающие имеют плотность оперативных действий числом равным 8,15, то звено не пропускает⁵.

Как показывает практика, такое среднее количество ТТД в матче за минуту нахождения на площадке близко к предельному результату концентрации человека, и не всем достижимо. Поэтому работать – это одеться на игру и достичь числа Бринзы. Как минимум, вступая в единоборства. Если вы без шайбы, подкатывайтесь и вступайте в единоборство, получив шайбу, если ситуация благоприятна, идите в обыгрыш, а лучше передачей уничтожайте контакт соперника. Команда с превосходящим количеством контактов, доминируя, как правило, побеждает.

Что касается тактики, то базовыми принципами её построения в командных игровых видах спорта являются разрешённый уровень контакта и длина площадки.

В плане контакта, шайба построен на идеальном балансе дозволенного при сопротивлении. Что позволяет равнозначно задействовать все физические качества человека⁶. Даёт возможность строить команду не только путём арифметической прогрессии, но и геометрической – не только линейно увеличивая количество уникальных и абсолютно разноплановых звёзд, но и степень их командного взаимодействия, применяя в тактике их разноплановость и взаимодополняемость.

В плане длины площадки...

Если время прохождения площадки в длину сравнимо с периодом максимальной работы⁷, то количество голов, созданных в позиционной атаке, на порядок выше количества голов, создаваемых в атаках с ходу. В этом случае чаще побеждает команда, в которой больше атакующих игроков. Иначе динамичные проходы середины площадки оказывают существенное влияние на результат. Побеждает команда, в которой больше оборонительных игроков. Ледовая площадка длиной⁸ 60 м относит шайбу к видам спорта с приоритетом контратаки. Поэтому все играют строго от обороны!

Но из-за реализации большинства количество голов, забиваемых при позиционном розыгрыше, всё равно больше, чем в атаках с ходу. Однобокий упор в тренировках на темп без позиционного удержания шайбы приводит к напрасной трате сил при строгой манере игры соперника в случае предоставления ему форы. Кто не умеет создавать локального числен-

⁵ Бринза В. В., Моисеев Ю. И., Агеев В. И. Комплексная оценка действий хоккеистов./ Хоккей: Ежегодник-1984 – М.:ФиС,1984. – 78с., ил.

⁶ Васильков А. А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А. А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование)

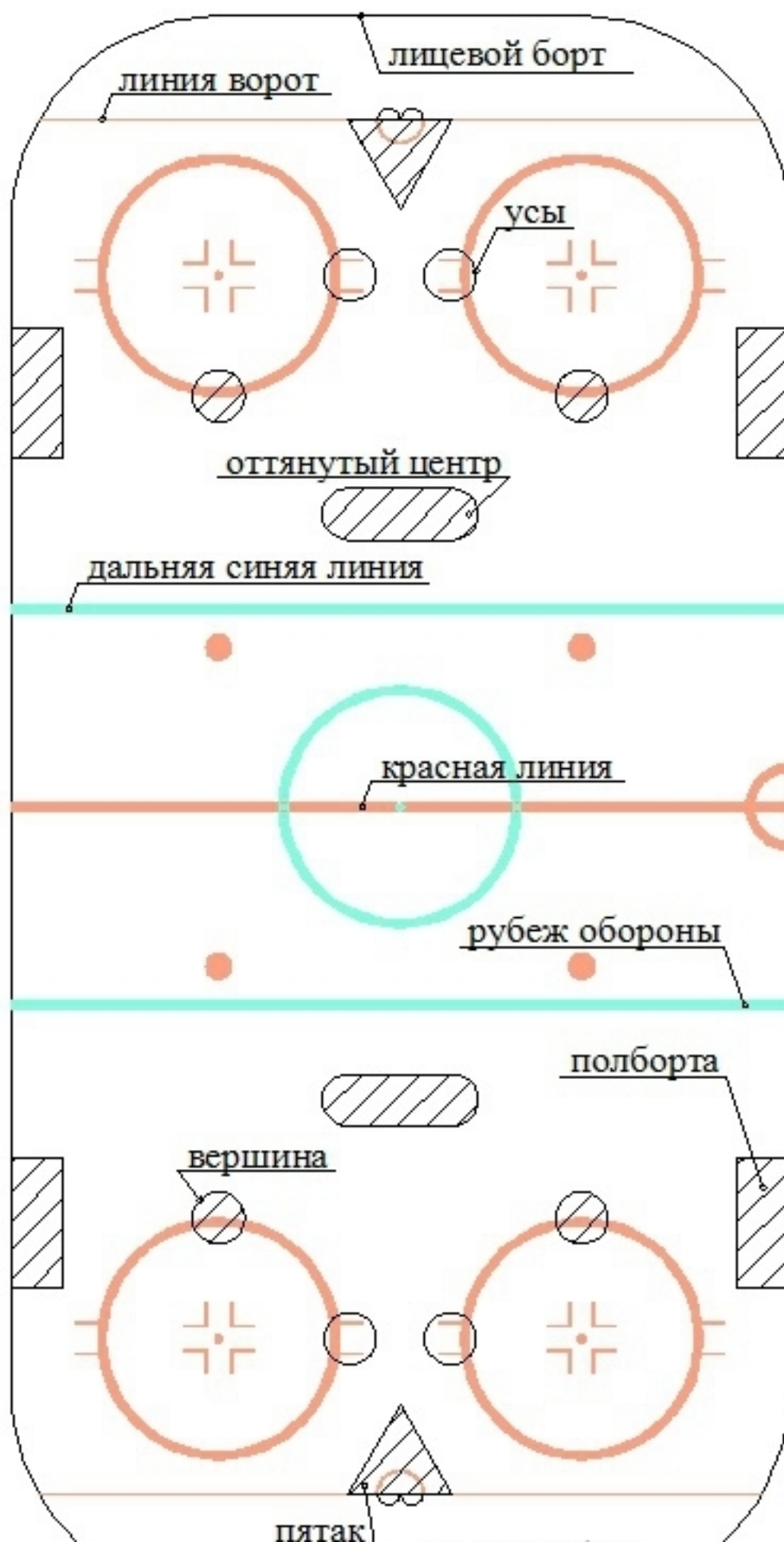
⁷ Янсен П. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость: Пер. с англ./П. Янсен. – Мурманск: Тулома,2006 – 160с.

⁸ Правила игры в хоккей 2014/2015 /КХЛ – М.:ИД Флюид ФриФлай, 2014 – 176с.


ного преимущества, атакует в численном меньшинстве, 5х6, поскольку вратари не участвуют в наступлении, хотя и набирают баллы за результативность. Поэтому нужны двусторонние шайбисты, выдерживающие высокий темп игры.

Резюмируя, обратим внимание на трудовую этику в нашем виде спорта. Следует чётко определять слова «работа» и «отработка». Раз шайба контратакный вид спорта, то все *работают* на оборону. И *отрабатывают* контракт, то есть отдают передачи и забивают голы. Глаголы «доработать» – про сопротивление, «поддержать» – про атаку.


Принятые обозначения




На чертежах полное закрашивание соответствует начальному моменту времени, штриховка – будущему. Линии, оканчивающиеся стрелками обозначают движение игроков и шайбы; движение с волнистой линией обозначает ведение шайбы.


 шайба в прошлый момент времени


 шайба в будущий момент времени


 шайба в текущий момент времени

 перемещение

 ведение шайбы

 блокировка

 игрок соперника

 шайбист нашей команды

Часть I. Атака

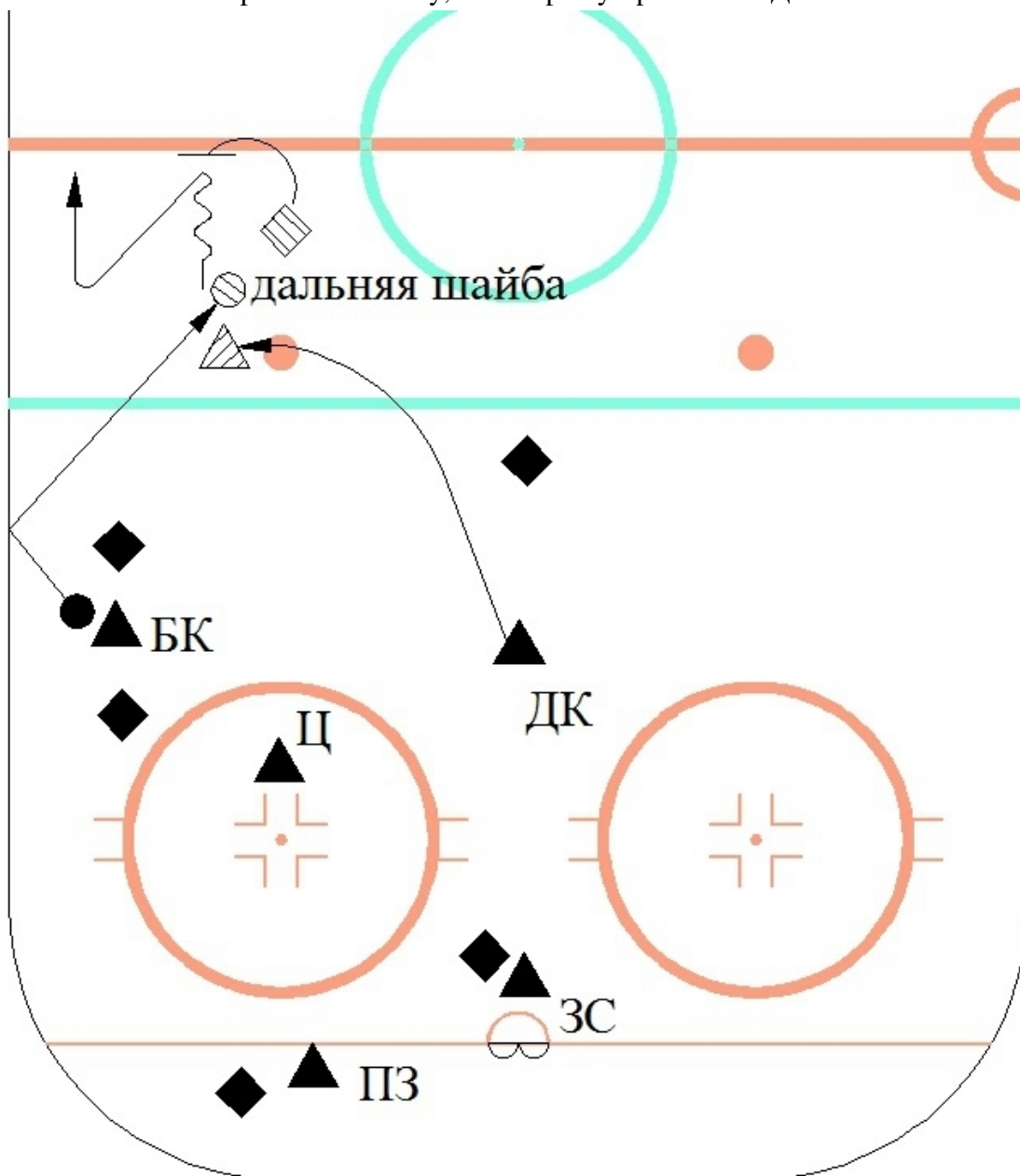
Атака – это главная задача любой команды. В шайбе нет счёта 0:0. «Не забивая, нельзя выиграть!» – вся команда должна поддерживать атаку. Отрабатывать через не могу. Всегда!

Глава 1. Контратака

Чтобы осуществить контратаку нужно быть всегда готовым к ней⁹. Быть подвижным, мобильным, в любой момент быть готовым побороться за *дальнюю шайбу*.

Борьба за дальнюю шайбу

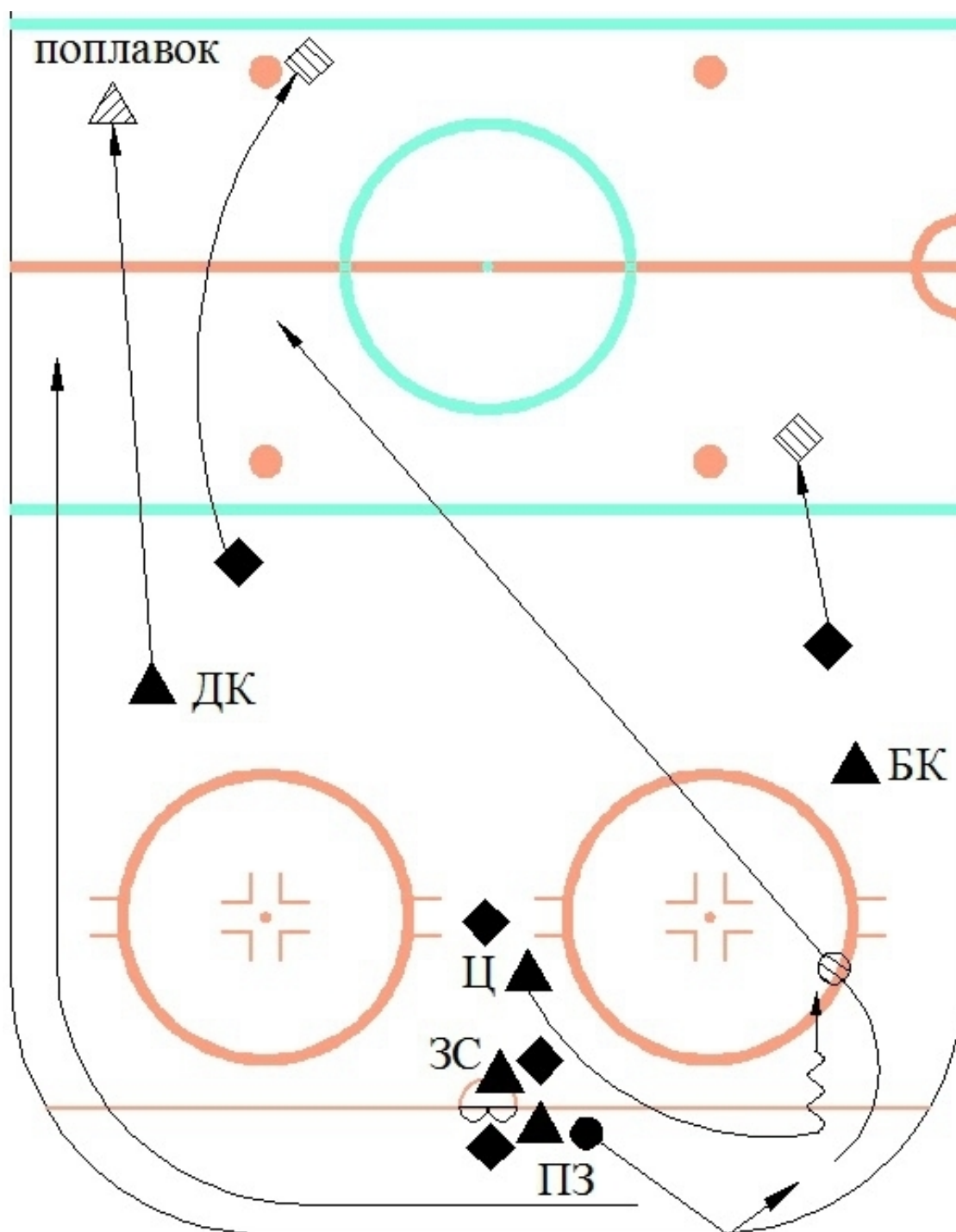
Из своей зоны выбрасывают шайбу, за которой устремляется ДК



И нужно создавать условия для контратаки – нужно разрывать плотность соперника между линиями защиты и нападения. Края, преждевременно выкатываясь из обороны, должны дергать защитников соперника – выполнять роль поплавков, забрасываемых под дальнюю синюю линию¹⁰.

⁹ Как тут не вспомнить девиз пионеров: Будь готов? – Всегда готов!

¹⁰ При получении форы в матче, возможно, стоит сыграть по зонам (*ступенями* или *лесенкой*), то есть каждую зону покидать только совместно с шайбой.



И поскольку краям поручают всё время думать о созидании, даже когда команда не владеет шайбой, в обороне водят дополнительную линию, называемую *осью обороны*. Которую образует оставшееся трио полевых – пара защитников с центром.

При получении шайбы в обороне возникает одна из трёх ситуаций:

1.1) длительная осада ворот обессилила, поэтому необходима остановка игры, невзирая на продолжаемое давление соперником. В этом случае необходимо, избегая проброса, выбросить шайбу из зоны обороны и грамотно смениться – *выброс шайбы*;

1.2) соперник играет осторожно и грамотно откатывается. В этом случае сбрасывают давление и меняют состав – *сброс давления*;

1.3) силы есть и есть возможность убежать в контратаку. В этом случае организуют *стандартный выход с шайбой из обороны* в благоприятных для проведения атаки с ходу условиях – *выход*.

1.1 Выброс шайбы

Игрок обороны либо выполняет щелчком жёсткую передачу пока поплавок пытается коснуться, подправить шайбу или принять и вбросить за красной линией, либо мягко навешивает шайбу *парашиотом* в направлении откатывающегося спиной защитника соперника и накатывающегося лицом к чужим воротам поплавок, заставляя тем самым защитника соперника нервничать и отбрасываться.

1.2 Сброс давления

Если соперник откатывается или ввиду его не плотного построения в наступлении есть чистый лёд, то либо поплавок, уверенно приняв шайбу, делает обратный пас защитникам, свободным от опеки, либо коротким перепасом, начав выход, в итоге уводят шайбу за свои ворота.

1.3 Выход

Существуют пять комбинаций выхода: две комбинации выхода по флангам, по *сильному* или *слабому* борту и три комбинации выхода через центр зоны, по (средней) полосе.

Первоначальное расположение:

ДК – дальний край. Крайний нападающий, работающий по позиции среднего-дальнего пятака.

БК – ближний край. Крайний нападающий, работающий по позиции полборта, на середине ближнего к шайбе длинного борта.

Ц – центр. Центральный нападающий или нападающий оборонительного плана – нападающий оси обороны. Первоначально следит на западающим на вершине (круга вбрасывания).

ЗС – защитник-столп. Защитник с прекрасными навыками ведения силовой борьбы – столп обороны, расчищающий пятак.

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.