Капранов Вадим Антонович,
Дальневосточная государственная академия физической культуры

Волошин Глеб Русланович,
Дальневосточная государственная академия физической культуры

ОБУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫМ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ХОККЕИСТОВ 9-10 ЛЕТ НА ОСНОВЕ КОНСТРУИРОВАНИЯ СИТУАТИВНЫХ ЗАДАЧ

Аннотация. Современный хоккей требует от спортсменов умения применять широкий спектр технических и тактических приёмов в тренировочных и соревновательных условиях, обусловленных наличием знаний о способах ведения спортивной борьбы [5].

В данной статье рассматриваются аспекты, связанные с содержанием индивидуальных тактико-технических действий, а также специфика их обучению. Успешность в игровой деятельности зависит не только от сформированности у игроков представления о структуре движения, умения стабильно выполнять их, но и от знаний специфических игровых условий.

Ключевые слова: Хоккей, индивидуальные технико-тактические действия, эффективность, этапы подготовки, соревнования, ГАУДОМО «Комплексная спортивная школа олимпийского резерва».

Под минимальными игровыми ситуациями подразумевается обусловленное правилами игры игровое состояние, реализация которого в любом случае приведёт, как минимум, ещё к одному действию (ходу) соперника. В ситуационных видах спорта задачу соперников можно свести к совершению действий, в результате которых прекращение игры (исчерпание игровых ситуаций) происходит в момент преимущества одного из соперников – по условиям игры [*4*].

Методика обучения индивидуальным тактико-техническим действиям составлена с учётом принципов ситуационного подхода. На протяжении педагогического эксперимента осуществлялось обучение двигательным действиям при помощи деятельностно-ситуативного способа, согласно которому вся деятельность обучающихся проходила в более приближенных к игровым условиям ситуациях. Таким образом, обучение техническим приёмам осуществлялось посредством взаимодействия психических процессов и моторного компонента, что позволяло одновременно решать задачи, направленные на техническую и индивидуальную тактическую подготовку занимающихся.

В основу методики обучения игровым приёмам хоккеистов были заложены принципы поэтапного формирования умственных действий, которые базируются на формировании познавательных процессов занимающихся. На каждом этапе обучения занимающимся ЭГ предлагалось сначала изучить сформированные для них условия, а затем самостоятельно выделить основные опорные точки (ООП), проговаривая их вслух. Учёт основных опорных точек позволял занимающимся выполнять действия не просто на рефлекторном уровне, что в большей степени характерно для игроков, обучающихся по традиционной методики обучения, а реализовывать их обоснованно, в соответствии с вызванными требованиями моделируемой ситуации. Применение данного педагогического приёма позволяло нам мобилизовать внимание занимающихся в ходе обучения, а также поспособствовало тому, что игроки стали запоминать значимые для реализации собственных действий детали техники и тактики.

Обучение и реализация игровых приёмов проходило в четыре последовательных этапа, отличающихся между собой по уровню сложности. По предлагаемой нами методике

формировались навыки, составляющие основу индивидуальных атакующих и оборонительных действий. В основу атакующих действий с шайбой входили навыки: ведение, обводка, приём, передача шайбы и бросок по воротам. Основу оборонительных действий составляли навыки отбора шайбы клюшкой и туловищем. При обучении отбору шайбы туловищем нами предлагалось пассивное сопротивление соперника с целью предотвращения повреждений и травм занимающихся.

Методика обучения тактико-техническим действиям основана на моделировании тренером игровых ситуаций на каждом этапе, что помогает юным хоккеистам выбирать наиболее эффективные приёмы для решения задач.

В рамках каждого этапа обучения по мере освоения игровых приёмов последовательно увеличивался темп выполнения упражнений и уровень сопротивления соперника.

Увеличения темпа и уровня сопротивления соперника выполнялось нами с целью последовательного изменения условий выполнения упражнений, а также создания усиливающего воздействия на психомоторные качества и функциональные системы организма занимающихся.

Распределение этапов обучения в микроциклах осуществлялось нами последовательно. В начале микроцикла осваивались навыки с использованием упражнений первого этапа обучения, к концу недели по мере освоения навыков усложнялись условия выполнения упражнений.

Таблица 1

Примерное планирование тренировочного процесса в недельном микроцикле

Дни недели	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
Вне ледовые занятия		90′		90′			Выходной
Ледовые занятия	90′		90′		90′	90′	
Направленность вне ледовых занятий		КРФК Л.Г. Тх/ТкТх		Л.Г. Тх/ТкТх Спорт. игры			
Направленность ледовых занятий	Тх/ТкТх		Тх/ТкТх		Тх/ТкТх	Тр. игры	
Количество часов	Вне ледовая подготовка – 3 часа			Ледовая подготовка – 6 часов			Итого: 9 часов
Примечание. Тх – техника; ТкТх – тактико-техническая подготовка; Л – ловкость; Г – гибкость; КРФК – комплексное развитие физических качеств; Тр. игры – тренировочные игры							

В таблице 1 представлен пример внедрения методики в структуру малого цикла подготовки хоккеистов ЭГ. Учитывая полученные в ходе предварительного исследования результаты хронометрирования, которые свидетельствуют о преобладании в структуре тренировочных занятий специально-подготовительных упражнений тактико- технической направленности, мы включали в занятия преимущественно игровые упражнения. В рамках игровой деятельности основными средствами тренировки выступали подвижные игры, эстафеты и игры на ограниченном участке площадки.

Таким образом, при помощи игровой деятельности нами осуществлялось планирование спортивной подготовки с учётом возрастных особенностей, закономерностей

функционирования организма и интересов занимающихся, где игровая деятельность занимает ведущую роль в формировании всесторонних двигательных и интеллектуальных способностей занимающихся, а также является средством поддержания повышенного эмоционального фона занятий.

Для оценки эффективности методики обучения индивидуальным тактико- техническим действиям хоккеистов 9-10 лет на основе конструирования ситуативных задач нами был проведён педагогический эксперимент, в котором принимали участие две группы хоккеистов в составе 20 человек в каждой из них.

В ходе исследования был выполнен сравнительный анализ технической подготовленности хоккеистов контрольной и экспериментальной групп. Отметим, что после проведения педагогического эксперимента в КГ и ЭГ в результатах каждого тестового испытания был выявлен прирост показателей (Таблица 2).

Таблица 2

Результаты тестирования технической подготовленности хоккеистов 9-10 лет (n=20) до и после педагогического эксперимента

№	Тесты	До эксперимента		P	После эксперимента		P
		КГ	ЭГ		КГ	ЭГ	
1	Бег на коньках 36 м лицом, с	6,41±0,3	6,32±0,41	>0,05	6,32±0,28	6,18±0,17	<0,05
2	Бег на коньках 36 м спиной, с	8,12±0,61	7,97±0,29	>0,05	7,90±0,54	7,61±0,37	<0,05
3	Челночный бег 6х9 м, с	16,34±0,72	16,02±0,74	>0,05	16,31±0,72	15,47±0,34	>0,05
4	Слаломный бег на коньках без шайбы, с	13,27±0,7	13,16±1,35	>0,05	13,13±0,61	12,67±0,85	<0,05
5	Слаломный бег на коньках с шайбой, с	13,92±0,7	13,76±1	>0,05	13,69±0,86	13,37±0,67	<0,05
6	Восьмёрка на месте, с	13,51±1,7	13,39±1,86	>0,05	12,77±0,88	12,25±0,69	<0,05
7	Контроль техники передач за 30 сек	2,78±1,06	2,96±1,12	>0,05	3,30±1,2	3,96±0,81	<0,05
8	Точность бросков в движении за 45 сек, кол-во	2,87±0,74	2,96±0,69	>0,05	3,04±0,95	3,48±0,5	<0,05

После педагогического эксперимента у хоккеистов экспериментальной группы в отличие от контрольной улучшились результаты (на уровне значимости $p<0,05$) в следующих тестах – «Бег на коньках 36 м лицом» (на 0,14 с), «Бег на коньках 36 м спиной» (на 0,36 с), «Слаломный бег на коньках без шайбы» (на 0,49 с), «Слаломный бег на коньках с шайбой» (на 0,39 с), «Восьмёрка на месте» (на 1,14 с), «Контроль техники передач» (на 1,00 с), «Точность бросков в движении за 45 с» (на 0,5 раза).

Следует отметить, что вышеперечисленные испытания предъявляют повышенные требования к проявлению навыков передвижения на коньках и владения клюшкой данные навыки составляют основу индивидуального мастерства юных хоккеистов, поэтому их развитие в значительной степени может повлиять на результативность игровых показателей.

Для оценки эффективности индивидуальных тактико-технических действий хоккеистов нами был выполнен видеоанализ соревновательной деятельности с участием игроков контрольной и экспериментальной групп. Учитывая возрастные особенности хоккеистов 9-10 лет, для которых предусмотрено до 15% соревновательной деятельности в структуре календарного, мы оценили игровые действия по сумме 5 игр в каждой из групп, проходивших до и после педагогического эксперимента (Таблица 3).

После педагогического эксперимента у испытуемых экспериментальной группы в отличие от представителей контрольной группы был выявлен статистически достоверный прирост количественных и качественных показателей индивидуальных тактико-технических действий. Анализ количественных показателей указывает на то, что в семи из восьми игровых компонентах таких как «Приём», «Передача», «Ведение», «Обводка», «Отбор», «Подбор», «Бросок» увеличилось число выполняемых игровых действий (различия статистически достоверны на уровне значимости $p<0,05$).

Помимо изменения количественных показателей произошёл прирост качества выполнения следующих игровых компонентов – «Приём», «Передача», «Ведение», «Обводка», «Отбор», «Подбор». Следует отметить, что отсутствие прироста на статистически достоверном уровне в результатах эффективности игры на точке вбрасывания объясняется тем, что в методике применялось недостаточно упражнений для развития данного игрового компонента.

Таблица 3

Результаты оценки эффективности индивидуальных тактико- технических действий хоккеистов контрольной и экспериментальной групп до и после педагогического эксперимента (n=5; количество игр)

Компоненты игры	До эксперимента							
	Количество ТТД		Р	Качество ТТД				Р
	КГ	ЭГ		КГ		ЭГ		
	M±m	M±m		M±m	Me	M±m	Me	
Вбр	42,6±3,1	42,0±4,0	>0,05	2,6±0,3	2,6	2,7±0,2	2,7	>0,05
Пр	88,4±8,0	89,2±3,0	>0,05	3,8±0,3	3,9	4,0±0,5	3,9	>0,05
Пер	152,8±3,2	154,0±7,8	>0,05	3,5±0,2	3,5	3,6±0,2	3,7	>0,05
Вед	36,0±11,3	37,4±1,7	>0,05	3,1±0,3	3,0	3,3±0,3	3,3	>0,05
Обв	37,4±5,8	36,6±4,5	>0,05	3,3±0,2	3,3	3,4±0,2	3,5	>0,05
Отб	79,6±4,7	81,2±7,6	>0,05	2,4±0,3	2,3	2,5±0,3	2,5	>0,05
Пдб	68,8±6,5	70,2±6,5	>0,05	3,6±0,3	3,7	3,6±0,2	3,6	>0,05
Бр	52,6±1,5	50,2±4,7	>0,05	2,2±0,1	2,2	2,3±0,2	2,3	>0,05
После эксперимента								
Вбр	41,4±4,1	39,0±3,6	>0,05	2,8±0,3	2,7	2,9±0,2	2,9	>0,05
Пр	90,4±5,7	101,2±5,6	<0,05	4,1±0,4	4,1	4,4±0,2	4,4	<0,05
Пер	155,2±5,7	164,2±5,1	<0,05	3,7±0,2	3,6	3,9±0,2	3,9	<0,05
Вед	35,6±5,5	44,4±2,9	<0,05	3,4±0,4	3,5	3,9±0,2	3,9	<0,05
Обв	36,8±4,0	44,4±2,9	<0,05	3,3±0,4	3,4	3,9±0,2	4,0	<0,05
Отб	86,8±2,8	89,0±1,7	<0,05	2,6±0,2	2,5	2,7±0,2	2,8	<0,05

Пдб	72,6±2,4	77,8±3,2	<0,05	3,7±0,3	3,7	4,1±0,1	4,1	<0,05
Бр	52,6±5,0	60,4±3,8	<0,05	2,3±0,2	2,4	2,6±0,1	2,6	>0,05
Примечание. ТТД – тактико-технические действия; Кгр – контрольная группа; Эгр – экспериментальная группа; Вбр – Вбрасывание; Пр – Приём; Пер – Передача; Вед – Ведение; Обв – Обводка; Отб – Отбор; Пдб – Подбор; Бр – Бросок								

Также обращает на себя внимание результат эффективности бросков, согласно которому хоть и произошли качественные изменения, но не на статистически значимом уровне (при P>0,05). Отсутствие статистически достоверного прироста данного компонента игры можно объяснить тем, что недостаточное развитие силовых способностей 9-10-летних хоккеистов не позволяет им с достаточной эффективностью выполнять броски по воротам со средней и дальней дистанции, что в значительной степени снижает их эффективность. Однако, несмотря на это, основываясь на полученные данные можно утверждать, что предложенная нами методика в значительной степени повлияла на стабильность и вариативность индивидуальных тактико-технических действий хоккеистов ЭГ.

Таким образом, предложенная нами методика обучения индивидуальным тактико-техническим действиям способствовала повышению уровня психофизиологических показателей, технической и игровой подготовленности хоккеистов экспериментальной группы.

Список литературы:

1. Варданян, В. Т. Методика обучения индивидуальным тактико-техническим действиям хоккеистов 9-10 лет на основе ситуативных задач / В. Т. Варданян, В. В. Козин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 6 (184). – С. 45-53. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2020.6.p45-53. – EDN BICSNN.

2. Варданян, В. Т. Обучение индивидуальным тактико-техническим действиям хоккеистов 9-10 лет на основе конструирования ситуативных задач: специальность 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры": диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / В. Т. Варданян. – Санкт-Петербург, 2021. – 233 с. – EDN MTWWVT.3.

3. Зиганшин, О. З. Наиболее трудные участки хоккейной площадки для реализации индивидуальных тактико-технических действий хоккеистов команды "Лидер-2011" / О. З. Зиганшин, П. Д. Попов, Ф. А. Подкопаев // Инновации. Наука. Образование. – 2021. – № 45. – С. 471-474. – EDN BUYVWL.

4. Зималин, Д. С. Особенности подготовки юных хоккеистов / Д. С. Зималин, В. В. Аржаков, Д. И. Шатный // Сборник статей Итоговой научной конференции военно-научного общества института за 2021 Г.: материалы Итоговой научной конференции, Санкт-Петербург, 16–17 марта 2022 года. Том Часть 2. – Санкт-Петербург: Военный институт физической культуры, 2022. – С. 13-16. – EDN QNWKWX.

5. Савин, В.П. Теория и методика хоккея: Учебник для студентов высших учебных заведений / В.П. Савин. – М.: Академия, 2003. – 235 с.