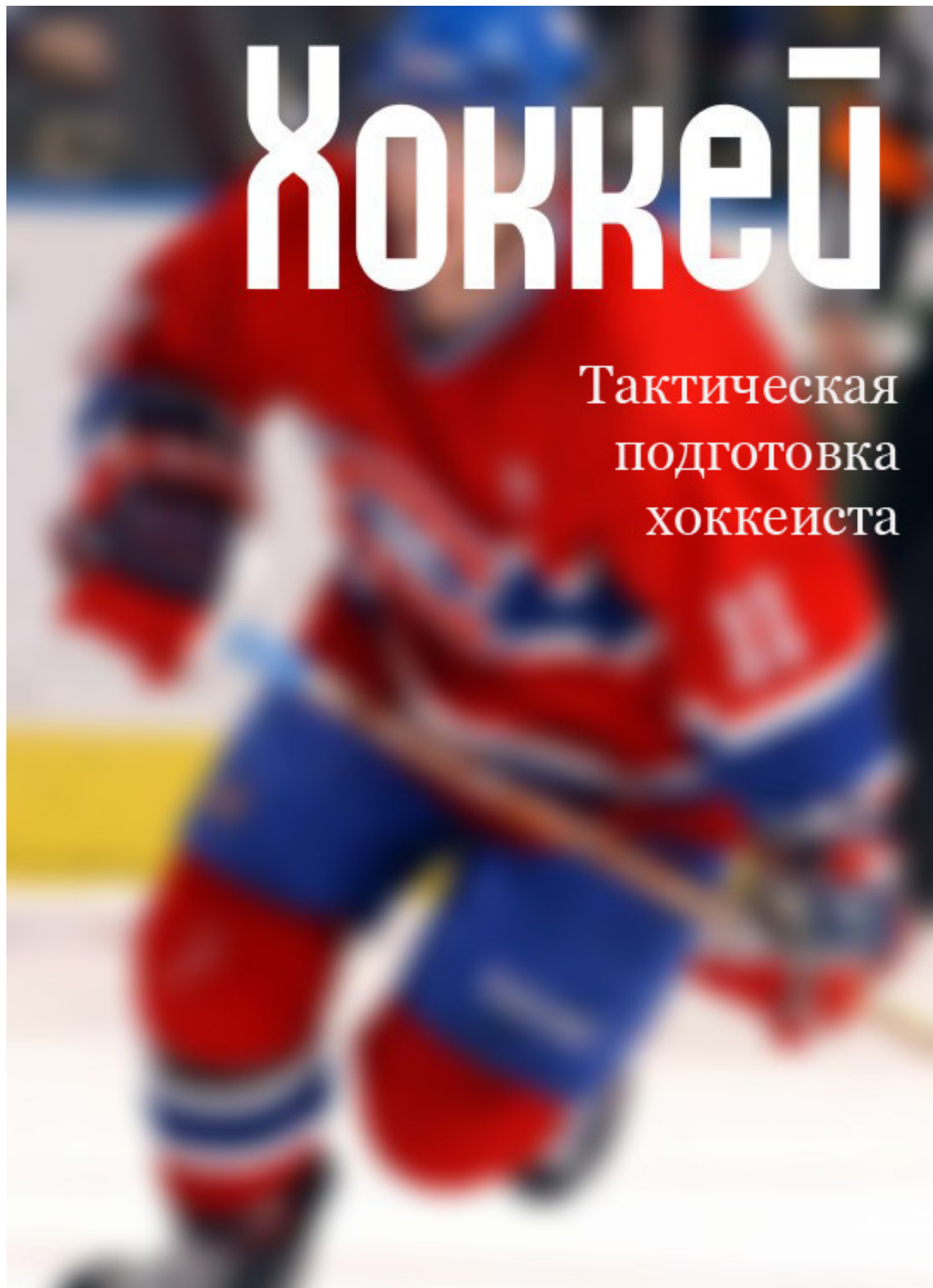


Хоккей

Тактическая
подготовка
хоккеиста



Хоккей

Илья Мельников

**Тактическая
подготовка хоккеистов**

«Мельников И.В.»

2013

Мельников И. В.

Тактическая подготовка хоккеистов / И. В. Мельников —
«Мельников И.В.», 2013 — (Хоккей)

Основные принципы обороны, приёмы ведения шайбы, тактические индивидуальные действия хоккеистов в обороне в различных зонах, как производить смену игроков - всё это и многое другое вы узнаете в книге «Тактическая подготовка хоккеиста».

© Мельников И. В., 2013

© Мельников И.В., 2013

Содержание

Тактика атаки	6
Тактика обороны	8
Спортивные роли хоккеистов	9
Роль центрального нападающего	9
Роль крайнего нападающего	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Илья Мельников

Тактическая подготовка хоккеистов

Тактика – это один из основных и важнейших компонентов хоккейной игры. Основывается тактика на технической, физической и психологической подготовленности игроков. Для организации игры существует большое количество тактических построений. Команда профессионалов высокого класса отличается от других большим разнообразием построений, наличием тактических особенностей, способностью менять тактический рисунок игры в ходе матча. Поэтому большое внимание в ходе многолетнего обучения хоккеистов уделяется тактическим построениям и перестроениям.

Хоккейная тактика подразделяется на: индивидуальные действия; групповые и командные действия в атаке и обороне. Эти две составляющие хоккейной тактики имеют большое и равное значение.

Индивидуальные тактические действия хоккеиста представляют собой действия хоккеиста во время игры. Если хоккеист рационально использует знания, полученные им во время тренировок, в игре, то можно говорить, что его индивидуальная тактика находится на высоком уровне. В область индивидуальных тактических приемов входят обязательные для всех рекомендации, следовать которым должны все без исключения хоккеисты.

Для хоккеиста важно знать главные тактические приемы своих соперников, выбор позиции, действия в атаке и обороне и т. д.

Хоккеист должен знать насколько быстро катается его соперник на коньках? Как играет слева или справа? Применяет ли обводку и финты? Любит ли силовую борьбу? владеет клюшкой при отборе шайбы? Как передает шайбу и как принимает ее? С каких позиций бросает по воротам? Как играет в нападении и защите? Каким способом бросает шайбу?

Зная ответы на все поставленные вопросы, хоккеист будет обдумывать свою индивидуальную тактику игры в общем тактическом замысле игры команды против определенного соперника.

Тактика атаки

Тактика атаки – это организация индивидуальных, групповых и командных действий для того, чтобы забросить шайбу в ворота соперника. Основная цель атаки – взятие ворот противника. Обычно атака рождается у ворот. Срыв наступления соперников, означает начало атаки. Завершается атака в зоне нападения, развивается – в средней зоне.

Атака начинается сразу после овладения хоккеистами шайбы, осуществляются передачи впереди катящемуся партнеру или партнеру, находящемуся в более выгодной позиции. Нападающая команда старается создать численное преимущество на определенном участке поля, создать помехи вратарю во время броска, стараться при срыве атаки опять овладеть шайбой и продолжить атаку, но уже позиционную. Атака должна идти широким фронтом, то есть необходимо как можно шире развернуть защиту. Атакующие должны обеспечивать глубину позиционной атаки за счет расположения хоккеистов на большей площади зоны нападения, осуществляя постоянные перемещения, открывания и увод опекунов; в позиционной атаке по возможности принимают участие 5 хоккеистов. При атакующих действиях хоккеисты должны как можно шире использовать импровизации.

От того, как завершится атака, зависит ее успех. Непосредственную угрозу воротам создает хоккеист, который находится с шайбой в зоне нападения. Если он уходит в угол поля, мчится вдоль борта – острота атаки утеряна. Не всегда у хоккеиста с шайбой получается атаковать ворота противника с ходу. В этом случае нельзя уходить в угол площадки. Если у хоккеиста с шайбой слишком высокая скорость, а его партнеры находятся сзади, то нападающему следует, обходя соперника, двигаться за ворота. Из-за ворот можно сделать передачу своему партнеру, который находится в более выгодном положении, или бросать самому.

Иногда нападающий не может пробиться вперед, так как на его пути стоят два соперника. Делать передачу некому, так как все его партнеры отстали или находятся под плотной опекой соперника. В этом случае помощи ждать не откуда, можно немного выиграть время, пока ему придут на помощь, не следует в этом случае близко приближаться к борту или поворачиваться к сопернику спиной, лучше развернуться боком, чтобы можно было самому контролировать развитие хоккейной ситуации. Заметив партнера, нужно быстро и точно передать ему шайбу, а самому устремиться к воротам.

В атаке, надо уходить от опеки, не нужно откатываться на фланг или угол, здесь у хоккеиста остается мало возможностей для маневра. Хоккеист должен стремиться выйти на голевую позицию, т. е. на ту точку площадки, откуда можно поразить ворота противника или неожиданно оказаться возле ворот, чтобы получить передачу. Задача эта не простая, но в этом-то и заключается мастерство хоккеиста. Побеждает тот, кто хитрее, терпеливее, изобретательнее.

Постарайтесь оторваться от своего опекуна, и, увидев, что ваш партнер делает передачу, внезапно выскочить вперед и с ходу пробить по воротам. Можно уйти за ворота, куда вряд ли последует соперник. Как только соперник потеряет вас из вида, сразу же занимайте голевую позицию. Хоккеист должен стараться передавать шайбу тому игроку, который находится в более выгодной позиции.

Ожидая передачу, надо находится к своему партнеру вполоборота, чтобы видеть и партнера и ближайшего соперника. В таком положении легче будет оценить ситуацию на поле и легче остановить шайбу и затем послать ее в ворота. Однако не стоит умолять мастерство соперника, он будет препятствовать занять вам голевую позицию, задерживать вашу клюшку, толкать, порой явно нарушая правила, поэтому надо быть терпеливым.

Успешное проведение атаки зависит от точности и остроты передач. Чем быстрее движется шайба, чем больше неожиданных ситуаций создает команда для соперника, чем больше шансов на успех. Чтобы сделать передачу, надо иметь свободного игрока. Поэтому, как только

хоккеист сделал передачу, ему надо стремиться занять такую позицию, чтобы в любой момент он мог получить шайбу.

В атаке нужны точные и быстрые передачи, нельзя передерживать шайбу. Передача может оказаться нерезультативной. Если она задерживает развитие атаки. Самое важное, неожиданно для соперника выскочить к шайбе, отлетевшей от вратаря (от защитника, от лицевого борта). Главное точно рассчитать момент, когда шайба будет возле ворот и место, куда она отскочит. Поэтому хоккеист должен правильно просчитывать действия своих соперников и партнеров.

Тактика обороны

Оборона начинается там, когда потеряна шайба, и представляет собой организацию индивидуальных, групповых и командных действий для отбора шайбы у соперника. Основная цель обороны – торможение и срыв атаки противника и отбор шайбы в итоге. Основные принципы обороны: отбор шайбы начинается сразу же после ее потери; в обороне принимает участие вся команда (все шесть хоккеистов), оборона должна быть активной и проводится на дальних подступах к своим воротам, обороняющиеся должны обеспечивать взаимостраховку и глубину обороны.

По способу организации и построению хоккеистов различают действия команды в обороне. Тактические действия как в атаке, так и в обороне имеют свою специфику в зависимости от места применения действий: в зоне нападения, в средней зоне, в зоне защиты.

При выборе тактики игры для каждого конкретного матча надо учитывать уровень подготовки хоккеистов своей команды; уровень подготовленности команды противника; тактику ведения наступательных и оборонительных действий противника. Тактические действия хоккеистов должны меняться в ходе игры в зависимости от действия соперников.

Спортивные роли хоккеистов

Роль центрального нападающего

В современном хоккее ему принадлежит главная роль. На площадке он остается основным игроком. Как правило, на место центрального нападающего назначают самого способного и талантливого игрока, знающего все тонкости хоккея и разбирающегося во всех сложных игровых моментах.

Чаще всего он начинает атаку и успех ее зависит от тактического мышления и индивидуального технического мастерства хоккеиста. Очень часто центральный нападающий попадает в трудные ситуации, так как играет на самом трудном участке поля.

Нападающий является главным как в нападении, так и в защите, поэтому все лучшие качества нападающего игрока и игрока защиты должны быть у него. Кроме того, он должен быть расположен к коллективной игре и уметь играть в коллективе. Нападающий должен обладать организаторскими способностями, знать особенности игры партнеров и в случае необходимости помогать им. Если шайбой овладевает соперник, центральный нападающий должен своевременно переключаться на активные оборонительные действия, помогая защищаться своим партнерам. Он сам непосредственно вступает в борьбу за шайбу и страхует своих игроков. Слабая игра нападающего сказывается на игре всей команды.

Центральный нападающий должен быть хорошо подготовлен физически, должен уметь выполнять разнообразные передачи и из любого положения выкладывать шайбу партнеру. Должен уметь правильно вести силовые единоборства, точно и сильно бросать по воротам, грамотно вести позиционную игру, успешно играть при вбрасывании шайбы, страховать своих партнеров, опекать соперников на пяточке, принимать, в случае необходимости, шайбу на себя – только в этом случае игра команды будет достойной.

После того, как шайба оказалась у центрального направляющего, он передает ее по ходу движения крайнему нападающему, сам продолжает двигаться дальше, чтобы выбрать удобное место и вновь получить шайбу. В нападении функции центрального нападающего во многом совпадают с обязанностями крайних нападающих. Но, кроме того, он несет ответственность и за свои действия, и за игру всей команды.

Роль крайнего нападающего

Крайний нападающий – это игрок с быстрой техникой игры. На эту роль назначается обычно игрок владеющий быстротой и маневренностью катания на коньках, умелыми обводками и умением вести силовую борьбу у борта хоккейных площадок.

Если броски сильные, но не точные, они не так опасны. Надо уметь бросать шайбу с любого положения и в любой ситуации, с любой руки. Вместе с тем крайний нападающий должен уметь опекать игрока соперника в своей зоне, а также по всей площадке, при необходимости уметь ложиться под шайбу в зоне обороны.

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.