

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Алябьевская средняя общеобразовательная школа»

## **Методическая разработка на тему: «Игра хоккейных защитников в средней зоне»**



Подготовил:  
Андреев Константин Евгеньевич,  
учитель физической культуры

## **Содержание**

1. Введение
2. Основы игры хоккейных защитников в средней зоне
3. Заключение
4. Список использованных источников

## **Введение**

Хоккей – командная спортивная игра, которая проходит в высоком темпе и насыщена острыми, неожиданными, быстро сменяющимися ситуациями. Игроки, передвигаясь по льду на коньках, стремятся клюшками забросить шайбу в ворота соперника и защитить свои ворота от поражения.

Правильная методика обучения требует выбора соответствующих средств и упражнений, правильной рабочей последовательности. Из этого надо исходить и к этому возвращаться. Рациональный методический процесс должен быть всегда связан с самой игрой. Игра, ее основные фазы и игровые ситуации - основа и исходный пункт для отработки любой деятельности. Современный учебно-тренировочный процесс невозможен без глубокого и вдумчивого изучения не только методической литературы, созданной опытными спортивными наставниками, но и, в частности, книг, написанных известными в прошлом мастерами хоккея. В системе многолетней подготовки хоккеистов обучение и тренировка органически взаимосвязаны и составляют единый педагогический процесс. Они различаются конечной целью. Целью обучения является формирование системы знаний, умений и навыков. Тренировочный процесс направлен на достижение высоких спортивных результатов на основе совершенствования двигательных навыков и волевых качеств.

Современный хоккей требует, чтобы тренировка хоккеистов была целенаправленной, систематической, специально организованной. Этот процесс должен быть непрерывным и длительным. Тренировка хоккеистов обычно строится, исходя из потребностей всех игроков команды и меньше всего из интересов индивидуально каждого игрока. В связи с этим большое значение имеет самотренировка. Бытует мнение, что хороший хоккеист, как правило, делает себя хорошим игроком сам. Это не значит, что роль тренера незначительна. Практика показывает, что сильные хоккеисты появляются при наличии природного таланта, трудолюбия, аналитического склада ума и при умелом тренерском руководстве подготовкой.

В хоккее с шайбой номинально два защитника в пятёрке. Их стиль игры и поведение на поле зависят от тактики команды или отдельно взятой пятерки. Также в каждой зоне площадки существуют постулаты обороны, на которых строятся последующие взаимодействия между игроками.

**Чужая зона:** Оборона за дальней синей линией принимает позиционный вид, её основная цель — не дать шайбе выйти из чужой зоны. В основном это осуществляется методом подстраховки.

**Средняя зона:** В средней зоне при атаке чужой команды основная задача защиты — прижать игрока, владеющего шайбой, к борту и не дать провести атакующим распасовку. Также некоторые команды пользуются тактикой искусственного офсайда, но она не распространена из-за потенциальных удалений.

**Своя зона:** Здесь оборона идёт всей командой, и действия защиты зависят от уровня участия центрфорварда, в основном задача каждого из защитников — отвечать за свою сторону (она выбирается из личных предпочтений и хвата) и вывести шайбу из зоны, разрезав распасовку.

Существует множество тактик, складывающихся из конкретных игроков в пятёрке и команды, но все они базируются на основах позиционной игры в обороне (рис.1)

**Рисунок 1. Позиции игроков на хоккейной площадке**

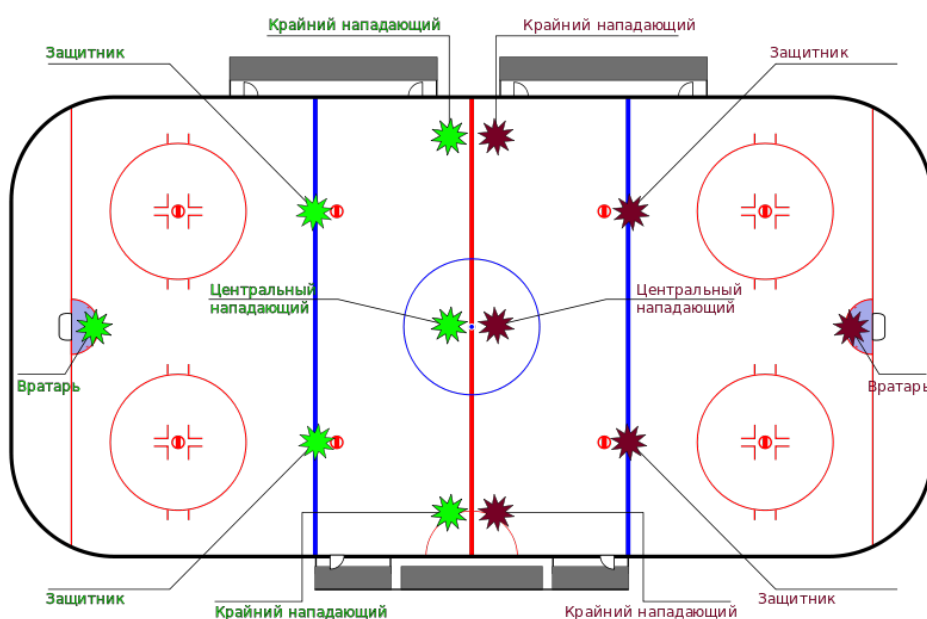


Схема расположения игроков по системе двух защитников такова: вратарь, два защитника и три нападающих.

**Вратарь.** Вратарь обязан защищать свои ворота и должен руководить действиями игроков в зоне защиты. Вратарь выбирает место на линии ворот и следит за всем ходом игры. В игре он должен уметь быстро занимать основную стойку, причем в таком месте ворот, чтобы наилучшим образом отразить атаку противника.

**Крайние нападающие.** Крайние нападающие — это основные атакующие игроки. Кроме того, они обязательно участвуют в защите своих ворот. Развивая атаку от своих ворот, хоккеисты действуют в среднем темпе. В средней зоне используется вся ширина поля.

**Центральный нападающий.** Этот игрок занимает центральное место на поле. Он организует атаку на своей половине поля, поддерживает ее и участвует во взятии ворот. Он обязан участвовать в защите и, как правило, опекать центрального нападающего противника. Центральный нападающий действует на всем поле. Это игрок, наиболее тонко понимающий и хорошо оценивающий обстановку, возникающую во время игры.

Разберем подробно роль защитников в хоккее.

**Защитники.** Основная задача защитников — обезопасить в игре свои ворота от атак противника. Большую часть игры они проводят в своей зоне. В обороне они располагаются так, чтобы помешать противнику с шайбой двигаться прямо на ворота. Для этого защитник 2, атакующий противника (т. е. пытающийся отобрать шайбу), располагается впереди другого защитника — 3, который страхует его. Защитники бывают левые и правые. Их основная функция — оборонительные действия и помощь голкиперу, в том числе при борьбе перед воротами. Основное умение, которое требуется от защитника — ведение единоборства и хорошая физическая подготовка, высокие скоростные качества и отличное видение игрового поля.

Также защитник должен быть хорошим разрушителем, обладать способностью предугадывать замыслы соперников, быстро реагировать на

действия атакующих соперников и принимать верные меры, уметь принимать шайбу на себя. Черты характера, присущие защитнику - смелость, рассудительность, способность исправить ошибку, допущенную другим игроком. При подготовке защитников, прежде всего, делают упор на: маневренное катание на коньках лицом и спиной вперед, быстрый переход при катании из положения лицом вперед в положение спиной вперед и наоборот; владение точным и сильным броском (ударом) с дальних позиций, применение разнообразных приемов ведения силовых единоборств, умение предугадывать направление атаки соперника и перекрывать наиболее опасные пути ее развития, готовность подстраховать любого игрока из команды, в том числе и вратаря.

Высококласный защитник – мечта любой команды – прежде всего, хороший контратак. Он должен отлично видеть все поле, расположение игроков, в том числе соперников, оценивать ситуацию (с позиции атаки) еще до вступления в борьбу за шайбу и во время нее и предугадывать результат. Высоко ценится умение защитника предугадывать действия противника и уметь ее перехватить.

Чтобы приобрести такие навыки, которыми должен обладать защитник, нужно выработать такую систему игры, при которой она должна быть постоянно под наблюдением и постоянным контролем, угол обзора у защитника должен быть во время игры такой, чтобы он мог обзирать одновременно все поле, каждого игрока из команды соперника держать под наблюдением. Все эти навыки и мастерское ими владение помогает не только предотвратить атаку противника на свои ворота, но и начать контратаку. Хоккей – игра очень быстрая и комбинационная: защитнику нужно просчитывать на несколько комбинаций вперед, чтобы предотвратить забитие шайбы в свои ворота.

Но помимо красоты и маневренности, хоккей как спортивную игру отличает еще и жесткость. Именно этим качеством должен обладать защитник в игре: терпеливо бороться, не уступая сопернику и жестко противостоять во время нападения. В противном случае защитник в своей зоне на поле будет чувствовать не хозяином, а гостем, так как данное место будет занято нападающим соперника.

Главная задача защитника в игре считается выполненной, если он овладел шайбой, отбил на безопасное расстояние и предотвратил ее попадание в собственные ворота. Защитник может превращаться в нападающего, и это очень хорошее качество, но никогда не нужно забывать, что, нападая, защитник оставляет свое место пустым, а в это время защищать ворота может быть и некому. Поэтому самое важное для защитника – не давать забивать шайбы противнику в собственные ворота.

### **Системы обороны**

Система 0—5 предполагает оттянутых в оборону пятерых игроков.

Зона нападения. При потере шайбы все трое нападающих моментально откатываются назад и опекают форвардов соперников, оставляя свободными защитников с шайбой. В зоне соперника инициатива полностью отдается атакующей команде.

Средняя зона. Игроки пятерки откатываются, применяя зонную защиту, и на рубеже синей линии выстраивают заслон, который преодолеть игроку с шайбой очень сложно.

Зона защиты. При пробросе соперником шайбы на ее подбор идут дальний защитник и ближний нападающий (спаренный отбор).

Система 1—4 (1—2—2) предполагает выдвинутого вперед центрального нападающего и второй эшелон обороны из крайних нападающих и защитников. Выдвинут вперед может быть и крайний нападающий, а его функции выполняет центральный.

Зона нападения. Центральный нападающий играет впереди и пласирует перед игроком с шайбой, мешая началу атаки и стараясь сместить ее к какому-либо боковому борту. Он ни в коем случае не должен быть обыгран.

Крайние нападающие позиционно опекают крайних форвардов. Защитники закрывают центр поля и подстраховывают крайних. При системе 1—2—2 дальний крайний нападающий берет под опеку центрального нападающего соперников и старается расположиться так, чтобы перекрыть возможную передачу дальнему крайнему соперников.

Средняя зона. Обороняющиеся отходят назад, сохраняя свои позиции. Наибольшее сопротивление оказывается на рубеже синей линии зоны защиты. Однако в средней зоне не исключен спаренный отбор.

Зона защиты. Крайние нападающие опекают крайних нападающих соперника и идут за ними глубоко в свою зону. Крайнему нападающему при отборе шайбы в углах поля помогает ближний защитник (спаренный отбор). Центральный нападающий опекает центрального нападающего, а при передаче шайбы одному из защитников атакующий команды временно переключается на последнего.

Центрфорварда соперников в этом случае берет под контроль один из защитников. Второй защитник контролирует зону «пяточка».

Система 1—3—1. Построение игроков по этой системе предполагает активного центрального нападающего впереди. Во второй линии защиты — двух крайних нападающих и защитника. В третьей — оттянутого назад защитника.

Зона нападения. Центральный нападающий выдвинут вперед и играет на соперника с шайбой. Крайние нападающие опекают крайних атакующей команды. Один защитник контролирует действия центрального нападающего, другой оттянут назад и подстраховывает действия партнеров.

Средняя зона. В средней зоне построение 1—3—1 обычно переходит в 1—4. Четко выдерживается зонная защита.

Зона защиты. В случае проброса шайбы на овладение ею идет ближний нападающий и оттянутый «свободный» защитник. На охрану «пяточка» идет защитник, опекавший центрфорварда соперников.

Система 2—1—2 предусматривает центрального нападающего между активными крайними и защитниками.

В средней зоне и в зоне защиты. Расположение игроков в целом сохраняется, и поэтому также сохраняется персональная защита. При использовании тактики силового давления на подбор шайбы выходит ближний игрок.

Система 2—3 предполагает две линии защиты: двух форвардов впереди и на втором плане нападающего и двух защитников. Отличается большой надежностью защитных построений и во многом сходна с системой 2—1—2.



Если противник один движется по центру к воротам, то диагональное расположение защитников исключается. Главное в этом случае — согласованно преградить путь противнику с шайбой. Умело играющий защитник или отберет шайбу, или оттеснит противника в угол поля, где в более выгодных для себя условиях атакует его. Защитник, играющий в средней зоне, несколько отдален от противника, но зато ему удобно следить за направлением атаки и действиями игроков. Он располагается на пути вероятного движения противника с шайбой. В своей зоне защитникам необходимо плотно «держат» игроков противника, находящихся перед воротами, следить за шайбой и действиями всех хоккеистов, находящихся в зоне. В тех случаях, когда противник с шайбой угрожает воротам, важно вовремя успеть вступить в единоборство и помешать произвести бросок. Если защитник не успеет помешать броску или если противник бросит шайбу издалека, то защитник может закрыть часть ворот туловищем, но так, чтобы не помешать вратарю.

Чтобы плотно держать противника, «открывающегося» в опасной зоне перед воротами и рассчитывающего получить передачу, защитник, преследуя его, использует и приемы блокировки. В этом случае он должен тотчас же атаковать противника, если тому будет передана шайба, так как малейшее промедление позволит принимающему немедленно забросить шайбу в ворота. В игре должно быть полное взаимодействие между защитниками и нападающими. Например, в углах поля у себя в зоне чаще атакует противника нападающий,

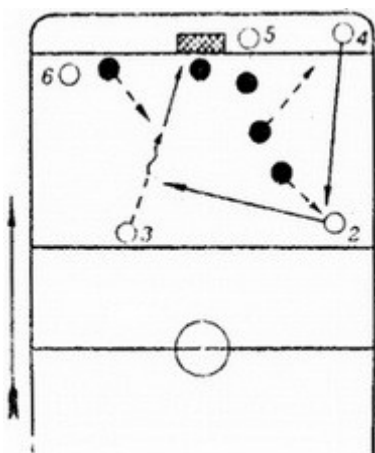
защитник же в данном случае должен выбрать наиболее выгодное место перед воротами.

Одного игрока, прорвавшегося к воротам противника, целесообразно атаковать в зоне защиты.

**Рис.2**

Нескольких игроков противника,двигающихся к воротам, следует атаковать перед линией зоны защиты.

Замедлив движение противника с шайбой или нарушив прямолинейность его бега, можно рассчитывать, что другие его игроки окажутся в



положении «вне игры». Используя правило «вне игры», создают противнику дополнительные трудности в переходе этой зоны. Защитники должны участвовать в атаке чужих ворот, действуя особенно активно, когда команда имеет численное преимущество. На рис. 2 показан случай так называемого «запирания» команды противника при его численном превосходстве. Овладев шайбой, все игроки команды передвигаются в зону нападения и принимают участие в атаке ворот, стараясь не выпустить шайбы из этой зоны.

Защитники помогают нападению различными передачами. Они должны умело и надежно отбирать шайбу и затем быстро, точно и неожиданно для противника передавать ее партнеру. Задача защитника состоит в том, чтобы отобрать шайбу и немедленно отдать ее партнеру, находящемуся в более выгодном положении.

Защитник обязан выполнять указания вратаря. В случае если вратарь выходит из ворот, его место быстро занимает ближайший защитник. Требования, предъявляемые к защитнику: физическая сила, достаточная для выполнения приемов игры туловищем, быстрота и ловкость, правильный выбор места и умелое отбирание шайбы, решительность и смелость, хладнокровие и быстрота в ориентировке, умелое пользование техническими приемами, быстрый бег на кониках и быстрое передвижение спиной вперед.

Оборону в хоккее определяет совокупность индивидуальных, групповых и командных действий по отбору шайбы у противника в любой зоне поля.

**Индивидуальная тактика хоккеиста** базируется на разносторонней технической подготовленности и включает в себя следующие основные оборонительные действия:

- скоростное маневрирование и выбор позиции;
- опеку;
- отбор шайбы;
- ловлю шайбы на себя.

**Скоростное маневрирование** — это рациональное передвижение хоккеиста на коньках с целью выбора наиболее оптимальной позиции для проведения оборонительных действий.

Для успешного выполнения оборонительных действий хоккеисты должны уметь хорошо маневрировать на коньках, рационально используя различные приемы техники передвижения в зависимости от конкретной игровой ситуации. Особенно важно уметь хорошо двигаться спиной вперед и быстро переключаться от обычного бега к бегу спиной вперед, и наоборот.

**Опека** — это действия обороняющегося против своего подопечного с целью ограничения его маневра и исключения приема и передачи им шайбы. Опека противника может быть плотной (контактной) и дистанционной (на определенном расстоянии). Плотная опека обычно применяется на «пяточке» в своей зоне, когда опекающий располагается между своими воротами и опекаемым противником. При дистанционной опеке хоккеист, преследуя противника, располагается несколько сзади и сбоку от него.

**Отбор шайбы** — это сложное, комплексное тактическое действие, включающее перехват, выбивание шайбы клюшкой, подбивание клюшкой клюшки противника с последующим подбором шайбы, с применением силового единоборства.

При отборе шайбы обороняющийся должен прогнозировать направление атаки и возможные движения игрока с шайбой, в зависимости от этого выбрать наиболее рациональные для данной ситуации оборонительные действия. Для этого в большинстве случаев обороняющийся стремится уравнивать свою скорость движения со скоростью атакующего игрока и, подкатываясь, направить противника к борту. Сблизившись на игровую дистанцию и выбрав момент и способ, провести отбор шайбы. Догоняя соперника сзади, можно отбирать шайбу подбиванием клюшкой клюшки или выбиванием, нанося удар клюшкой в нижнюю часть рукоятки или крюк клюшки соперника. Для этого нужно выбрать момент, когда соперник ослабил контроль шайбы. Отбор шайбы с применением силовых

единоборств лучше проводить у борта или в углу поля, где движения игрока противника ограничены, а также на «пяточке» перед своими воротами.

**Ловля шайбы на себя** — это оборонительное действие против игрока команды противника, выполняющего бросок по воротам или острую передачу. Обороняющийся выкатывается навстречу сопернику в момент броска и преграждает полет шайбы коньками, щитками ног или становится на одно или два колена и ловит шайбу на туловище или в падении на бок, принимает шайбу на ноги или туловище. Для успешного выполнения этих приемов важно точно определять момент начала движения, чтобы не быть обыгранным противником, который смог бы отказаться от броска, сделать обводку и выйти на ударную позицию.

**Групповая тактика** — это взаимодействие отдельных игроков (связки), направленное на организацию надежной обороны. Оно включает страховку, спаренный отбор, переключение и взаимодействие с вратарем.

Страховка — правильное расположение партнеров в отдельных игровых ситуациях с целью оказать помощь партнеру или исправить его ошибку. Страхующий располагается несколько сзади партнера и, как правило, находится несколько дальше от шайбы. В данном случае выбор позиции является определяющим. Обычно страхующий смещается в сторону наиболее вероятного направления атаки противника.

**Переключение** — смена обороняющимися опекаемых игроков. Например, при «скрещивании» движения игроков противника или когда нападающий соперника обыграл партнера, к нападающему устремляется защитник, а обыгранный игрок обязан переключиться на опеку его бывшего подопечного.

**Спаренный отбор** (парный) — это отбор шайбы двумя игроками. Чаще он применяется, когда после проброса шайбы в зону к ней раньше успевает нападающий противника. В этом случае ближний защитник атакует, прижимая соперника к борту; другой хоккеист забирает шайбу. В другом варианте нападающий, опекавший атакующего, активно вступает в силовое единоборство, а его партнер подбирает шайбу.

Взаимодействие защитника с вратарем заключается:

- в правильном расположении в момент атаки и броска в ворота (не загромождать видимость вратарю);
- в подстраховке выкатывающегося вратаря;
- в подборе шайбы, отбитой вратарем;
- в указаниях вратаря игрокам по организации оборонительных действий в соответствии с возникающими игровыми ситуациями.

**Командная тактика обороны** — это рациональное построение и использование индивидуальных и коллективных действий хоккеистов по отбору шайбы у противника. Ее надежность обуславливается реализацией следующих принципов:

1. Оперативное построение обороны, т.е. организованный отбор шайбы начинается сразу после ее потери в любой точке поля.

2. Оборона должна быть по возможности глубокоэшелонированной и предусматривать активный отбор шайбы на более дальних подступах от своих ворот.

3. Оборона должна предусматривать быстрый переход к атаке для чего эффективность отбора во всех трех зонах обеспечивается не максимальными силами, а оптимальными.

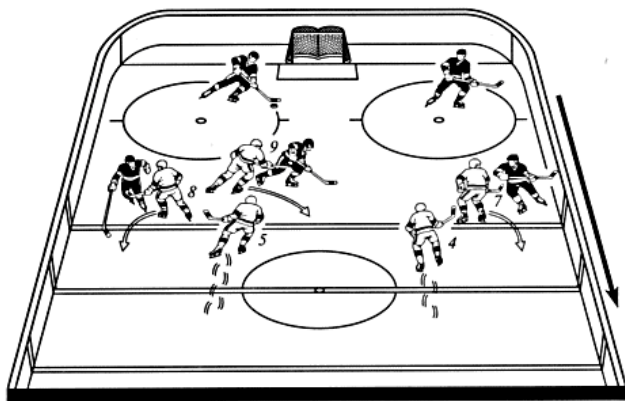
При различных оборонительных построениях следует рационально использовать три оборонительных рубежа, которые обеспечивают последовательное сосредоточение сил и способствуют повышению эффективности обороны. При отборе в зоне нападения — это синяя линия зоны противника. В средней зоне — это красная (средняя) линия. Наиболее важным рубежом обороны, где проводится активный отбор шайбы, является синяя линия своей зоны защиты, помогающая обороняться в связи с действием параграфа правил «Положение вне игры».

Организация этих рубежей тормозит развитие атаки противника, активизирует использование обороняющимися силовых единоборств, помогает отбирать шайбу и быстро контратаковать.

Командную тактику обороны определяют различные оборонительные тактические системы, вариантов которых в мировом хоккее множество. Далее рассматриваются основные оборонительные системы, которые широко используются в современном хоккее. В целях унификации тактические системы принято выражать в цифровых значениях, при этом первая цифра обозначает количество игроков передней линии.

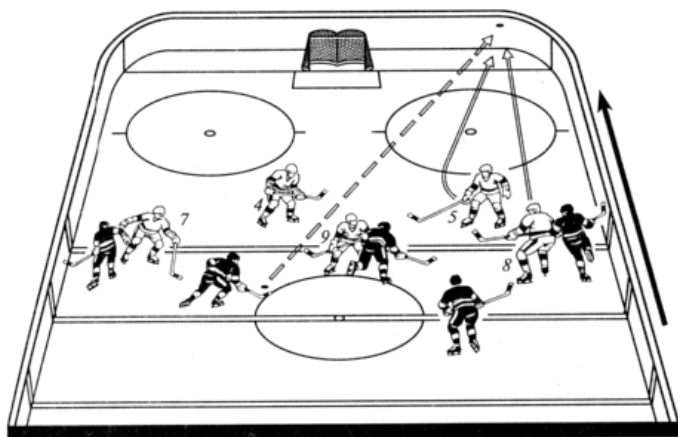
**Оборонительная система 0—5** (малоактивная) обычно применяется с сильным противником или с противником, равным по силе, для сохранения счета в матче. Ее положительные стороны: экономное расходование энергии игроками, затруднение для противника провести быструю контратаку из зоны защиты или пройти в средней зоне. Очень труден вход с шайбой в зону защиты. Недостаток системы — пассивность, отдача инициативы и территории противнику. Отбор шайбы осуществляется перехватом передач шайбы, посланной противником в линию нападения. Когда противник в своей зоне овладел шайбой, нападающие начинают плотно опекать нападающих противника по своим местам. Защитники противника с шайбой остаются свободными.

Ближайший к шайбе защитник 4 контролирует пространство между левым и



центральными нападающими, а защитник 5 страхует всех, находясь правее чуть сзади. При переводе шайбы на противоположный фланг защитники меняются ролями. При смещении нападающих (скрещивание) идти за ними не следует. В средней зоне, продолжая

организованно откатываться и опекать нападающих противника, игроки



сосредотачиваются на синей линии и образуют прочный оборонительный рубеж.

При вбрасывании шайбы противником в зону защиты на подбор

ее идут дальний защитник 5 и ближний нападающий 8, осуществляя парный отбор. Если защитник 5 успевает, то нападающий 8 открывается для получения шайбы и начала контратаки, защитник охраняет «пяточок». Нападающие 4 и 5 открываются для контратаки. При этой системе нельзя преждевременно откатываться назад к синей линии и позволять сильно раскатиться противнику, так как после этого его будет трудно остановить на синей линии.

Оборонительная система 1 — 2—2 (1 — 4) предусматривает незначительное увеличение активности в отборе за счет выдвижения одного игрока вперед для опеки противника, владеющего шайбой.



противником. Построения и взаимодействия в рамках данной системы не дают сопернику возможности быстро начать и развить атаку, затрудняют вход в зону защиты, позволяют использовать силовые единоборства. В случае отбора шайбы появляется возможность

контратаковать. К недостаткам системы следует отнести ее пассивность, отдачу инициативы и территории сопернику. Поэтому ее обычно применяют в игре с более сильным противником с использованием контратак. Если шайбой в своей зоне овладел противник, центральный нападающий 9 идет на владеющего шайбой, и с этого момента он все время опекает любого игрока, владеющего шайбой. Он не должен быть обыгран игроком или передачей. Разумным и активным передвижением центральный нападающий мешает организации атаки противника и стремится направить ее в нужном для своей команды направлении. Особенно активно он отбирает шайбу у игрока противника при пересечении им средней (красной) линии поля. При подходе его к синей линии защиты центральный нападающий должен исключить возможность организованного вброса шайбы в свою зону. Крайние нападающие 7 и 8 в зоне нападения опекают соответственно крайнего и центрального нападающих противника, со стороны находящихся ближе к шайбе.

При переводе шайбы на противоположный фланг они соответственно перемещаются.

Защитник 4 контролирует возможный выход центрального нападающего в центр и закрывает борт. Защитник 5 перекрывает возможную передачу крайнему нападающему, выход центрального нападающего противника, страхует четырех партнеров. В зоне нападения система имеет разновидности:

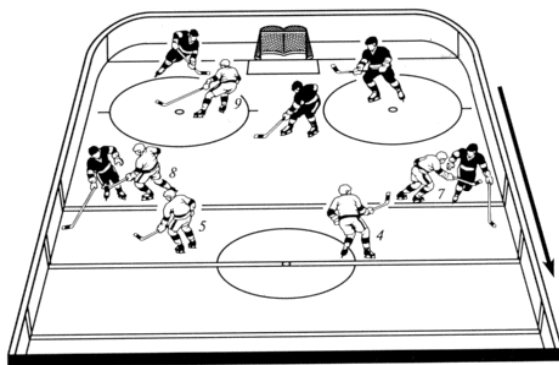
а) вместо центрального нападающего 9 на отбор идет любой крайний нападающий, а опекает крайнего нападающего противника центральный нападающий 9;



б) по ходу развития атаки противника на игрока, владеющего шайбой, попеременно выходит то один, то другой нападающий, сохраняя структуру построения игры.

В средней зоне система 1 — 2 — 2 преобразуется в систему 1 — 4.

Центральный нападающий 9 продолжает опекал игрока противника, владеющего шайбой. Крайние нападающие 7 и 8 откатываются по своим местам и опекают соперников, не давая им возможности получить шайбу. Защитники 4 и 5 контролируют середину площадки, активно взаимодействуя со своим крайним нападающим и между собой. Тормозя развитие атаки противника на синей линии,



игроки всей команды создают оборонительные рубежи, не позволяя противнику войти в свою зону с шайбой. В случае вбрасывания шайбы в зону противником в борьбу за овладение ею идут ближайший нападающий 8 и дальний защитник 4. В парном отборе они стремятся овладеть шайбой и начать контратаку. Защитник 5 берет под контроль ближний «пятак» у ворот. Центральный нападающий 9 идет



на опеку центрального нападающего противника. Крайний нападающий 7 занимает позицию к началу контратаки.

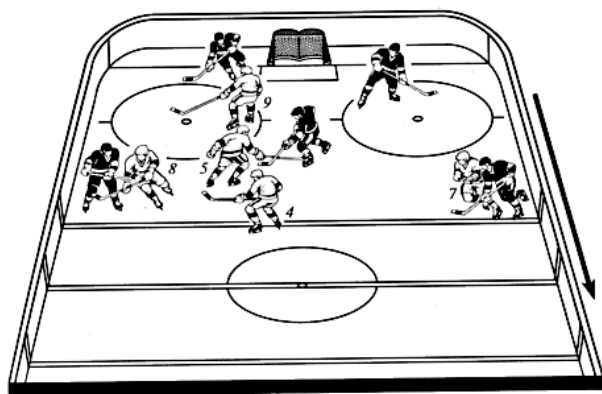
Успешный отбор шайбы и начало контратаки при использовании этой системы во многом зависят от грамотной игры защитников, которые должны надежно контролировать середину площадки, особенно на рубеже синей линии, предугадывая возможное направление развития атаки, умело выбирать позицию и осуществлять страховку и отбор шайбы.

Игра в обороне при системе 1 — 4 аналогична таковой при системе 1 — 2 — 2.

Отличие заключается лишь в том, что при системе 1—4 уже в зоне нападения оба крайних нападающих (7 и 8) опекают крайних нападающих противника, а при системе 1 — 2 — 2 дальний из них опекает центрального нападающего .

Оборонительная система 1 — 3—1 характеризуется некоторой активностью в

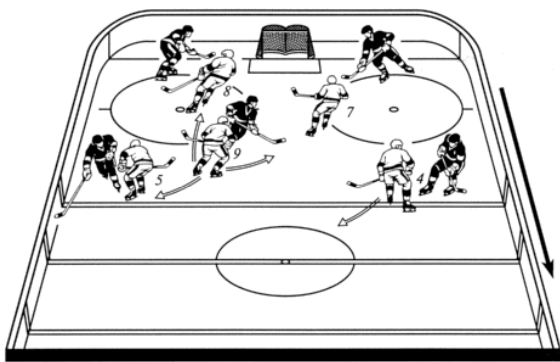
отборе шайбы. Но так же, как и рассматриваемые далее системы, относительно пассивна и применяется против более сильного противника.



Ее отличительные особенности состоят в том, что после отбора шайбы создаются возможности для активной контратаки

четырьмя игроками. Эта система позволяет делать спаренный отбор. Кроме того, она предъявляет высокие требования к заднему защитнику 4 по страховке партнеров. Если шайбой в зоне нападения овладел противник, центральный нападающий 9 подкатывается к владеющему шайбой. С этого момента игрок 9 все время опекает игрока, владеющего шайбой. Центральный нападающий особенно активен при отборе шайбы в момент пересечения противником красной линии. Он не должен позволять сопернику войти в зону или выполнить организованное вбрасывание. Крайние нападающие 7 и 8 берут под опеку крайних нападающих соперника, а центрального нападающего опекает защитник 5. При этом они

откатываются по своим местам, не давая возможности получить шайбу подопечным. Если нападающие противника меняются местами, то крайние нападающие не смещаются, а берут под опеку пришедшего игрока противника. Защитник 4 страхует всех и отвечает за соперника, ушедшего из-под опеки у одного из партнеров. На него возлагается особая ответственность: он последний у ворот. Система может применяться и в таком варианте, когда на отбор идет один из крайних нападающих, а его функции выполняет центральный нападающий. В средней зоне центральный нападающий продолжает активные действия по отбору шайбы. Крайние нападающие 7 и 8 и защитник 5 опекают своих соперников, стремясь перехватить шайбу в момент передачи и начать контратаку. Защитник 4, страхуя партнеров, располагается ближе к своей синей линии. Откатываясь, все игроки на рубеже синей линии создают оборонительный заслон, препятствующий входу в зону с шайбой и организованному ее вбрасыванию. В случае вбрасывания шайбы в борьбу за нее идет крайний нападающий (7 или 8) и страхующий защитник 4. Контроль «пяточка» перед воротами осуществляет защитник 5. При игре в средней зоне система 1 — 3 — 1 может переходить в 1-4 и



О — 5. В современном хоккее эта система мало используется из-за недостаточной ее надежности.

### **Оборонительная система 2— 1 — 2**

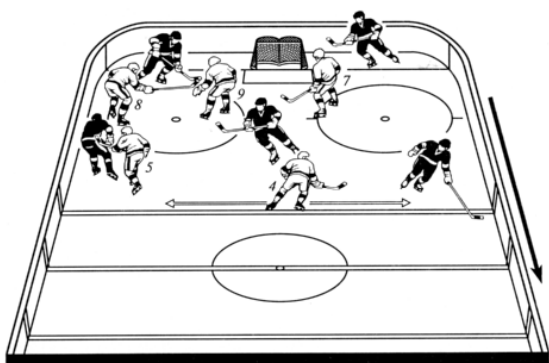
характеризуется активным отбором шайбы у противника. Она наиболее широко применяется в российском хоккее, так как позволяет активно отбирать шайбу уже в зоне нападения и постоянно иметь двух или трех игроков в задней линии, которые обеспечивают надежную оборону в случае острой контратаки противника, а при овладении шайбой — быстрый переход в контратаку. Вместе с тем эта система предъявляет повышенные требования ко всем игрокам, особенно к центральному нападающему, которому принадлежит ведущая роль в организации обороны в рамках этой системы.

При потере шайбы в зоне нападения на владеющего шайбой противника идет, вступая в единоборство, крайний нападающий 8, другой крайний нападающий — 7, находясь напротив дальней штанги ворот, готов прийти на помощь партнеру 8 для проведения парного отбора. Защитник 5 опекает ближнего к шайбе крайнего нападающего. Центральный нападающий 9 контролирует центральную зону и соперника в ней, страхует защитника 5 в случае его движения вперед, принимает участие в парном отборе, идя на подбор шайбы к крайнему нападающему 8. Защитник 4 страхует центрального нападающего 9, контролирует дальнего от шайбы крайнего нападающего противника.

В средней зоне функции игроков несколько меняются. Крайние нападающие не идут одновременно на двух защитников противника, а атакуют попеременно только игрока, владеющего шайбой.

Левый крайний нападающий 8 идет на владеющего шайбой правого защитника, а правый крайний нападающий 7 в это время опекает крайнего нападающего противника. При передаче шайбы на другой фланг на отбор идет крайний нападающий 7, а его опекает защитник 4. Нападающий 8 опекает крайнего нападающего противника.

Центральный нападающий 9 опекает центрального противника, постоянно контролирует центральную зону. Защитник 5 страхует всех. Успешное использование этой системы предусматривает активные действия всех игроков, основанные на взаимопонимании и четкой взаимостраховке. Система 2—1—2 в средней зоне может трансформироваться в ранее рассмотренные системы 0—5 и 1—4.

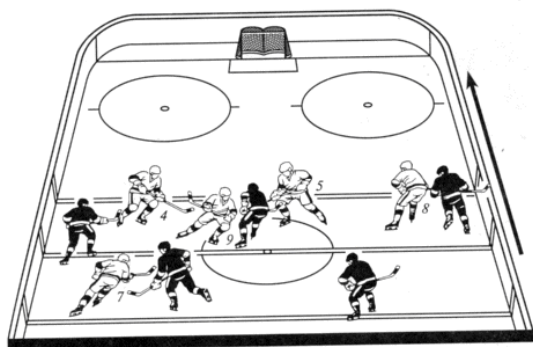


### **Оборонительная система 3—2**

предусматривает наиболее активный отбор шайбы в зоне нападения и в средней зоне тремя нападающими. Это позволяет эффективно реализовать тактику силового давления, используя спаренный отбор и силовые единоборства. Однако успешное применение

этой системы требует от игроков высокого уровня физической и психологической подготовленности, технико-тактического мастерства, быстроты и согласованности действий. Неточность или ошибка в действиях игроков в рамках этой системы, как правило, приводит к острой контратаке противника.

Когда шайбу в зоне нападения контролирует противник игрока, владеющего шайбой, атакует крайний нападающий 8. После того как он вошел в контакт с противником, на спаренный отбор идет центральный нападающий 9 с расчетом

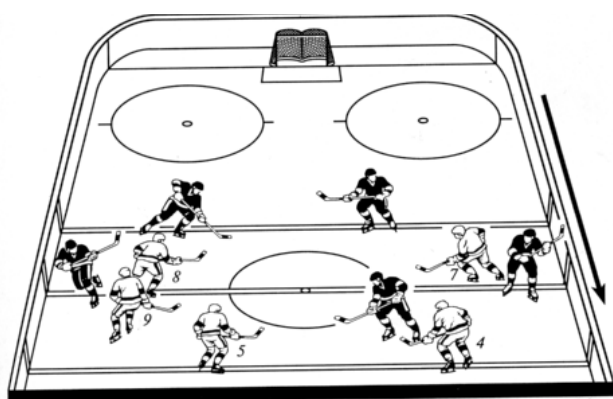


исключения передачи центральному нападающему противника. Крайний нападающий 7 располагается так, чтобы быть готовым атаковать противника на лицевом борту в случае передачи шайбы за ворота и атаковать ворота при отборе шайбы

партнерами.

Защитник 5 плотно опекает крайнего нападающего противника, а при переводе шайбы на противоположный фланг страхует всех. Защитник 4, располагаясь несколько сзади, страхует всех и готов опекать выкатывающегося в среднюю зону центрального нападающего противника, а при переводе шайбы на ближний к нему борт — атаковать крайнего нападающего. При переводе шайбы на противоположный фланг нападающие, соответственно смещаясь, продолжают вести активный отбор. В этом случае первым идет на отбор нападающий 7, ему помогает 9, а нападающий 8 располагается на «пяточке» у ворот.

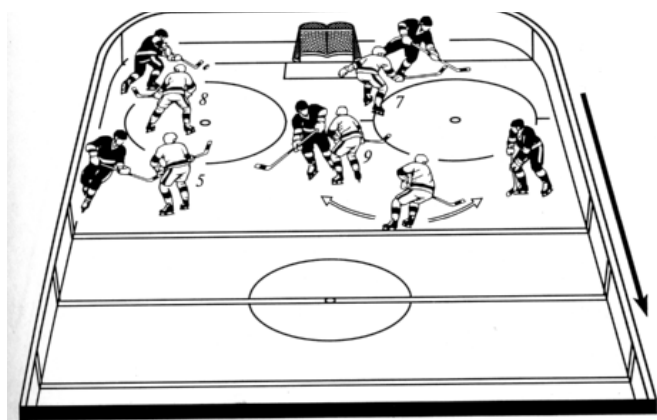
В средней зоне нападающие находятся в постоянном движении, меняясь местами. Игрок, оказавшийся в центре (центральный нападающий 9), активно идет на отбор, стремясь оттеснить соперника к борту. Он должен использовать все



возможности для отбора шайбы или столкнуться с противником. Если это не удастся, центральный нападающий прокатывается к борту.

Крайний нападающий 8, ранее опекавший противника на борту, передает игрока своему центральному нападающему 9 и идет на отбор в центр. Если ему не удастся это, он прокатывается на противоположный борт и начинает опекать крайнего нападающего, а в центр на отбор идет крайний нападающий 7. В момент такого окрестного движения нападающих с целью отбора шайбы защитники 5 и 4 активно контролируют середину площадки, не давая возможности получить там шайбу открывающимся соперникам. В средней зоне система 3 — 2 трансформируется в системы 0 — 5, 1—4, 1 — 3 — 1.

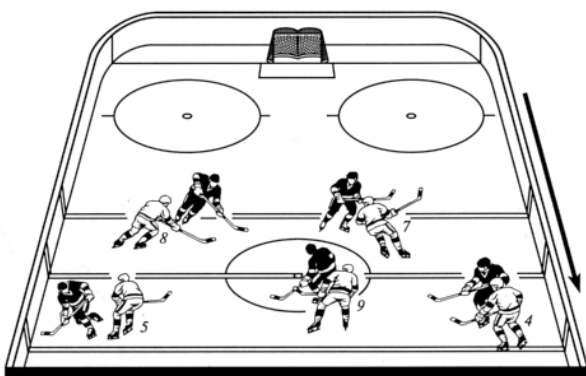
Оборонительная система 2—2—1 (активного отбора) предполагает использование игроков по амплуа в следующем порядке: два нападающих, два полузащитника, один защитник-стоппер. Достоинства системы: в отборе активно участвуют четыре игрока, все пути атаки противника перекрываются. Имеются отличные возможности использования силового давления и перехода в контратаку.



Когда шайбу контролирует противник, нападающий 8 идет на владеющего шайбой, а нападающий 7 закрывает противника на лицевом борту, исключая ему передачу. Полузащитник 5 закрывает борт, а полузащитник 9 — центрального нападающего противника. Защитник-стоппер 4 страхует всех. Главная задача всех игроков сводится к строгому выполнению своих функций и четкому взаимодействию с партнерами, при этом никто из них не должен быть обыгранным игроком с шайбой.

В средней зоне игроки 5, 9 и 4 продолжают опекающих нападающих противника, а нападающие 8 и 7 контролируют его защитников, сдерживая их активность в подключении в атаку. Ведение игры в рамках рассмотренной системы возлагает

сложные функциональные обязанности на каждого игрока. Их эффективное выполнение возможно лишь на основе высокого уровня



техничко-тактической, физической и психологической подготовленности хоккеистов, их сыгранности и взаимопонимания. Только в этом случае можно держать противника под постоянным давлением, создавая для него экстремальные условия, неизбежно приводящие к потере шайбы. В то же время неточность в действиях или проигрыш в единоборстве дают возможность противнику остро атаковать.

Рассмотренные системы широко используются в современном хоккее. Их эффективность определяется уровнем мастерства и подготовленности исполнителей, степенью освоения той или иной системы и рациональным использованием в матче с конкретным противником. Цифровое выражение и содержание системы более соответствуют оборонительным действиям в зоне нападения, где отбор более активен. В средней зоне из-за усложнений условий отбора (противник раскатился, отсутствие лицевого борта и др.) игра по системе несколько упрощается при сохранении основных принципиальных оборонительных функций каждого хоккеиста. В зоне защиты расстановка, функции и взаимодействия игроков заметно меняются и подчас не соответствуют ее цифровому выражению. Поэтому педагогически целесообразно системы обороны в зоне защиты рассматривать в соответствии со следующими принципами — зонным, персональным и комбинированным.

### **Заключение**

В данной работе раскрыты технические приемы, применяемые в игре защитников в средней зоне, методику их освоения и описали правильность их выполнения.

Индивидуальный подход к занимающимся, реализация дидактических принципов наглядности, доступности и систематичности, хорошая экипировка позволяют избежать негативных явлений.

Современный хоккей довольно сложная игра. Каждый хоккеист во время матча выполняет свои определенные функции. Его подготовка ведется по двум направлениям: универсальное и специализированное.

Универсальная подготовленность состоит в умении выполнять все требуемые во время игры функции, а специализированная – конкретное амплуа, которое выбрал хоккеист. В его функции входит оборона. Но в современном хоккее защитник часто выступает и в роли атакующего игрока. В умения защитников входят следующие навыки: предвидение игровых ситуаций, прогнозирование атак противников, выбор удобных позиций, предложение методов отбора шайбы у соперника. Хоккеист, играющий в защите, должен прекрасно двигаться на коньках, т.к. он выполняет множество маневров во время игры. С самых первых шагов следует добиваться правильного выполнения того или иного технического приема.

Чтобы подготовить любого игрока технически и тактически необходимо много сил и времени. Хоккеист должен отлично владеть всеми элементами технико-тактической школы.

Методику проведения учебно-тренировочных занятий следует периодически совершенствовать и обновлять, поскольку только поддержание постоянного интереса к тренировкам со стороны юных хоккеистов позволит получить желаемый результат.

#### **Список использованных источников**

1. <http://www.hockey-player.ru>
2. А.В.Тарасов. Детям о хоккее. Под ред. А.П.Лаптева, Ю57 А.А Сучилина. - М.: Физкультура и спорт,1986. – 255 с., ил.
3. В.П.Савин. Теория и методика хоккея: учебник. Под ред. Л.В.Доценко, А-759-1/1- М.: Издательский центр «Академия», 2003. –388 с., ил