

Правдов Михаил Александрович

д-р пед. наук, профессор

Новолоака Виктор Семенович

аспирант

Шуйский филиал ФГБОУ ВО «Ивановский

государственный университет»

г. Шуя, Ивановская область

СИСТЕМНО-СИММЕТРИЙНЫЙ ПОДХОД К ТЕХНИКО- ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ХОККЕИСТОВ 8–9 ЛЕТ

Аннотация: в статье представлены результаты исследования, посвященного совершенствованию технико-тактической подготовки юных хоккеистов на основе системно-симметрийного подхода. Внедрение на начальном этапе спортивной подготовки юных спортсменов 8–9 лет методики, выстроенной на основе системно-симметрийного подхода с использованием средств флорбола, рекомендуется внедрять на начальном этапе спортивной подготовки.

Ключевые слова: хоккей с шайбой, флорбол, системно-симметрийный подход, технико-тактическая подготовка, юные хоккеисты.

Введение. Современные представления о системно-симметрийном подходе применения средств тренировки в игровых видах спорта тесным образом связаны с адаптацией организма к внешним условиям выполнения двигательных действий на игровом поле (площадке), обусловленных спортивными правилами. Особое место в работах ученых и практиков, занимающихся проблемами совершенствования процесса подготовки спортсменов, занимают исследования, связанные с изучением вопросов симметрии – асимметрии в системе «спортсмен – внешняя среда». По мнению К.Д. Чермита [3] «...нарушение степени симметричности (или устойчивости) возможно только в случае, если система активно взаимодействует с окружающей средой».

Анализ данных научной литературы показывает, что симметрия и асимметрия относятся к фундаментальным понятиям, отражающим естественно-

научные основы понимания двигательной деятельности в спорте. Единство функционирования симметрии-асимметрии обусловливает формирование у юных спортсменов основы двигательного творчества. По мнению ученых, изучение взаимопереводов симметрии в асимметрию и наоборот является методом познания мира, в том числе двигательной деятельности спортсменов в игровых видах спорта. Известно, что учет функций билатеральных органов обеспечивает эффективность выбора средств тренировки на всех этапах спортивной подготовки [1; 2; 4].

По мнению ряда известных ученых (Е.П. Ильина; М.Я. Набатниковой с соавт. и др.) тренировочный процесс юных спортсменов должен носить характер разносторонней подготовленности, а симметричная тренировка позволит улучшить их тактико-техническую подготовленность (ТТП) и будет, в дальнейшем, способствовать росту спортивного мастерства.

ТТП в хоккее является важным компонентом всей системы тренировки. Формирование у детей, начавших занятия хоккеем, умений правильно и рационально размещаться в пространстве игровой площадки обусловливает более быструю приспособляемость к быстро меняющимся игровым ситуациям. На процесс становления у юных хоккеистов навыков «видеть площадку» и верно, в соответствии с динамикой игры, размещаться в том или ином месте для обострения атаки или обеспечения надежных позиций при защите своих ворот оказывает влияние фактор моторной асимметрии [5].

Цель исследования – на основе системно-симметрийного подхода разработать и экспериментально обосновать методику тренировки, направленную на расширение арсенала технико-тактических действий юных хоккеистов 8–9 лет в пространстве игровой площадки за счет использования средств игры в флорбол.

Организация и методы исследования. Исследование проводилось в период с сентября 2023 по декабрь 2024 года на базе МБУ ДО ЦРТДиЮ им. генерал-майора Грибова в закрытом административно-территориальном образовании Озерный Тверской области. В ходе работы осуществлялись наблюдения за про-

цессом обучения мальчиков техническим и тактическим действиям, как на льду, так и вне льда, анализировались средства обучения.

Внешним фактором, влияющим на формирование у детей вариативной основы для технико-тактических действий с клюшкой при различных игровых ситуациях, является пространство хоккейной площадки. В этой связи, основной идеей методики проведения тренировочных занятий по технико-тактической подготовке юных хоккеистов стало применение системно-симметричного подхода. Для создания условий по адаптации юных хоккеистов к игровому пространству хоккейной площадки и формированию у них действий клюшкой в различных игровых ситуациях, как доминантной, так и субдоминантной рукой использовались подводящие упражнения и игры из арсенала средств флорбола.

С целью проверки эффективности разработанной методики были сформированы две однородные группы юных хоккеистов 8–9 лет по 14 чел. С юными спортсменами отделения хоккея экспериментальной группы (ЭГ) была реализована экспериментальная методика. Мальчики контрольной группы (КГ), занимались по традиционной методике. Обе группы детей тренировались согласно требованиям «Стандарта» (312 часов в году), по 4 тренировки в неделю, каждая по 1,5 часа. На выполнение упражнений, направленных на формирование действий с клюшкой правой и левой рукой, из арсенала средств флорбола было выделено 27% объема времени. Учитывая то, что в этом виде спорта клюшка и мяч легче, чем в хоккее с шайбой, тренировочный процесс для юных хоккеистов осуществлялся в облегченных условиях. В таблице 1 представлены упражнения и дозировка на их выполнение доминантной и субдоминантной рукой.

Таблица 1

Упражнения с клюшкой ведущей и не ведущей рукой у юных хоккеистов

8–9 лет для развития координационных способностей (%)

Упражнения	рука	Клюшка, мяч и шайба	
		флорбольные	хоккейные

Ведение мяча или шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу	доминант.	25	35
	субдоминант.	25	15
Ведение шайбы или мяча не отрывая крюка клюшки от шайбы (мяча)	доминант.	25	25
	субдоминант.	30	20
Ведение шайбы в движении спиной вперед	доминант.	50	15
	субдоминант.	20	15
Обводка соперника на месте и в движении	доминант.	25	25
	субдоминант.	30	20
Кистевой бросок	доминант.	20	30
	субдоминант.	30	20
«Щелчок»	доминант.	20	20
	субдоминант.	30	30
Передача мяча (шайбы) в парах	доминант.	25	25
	субдоминант.	35	15
Передача мяча (шайбы) в тройках	доминант.	25	25
	субдоминант.	25	25
Двусторонние игры, эстафеты	доминант.	15	25
	субдоминант.	30	30

Статистическая обработка результатов проводился на основе применения программ SPSS Statistics 19.0. Достоверность данных рассчитывалась с помощью метода Уилсона.

Результаты и их обсуждение. Реализация в процессе тренировочных занятий с юными хоккеистами экспериментальной методики подготовки способствовало повышению степени развития координационных способностей и сформированности технико-тактических действий у юных хоккеистов 8–9 лет ЭГ по сравнению с юными спортсменами из КГ. Положительная динамика прироста результатов в контрольных тестах, характеризуют, как более высокую степень сформированности технических приемов с клюшкой, так и быстроту выполнения двигательных заданий, связанных с необходимостью проявлять координационные способности у юных хоккеистов ЭГ по сравнению с данными юных спортсменов из КГ. До начала реализации методики достоверно значимой разницы в параметрах развития специфических координационных способностей не зафиксировано. Итоговые результаты тестирования представлены и в табл. 2.

Таблица 2

Результаты тестирования степени развития специфических координационных способностей у юных хоккеистов 8–9 лет по завершению педэксперимента

Показатели	КГ	ЭГ	P
Точность попадания шайбой в створ ворот с удобной стороны (кол-во из 10 раз)	7,4±1,6	8,4±1,7	<0,05
Точность попадания шайбой в створ ворот с неудобной стороны (кол-во из 10 раз)	2,8±0,6	6,2±1,1	<0,05
Челночный бег на коньках 6x9м (с)	19,6±1,3	15,3±1,4	<0,05
Бег слаломный на коньках с ведением шайбы клюшкой доминантной рукой (с)	17,8±1,2	14,3±1,2	<0,05
Бег слаломный на коньках с ведением шайбы клюшкой субдоминантной рукой (с)	21,8±2,2	18,8±2,2	<0,05

Согласно экспертным оценкам, юные хоккеисты ЭГ стали выполнять технические приемы с клюшкой субдоминантной рукой значительно успешнее, чем мальчики из КГ. Техническое исполнение приемов хоккея у них оценено экспертами более высокими баллами ($4,3\pm0,6$) по отношению к аналогичным данным юных спортсменов из КГ ($2,1 \pm 0,4$).

Сравнение параметров технико-тактической подготовленности детей КГ и ЭГ представлено в табл. 3.

Таблица 3

Параметры ТТП юных хоккеистов по окончанию педэксперимента

Характеристики ТТП		КГ	ЭГ
Вариативность использования действий с клюшкой как доминантной, так и субдоминантной рукой в ходе игры (%)	доминт.	98	63
	субдоминант.	2	37
Использование пространства площадки при атаке (объем действий в местах площадки, в %)	Центр	70	38
	Правый фланг	20	37
	Левый фланг	10	25
Количество используемых комбинаций за игру		2	3–5
Объем времени на адаптацию к игре команды противника (%)		59	34

Технико-тактический арсенал юных хоккеистов КГ был оценен как «ограниченный». В ходе игр спортсмены КГ использовали, как действия с клюшкой, так и свое расположение на площадке только с удобной для них стороны. Это значительно сужало вариативность применения ими разнообразных тактических комбинаций.

Заключение. Результаты исследования позволяют заключить, что применение методики, выстроенной на основе системно-симметричного подхода и, направленной на расширение арсенала технико-тактических действий юных хоккеистов 8–9 лет в пространстве игровой площадки за счет использования средств игры в флорбол оказывает положительное влияние на расширении как технического, так и комбинационного арсенала юных спортсменов.

Список литературы

1. Васильев Д.А. Координационные способности юных хоккеистов с разным типом функциональной асимметрии / Д.А. Васильев, И.В. Стрельникова, Т.И. Лактионова // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений. – 2014. – Т. 2. – С. 96–98. EDN STWRFN
2. Специфика обучения тактико-техническим действиям юных хоккеистов / В.В. Козин, А.В. Точицкий, А.М. Царьков, М.И. Романов // Глобальный научный потенциал. – 2023. – №9 (150). – С. 74–77. – EDN XZQRVP
3. Чермит К.Д. Исследование взаимосвязи двигательной асимметрии с качественными количественными показателями тактико-технической подготовленности дзюдоистов высокого класса / К.Д. Чермит, М.Н. Рубанов, Я.К. Коблев // Тезисы докладов VIII научной конференции Краснодарского ГИФК. – Краснодар, 1979. – С. 134–134.
4. Черницына Н.В. Применение подводящих упражнений для повышения эффективности технической подготовки хоккеистов 8–9 лет / Н.В. Черницына, А.В. Беляев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2023. – №3. – С. 58–59. – EDN FIVYRN
5. Критерии оценки игрового потенциала юных хоккеистов 8–9 лет / Е.А. Ястребова, А.А. Кузьменко, Т.К. Ким, Г.А. Кузьменко // Преподаватель XXI век. – 2022. – №4–1. – С. 234–246. – DOI 10.31862/2073-9613-2022-4-234-246. – EDN VLPADC