

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ТЕХНИКИ ИГРЫ ХОККЕИСТОВ  
13-14 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИНАМИЧЕСКИХ  
ИГРОВЫХ СИТУАЦИЙ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 402 группы  
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»  
Факультета физической культуры и спорта  
Бережного Ивана Евгеньевича

**Научный руководитель**

к. философ.н., доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.С. Данилов

**Зав. кафедрой**

к. философ.н., доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2024

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Тактика хоккея – это искусство организации спортивной борьбы с использованием оптимальных индивидуальных, групповых и командных действий игроков, направленных на достижение поставленных целей. Решение игровых задач и успешная реализация тактических планов определяются выбором и применением принципов и стратегий, которые наиболее эффективно акцентируются на использовании технических, физических, функциональных и психологических потенциалов команды, а также эффективного противодействия сопернику.

При игре в хоккей существуют ряд общих закономерностей и особенностей, которые характерны для всех игровых видов спорта. В первую очередь, это касается тактического мышления, индивидуальных действий и группового взаимодействия, а также принципов организации нападения и обороны. Многократно мы сталкивались с ситуацией, когда на турнирах хоккеисты одной команды, обладающие огромным мастерством и опытом, уступали командам с меньшими индивидуальными показателями. Такое происходило из-за неправильного использования индивидуальных действий и, соответственно, несоблюдения тактического задания или его полного отсутствия. Именно поэтому командам, обладающим хорошей технической подготовкой, необходимо уделять значительную часть тренировочного процесса тактике: индивидуальной, групповой и командной. Хороший навык игры в хоккей и умение действовать как одна сплоченная команда являются не менее важными, чем высокий уровень индивидуальной подготовки каждого игрока.

Тактическая подготовка позволяет команде разрабатывать стратегии для эффективного нападения и защиты. Это включает в себя определение ролей игроков, расстановку на поле, создание тактических сочетаний и использование тактических преимуществ противника. Кроме того,

тактическая подготовка помогает команде адаптироваться к различным ситуациям на поле и эффективно реагировать на действия соперников.

Индивидуальная техническая подготовка игрока играет решающую роль в его способности эффективно выполнять тактические задачи. Это включает в себя владение мячом, пасы, удары, дриблинг, а также умение принимать и передавать мяч в сложных ситуациях. Игрок должен быть способен решать задачи на условиях игры, оперативно реагировать на изменение ситуации на поле и выполнять нестандартные действия, оптимизируя результаты для своей команды.

Не все хоккеисты осознают важность тактической подготовки и индивидуальной ответственности за свои действия на льду. Необходимо уделить больше внимания разработке и совершенствованию тактических систем и тренировок, чтобы каждый игрок понимал свои функциональные обязанности и мог выполнять их эффективно. Только в случае грамотной и слаженной работы команды в рамках тактической системы можно достичь высоких результатов в хоккейной игре. Поэтому необходимо уделять больше внимания тактической подготовке каждого хоккеиста и созданию эффективных командных взаимодействий на льду. Только таким образом можно обеспечить успех не только для отдельных игроков, но и для всей команды.

**Объектом исследования** является тренировочный процесс хоккеистов 13–14 лет.

**Предметом исследования** является методика формирования основ игры хоккеистов с использованием динамических игровых ситуаций.

**Целью исследования** мы определили совершенствование методики подготовки хоккеистов 13–14 лет.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что использование динамических игровых ситуаций в процессе формирования приемов техники игры в хоккее позволит быстрее добиться освоения игровых

двигательных навыков и позволит достичь высоких результатов соревновательной деятельности.

Исходя из цели исследования, мы ставили следующие **задачи** для решения:

1. Проанализировать научно-методической и медико-педагогической литературы по вопросам формирования техники игры хоккеистов.

2. Оценить уровень тактической подготовленности квалифицированных команд и хоккеистов 13–14 лет.

3. Апробировать комплекс по совершенствованию методики тактической подготовки.

4. Оценить эффективность апробируемой методики.

Для решения поставленных в работе задач были использованы следующие **методы исследования**:

1. Анализ научно – методической литературы.

2. Педагогическое (статистическое) наблюдение.

3. Педагогический эксперимент.

4. Педагогическое тестирование;

5. Математико-статистическая обработка.

## Основное содержание работы

Экспериментальная часть исследовательской работы была организована на базе государственного автономного учреждения Саратовской области «Спортивная школа олимпийского резерва по хоккею «Кристалл» в период с апреля 2023 года по март 2024 года. В исследовании принимали участие юноши 13-14 лет в количестве 22 человек.

Исследовательская работа включала в себя следующие этапы:

1. Сбор и анализ научно-методической литературы и документов по вопросам формирования техники игры хоккеистов.
2. Оценка состояния спортсменов, проведение тестирования и внедрение апробированной методики – май 2023 года.
3. Повторное тестирование, проверка эффективности апробированной методики – март 2024 года.

На первом этапе исследования мы определяли общее направление исследования, проводили теоретическое изучение состояния исследуемой проблемы в научно-методической литературе. Также мы определяли цель исследования, формулировали рабочую гипотезу и уточняли задачи исследования. Для достижения поставленных целей мы подбирали адекватные задачам методы исследования.

Кроме того, на этом этапе мы решали организационные и методические проблемы, связанные с проведением экспериментального раздела исследований. Мы разрабатывали план исследования, определяли необходимые ресурсы, обсуждали возможные трудности и находили способы их преодоления.

В целом, этот этап был ключевым для определения основных параметров исследования, его целей и задач. Мы уделяли большое внимание теоретическому изучению проблемы и подбору соответствующих методов исследования, чтобы гарантировать достижение наших исследовательских целей.

На втором этапе проводился педагогический эксперимент с целью внедрения экспериментальной методики. В ходе эксперимента мы активно применяли новые методы ведения занятий, основанные на инновационных подходах в образовании.

На третьем этапе изучения проводился анализ экспериментальных данных, полученных в результате исследования. Важным этапом было отбор и систематизация полученных результатов, а также их критическое рассмотрение и интерпретация. Исследовательский анализ данных позволил выявить закономерности и тенденции, а также сделать выводы, связанные с поставленными исследовательскими вопросами.

Параллельно с анализом данных, оформлялась бакалаврская работа. В работе были представлены все этапы и методы исследования, а также описание полученных результатов. Оформление работы включало в себя составление введения, формулировку цели и задач исследования, обзор литературы, методику проведения эксперимента, описание и анализ данных, выводы, а также список использованных источников.

Решение задач данной работы обусловило необходимость применить широкий арсенал методов исследования. Выбор методов, организация исследования, условий, проведение и обработка данных осуществлялись в соответствии с требованиями и учетом основных принципов методологии научных исследований в области теории, методики и практики спортивной тренировки.

В работе использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы. При подготовке к обширному исследованию важной частью работы для нас стало изучение литературы, которое позволило более полно понять поставленную проблему, рассмотреть ее историю, а также ознакомиться с различными методами исследования, применяемыми в данной области.

2. Педагогическое (статистическое) наблюдение осуществлялось на протяжении всего эксперимента и являлось одним из главных методов.

3. Педагогический эксперимент — это и есть специально организуемое исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения различных методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки. В ходе эксперимента осуществляется сравнительный анализ результатов, с целью определить, насколько новое внедрение положительно влияет на процесс обучения и тренировки.

4. Педагогическое тестирование является важным инструментом, который позволяет преподавателям, инструкторам, тренерам и научным работникам определить состояние тренированности занимающихся, а также уровень развития их физических качеств и других показателей. Это позволяет судить об эффективности учебно-тренировочного или учебно-воспитательного процесса

5. Математико-статистическая обработка использовалась для оценки результатов, показанных в процессе исследования.

На втором этапе исследовательской работы, перед началом тренировочной деятельности были проведены контрольные тесты для того, чтобы установить уровень начальной подготовки спортсменов.

Для тестового определения физических способностей спортсменов нами было определены следующие испытания:

- бег на 30 м (с)
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
- подтягивание из виса лежа на перекладине (кол-во раз)

Специальную физическую и техническую подготовку на льду определяли по следующим нормативам:

- бег на 30 м (с)
- бег спиной вперед 30 м (с)
- челночный бег 6х9 (с)
- бег слаломный без шайбы (с)
- бег слаломный с шайбой (с)
- броски шайбы в ворота (балл)

- обводка 5-ти стоек с последующим броском в ворота (с)

В начале исследования контрольная и экспериментальная группы практически не отличались физическими показателями. Данное утверждение доказано проведенным тестированием.

Анализируя полученную информацию о результатах первичного тестирования оценки физической подготовленности спортсменов контрольной и экспериментальной групп, было выявлено, что дети двух групп по физической подготовленности оказались практически однородны. Сравнительный анализ результатов тестирования наглядно иллюстрирует недостаточный уровень силовой подготовленности и недостаточный уровень выносливости.

Исходя из вышесказанных сведений, можно считать, что на начало эксперимента между контрольной и экспериментальной группами ни по одному из показателей тестирования не наблюдалось достоверных отличий ( $P > 0,05$ ). Отсюда следует, что данные группы являются однородными, а значит, проведение сравнительного анализа после педагогического эксперимента будет корректно.

В рамках нашего исследования мы провели серию микроциклов, включающих в себя комплекс технико-тактических упражнений с особым упором на завершающий бросок по воротам.

Микроцикл - это небольшой цикл тренировок, часто продолжающийся около недели и включающий от двух до нескольких занятий. Он позволяет достичь максимального результата за кратчайший промежуток времени и эффективно подготовить команду к соревнованиям.

Основная цель микроцикла - поддержание физической и технической формы игроков, а также работа над тактическими навыками. На каждом занятии тренировки ставятся определенные задачи, которые направлены на развитие необходимых навыков и улучшение игровой тактики команды.

В настоящее время хоккеисты тренируются 6-7 дней в неделю на льду. Было бы просто, если бы каждый день повторялся один и тот же комплекс

упражнений (надобность в этом иногда бывает), то эффективность такой тренировки была бы невысокой. Значительно более целесообразно планирование, построение и проведение микроциклов, исходя из их преимущественной направленности.

Например, в технико-тактической подготовке в начале недели мы отдавали предпочтение индивидуальным технико-тактическим действиям, в середине недели индивидуальным технико-тактическим действиями, групповым технико-тактическим действиям с небольшой долей командных технико-тактических действий, а в конце недели, как и в зависимости от календаря соревнований, приоритет был направлен на отработку КТД и 2-сторонней игры.

В рамках **первого тренировочного микроцикла**, состоящего из пяти занятий, мы акцентировали внимание на упражнениях, направленных на развитие навыка завершающего броска по воротам. В этих упражнениях мы старались создать ситуацию без каких-либо помех со стороны защитников, чтобы наши игроки могли сфокусироваться и потренироваться в максимально реалистичных условиях.

Изначально мы применяли пассивную помеху со стороны обороняющихся игроков, что помогло нашим полузащитникам исследовать различные стратегии и тактики броска. Это включало в себя работу над техникой удара, позиционированием, а также принятием решений в условиях ограниченного времени.

**Во втором тренировочном микроцикле**, состоящем из пяти занятий, мы включили упражнения, призванные развить навыки бросков по воротам в различных условиях. Особое внимание было уделено тренировке бросков без помех, а также бросков с помехой и против обороняющихся игроков в численном меньшинстве.

Каждое занятие второго микроцикла начиналось с разминки и развития координации движений. Затем игроки приступали к тренировке бросков без

помех. Мы уделяли особое внимание технике и точности этих бросков, стремясь достичь максимально высокого процента попадания.

**В третьем тренировочном микроцикле**, включающем пять занятий, мы решили сконцентрироваться на упражнениях, направленных на совершенствование бросков по воротам из различных позиций. Теперь наши игроки тренируются как с помехой, так и без нее, чтобы улучшить свою мастерство и точность.

Кроме того, наши тренировки также включают технико-тактические упражнения, которые направлены на улучшение взаимодействия между игроками тройками и пятёрками в целом. Мы стремимся создать командную игру на высшем уровне, где каждый игрок будет точно знать свою роль и действовать согласованно.

Эти тренировочные занятия способствуют повышению навыков наших игроков в решении игровых ситуаций на поле. Мы закладываем фундамент для будущих выступлений и уверены, что наша команда будет работать ещё более эффективно и слаженно после завершения этого третьего тренировочного микроцикла.

**В четвёртом тренировочном микроцикле**, состоящем из пяти занятий, мы решили акцентировать внимание на тактическом построении команды как в обороне, так и в атаке. Упражнения, которые мы включили, помогли игрокам развить навыки коллективной работы и координации действий на поле.

Мы провели серию упражнений, где игроки работали вместе на обороне и учились эффективно занимать позиции, перекрывать пути передвижения соперников и блокировать их выходы. При этом особое внимание уделялось коммуникации между игроками, так как точное и своевременное обмен информацией является ключевым элементом коллективной игры в обороне.

Следующие две тренировки были посвящены тактическим приемам в атакующей игре. Мы сфокусировались на развитии комбинированной игры, создании переходов из обороны в атаку и организации атакующих линий. Упражнения включали тактические элементы, такие как атакующие

треугольники, блокирующие движения соперников, а также работу над преодолением прессинга.

Кроме того, мы провели интерактивные сессии, где игроки анализировали игры на видеоматериалах, обсуждали сильные и слабые стороны команды в тактическом плане и разрабатывали стратегии для улучшения эффективности в обороне и атаке.

Данные тренировочные микроциклы на наш взгляд были насыщенными и результативными. Игроки улучшали свои тактические навыки, учились лучше взаимодействовать в команде и применять тактические приемы как в обороне, так и в атаке. Мы уверены, что эти тренировки положительно повлияют на результаты наших будущих матчей и помогут нам стать еще сильнее в коллективе.

Спортивно-техническое мастерство играет важную роль в достижении результатов в любой спортивной дисциплине. Однако, для его развития необходимо уделить особое внимание развитию физических качеств спортсменов и их функциональным возможностям.

Общая физическая и техническая подготовленность игрока на различных этапах его развития в хоккее является неотъемлемым фундаментом, который позволяет сформировать широкий спектр двигательных навыков и физических качеств, необходимых для совершенствования спортсмена.

В процессе физического воспитания и спортивной тренировки необходимо постоянно осуществлять контроль уровня физической подготовленности занимающихся. Это важное действие позволяет следить за динамикой развития основных физических качеств, таких как выносливость, сила, гибкость, координация и скорость.

Осуществление педагогического контроля также способствует созданию мотивации к занятиям. Когда спортсмены видят положительные результаты своих усилий, это стимулирует их продолжать тренироваться и развиваться, стремиться к новым достижениям. Наблюдение за прогрессом и

улучшением техники и физических навыков выводит их на новый уровень и помогает достичь целей, которые они поставили перед собой.

После проведения педагогического эксперимента и повторного тестирования, мы провели анализ изменений, произошедших в ходе занятий по контрольной и экспериментальной методике, отдельно по каждой группе. Анализ полученных результатов по двум тестированиям позволил нам определить возможность определения эффективности разработанной методики развития силовой выносливости посредством лимитированных отягощений.

Прирост результатов в достижении поставленных целей произошел как результат естественного развития организма, так и под влиянием правильно организованного учебно-тренировочного процесса. Каждый человек обладает своим потенциалом и способностями, которые могут быть максимально реализованы при благоприятных условиях. Естественное развитие организма играет важную роль, поскольку оно напрямую зависит от генетической предрасположенности, возраста и других факторов, но это только начальная точка. Сочетание естественного развития организма и правильно организованного учебно-тренировочного процесса дает возможность достичь оптимальных результатов. Это позволяет нам не только реализовать наш потенциал, но и постоянно прогрессировать в нашей деятельности.

Уровень технической подготовленности занимающихся играет значительную роль в определении показателей в тестах по специальной физической подготовке. Эти тесты представляют собой инструменты для измерения и оценки физической формы спортсменов, а также их способности выполнять конкретные тренировочные задания и задачи. Техническая подготовка, которая включает в себя мастерство и навыки выполнения технически сложных упражнений и движений, играет решающую роль в достижении хороших результатов в тестах по специализированной физической подготовке. Для детального анализа произошедших изменений в группах необходимо сравнить результаты начала и конца эксперимента.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Тактика игры в хоккее имеет важное значение в развитии участников. Для достижения быстроты сложных реакций, ориентировки и сообразительности необходима физическая и техническая подготовка. Чтобы обеспечить такую подготовку, тренировки включают дополнительные условия и задания, которые придают упражнениям тактическую составляющую. Главная цель тренировок - не только научить спортсменов системе упражнений, но также помочь им овладеть всеми необходимыми умениями и навыками, чтобы справиться с любой спортивной ситуацией. Система тренировок позволяет достичь целевого педагогического воздействия и решить основные спортивные и воспитательные задачи. Для овладения тактическими умениями и навыками наиболее эффективным является использование динамических игровых ситуаций и тренировка в их рамках.

Исследование, проведенное после длительного анализа обширной литературы о хоккее, независимо от временных рамок и уровня соревнований, привело к интересному выводу. Оказывается, большое количество бросков по воротам, совершаемых одной из команд, не всегда гарантируют ее победу. Вопреки ожиданиям, эта статистическая информация показывает, что игроки могут нацеливаться на забитые мячи, но не гарантировать своей команде преимущество в счете. Такая ситуация может рассматриваться как еще одно подтверждение того, что хоккей – это весьма непредсказуемый и часто иррациональный вид спорта.

На основе полученных результатов и наших предположений были разработаны практические рекомендации в тренировочном процессе команды для улучшения ее тактической подготовки. Предлагаемые упражнения направлены на улучшение бросков по воротам, создание благоприятных условий для нанесения бросков, тактического построения пятерки как при атакующих, так и при оборонительных действиях, а также на улучшение игры нападающих на пятачке перед воротами соперников (подставление, добивание

шайбы). Команда успешно провела данный тренировочный макроцикл, состоящий из четырех микроциклов, и мы зарегистрировали последующие десять матчей после проведения эксперимента. В результате было выявлено, что коэффициент сложности и качество бросков у нашей команды повысились, в то время как у команд-соперников значительно снизилось качество бросков.

Предлагаемые упражнения в исследовательской работе способствовали улучшению бросков по воротам, игры нападающих на пяточке перед воротами соперников, а так же улучшению тактического построения команды как при атакующих, так и при оборонительных действиях. Однако, время, отведенное нам в четыре микроцикла, кажется совсем недостаточным для тщательного и радикального улучшения игры. Поэтому, я предлагаю увеличить количество микроциклов до семи или восьми. Кроме того, есть тренировочные упражнения, которые можно выполнять круглый год, независимо от периода подготовки. Такой подход поможет нам достичь значительных результатов и преумножить способности хоккеистов в игре.