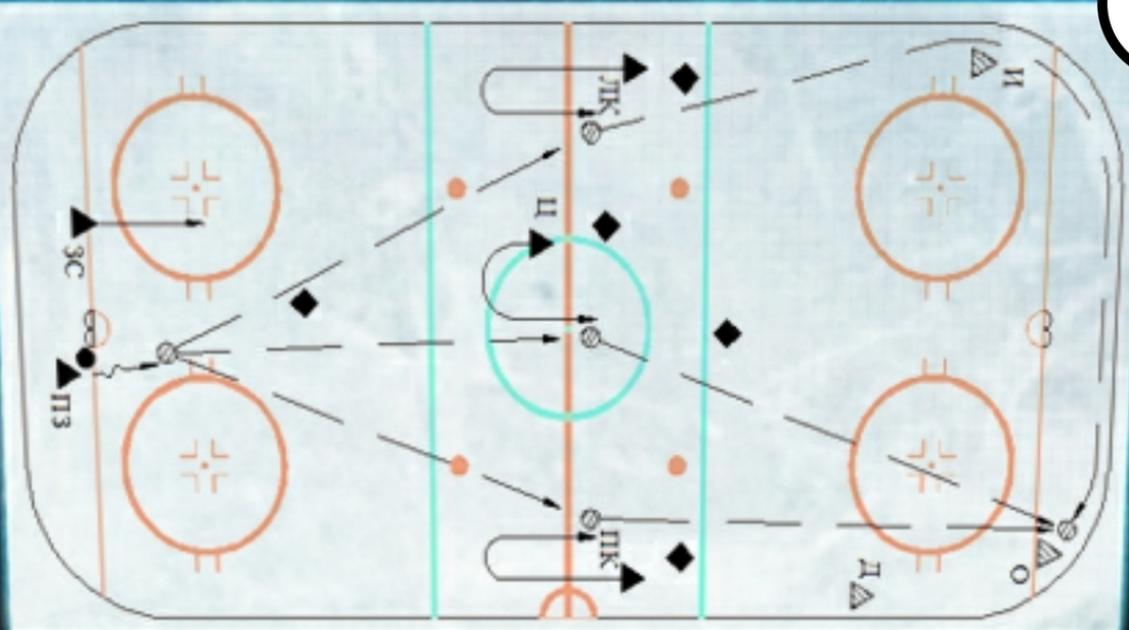


12+



# ШАЙБА ДЛЯ ЧАЙНИКОВ

15 схем геометрии шайбы

Сергей Рубе

**Шайба для чайников**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

**Рубе С. П.**

Шайба для чайников / С. П. Рубе — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Редакция IV.15 схем геометрии шайбы. Предназначен для молодых хоккеистов, их родителей

# Содержание

Для кого этот учебник?	5
Какие у команды есть ресурсы?	6
15 схем геометрии шайбы	7
15-схем-геометрии-шайбы и есть данный учебник	8
Какие у меня ресурсы?	9
Вступление	10
В чём сила?	11
Принятые обозначения	13
Часть I. Атака	15
Глава 1. Контратака	16
1.1 Выброс шайбы	18
1.2 Сброс давления	18
1.3 Выход	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

## Для кого этот учебник?

Учебник является настольной книгой для молодых хоккеистов и их родителей, включая мам. В том смысле, что позиционируется приятной, лёгкой, всем доступной книгой. Но учебник, всё-таки, инструкция. Инструкция по хоккею с шайбой. Из песни слов не выкинешь: раскат есть раскат, сретение есть сретение – читать инструкции тяжело.

А с учётом моей неакадемичности – понимаю, что при всём моём эго большого учёного у меня отсутствует первичный набор педагогических знаний – в написании лекций, составлении курса лекций, а на их основе написании методичек... Вряд ли, у кого-нибудь получится продраться сквозь набор излагаемых корявым языком знаний с первого раза. И с одного раза. Заранее приношу извинения и прошу быть упорными!

Вас ждёт вознаграждение – данный учебник есть попытка обучения правильного ведения своих дел на основе хоккея с шайбой. Поняв шайбу, как минимум, начнёте понимать игру любого вида спорта:

## **Какие у команды есть ресурсы? Какими инструментами пользуется команда?**

Два вопроса, которые запускают цепь рассуждений:

- Ресурсы нужны инструментам?
- Инструменты используют ресурсы?
- Если нет, что проще поменять: найти нужный ресурс или взять необходимый инструмент?

В шайбе, чтобы ответить на два вопроса, нужно понимать

## **15 схем геометрии шайбы**

15-схем-геометрии-шайбы являются ватерлинией понимания шайбы. Не знаю, почему пятнадцать? – схем на самом деле больше, но шутливо сокращаем, потому что схемы постоянно напоминают друг друга. Что существенно упрощает их запоминание, понимание и принятие. Все эти схемы есть в учебнике.

## **15-схем-геометрии-шайбы и есть данный учебник**

Начав со схем, перейдёте к теоретическим вопросам:

- режим Авангарда – ОДИ;
- плотность – культура паса;
- давление – игра первым номером.

И поймёте два вопроса, сначала в шайбе, а затем везде:

**Какие у меня ресурсы?  
Какие у меня инструменты?**

Удачи!

## Вступление

Шайба – уникальный мужской вид спорта, прообраз вооруженных сил<sup>1</sup>.

Во-первых, как война не женское дело, так и шайба не для идеальной половины человечества. И дело не только в разрешённых правилами игры драках, в современном мире шрамы украшают не только мужчин. А и потому что зрелищность игры базируется на расколах из-за постоянных стыков, выполняемых в большинстве случаев грудной клеткой, пусть и защищённой. Кормящая грудь – символ женственности, противоречит красоте игры.

И если драки теоретически запретить можно, то стыки нельзя, потому что они, являясь идеальным балансом дозволенного в единоборствах, уравнивают шансы атакующих и сопротивляющихся в средствах ведения игры<sup>2</sup>.

Во-вторых, в шайбе из-за 15-схем-геометрии-шайбы существует пересечение расцвета физических сил с умственными и с опытом. Что может быть только после 25 лет, возраста завершения формирования лобной части коры головного мозга – спортивный возраст в шайбе совпадает с призывным на войну.

В-третьих, мужчина оторван от своих естественных условий существования. Как в армии солдаты воюют во всех средах: на суше, в море и в воздухе. Так и в шайбе передвижение на коньках не является естественным для человека – нужно приспособлять своё тело к условиям среды<sup>3</sup>.

В-четвёртых, результат достигают с помощью оружия и брони – клюшек, шайбы и защитного обмундирования.

В-пятых, победа достигается коллективизмом. С одной стороны, выстроенная армейская иерархия: генеральный (тренерский) штаб, службы тыла (обеспечение команды), призывная комиссия (скаутские службы), воинские звания (капитан команды, помощники капитана), дедовщина. С другой стороны, сами солдаты (шайбисты) имеют разные рода войск: нападающие-защитники-вратарь, и разную квалификацию:

организатор-диспетчер-исполнитель (нападающие);  
полузащитник-столп (защитники).

Таким образом, шайба – современный турнир рыцарей-крестоносцев. Игра, в которой две армии с парой дюжин мужчин, закованных в латы, на своих конях-коньках, с копьями-клюшками в руках, в самом расцвете физических и умственных сил, опыта и веры встречаются с целью разбить соперника и разорить его дом<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Шайба – вид спорта, слово мужского рода; снаряд игры, слово женского рода.

<sup>2</sup> Тарасов А. В. Детям о хоккее: 2-е изд., испр. и доп. /А. В. Тарасов. – М: Сов. Россия, 1986 – 208с., ил.

<sup>3</sup> Смушкин Я. А. Искусство фигурного катания на коньках /Я. А. Смушкин. – М: Сов. Россия, 1967 – 230с., ил.

<sup>4</sup> В базовом языке выражение труднодоступно, поскольку метонимично: гол или, по-русски, взятие ворот – разрушение ворот, ограды – разрушение усадьбы, дома... Тогда как в английском мире вместо выражения взятия ворот используют словосочетание с действием, синонимичным разрушению, связанным непосредственно с домом, – выражение метафорично.

## В чём сила?

В чём суть нашей игры? В плотности! Плотность, темп, игра в касание, режим Авангарда... находятся на пересечении скорости и контроля. Мы увеличиваем скорость движения игроков (вертикальный шайба) и развиваем культуру паса (горизонтальный шайба).

Вертикальный шайба и горизонтальный образуют координатную плоскость геометрии шайбы. Горизонтальный шайба – комплекс мероприятий по увеличению мощи своей атаки. Вертикальный шайба – комплекс мероприятий по снижению силы сопротивления соперника.

Контакт с ведущим шайбу есть простейшее единичное технико-тактическое действие (ТТД). Чем чаще контакт происходит, тем выше плотность игры. Является простейшим ТТД, потому что не имеет негатива – у контакта нет отрицательного результата. В первую очередь важно само по себе общее количество попыток, и только во вторую – *отношение* успешных отборов шайбы, перехватов к общему количеству попыток. Генерация контакта – цель игры! Если в звене все нападающие имеют плотность оперативных действий числом равным 8,15, то звено не пропускает<sup>5</sup>.

Как показывает практика, такое среднее количество ТТД в матче за минуту нахождения на площадке близко к предельному результату концентрации человека, и не всем достижимо. Поэтому работать – это одеться на игру и достичь числа Бринзы. Как минимум, вступая в единоборства. Если вы без шайбы, подкатывайтесь и вступайте в единоборство, получив шайбу, если ситуация благоприятна, идите в обыгрыш, а лучше передачей уничтожайте контакт соперника. Команда с превосходящим количеством контактов, доминируя, как правило, побеждает.

Что касается тактики, то базовыми принципами её построения в командных игровых видах спорта являются разрешённый уровень контакта и длина площадки.

В плане контакта, шайба построен на идеальном балансе дозволенного при сопротивлении. Что позволяет равнозначно задействовать все физические качества человека<sup>6</sup>. Даёт возможность строить команду не только путём арифметической прогрессии, но и геометрической – не только линейно увеличивая количество уникальных и абсолютно разноплановых звёзд, но и степень их командного взаимодействия, применяя в тактике их разноплановость и взаимодополняемость.

В плане длины площадки...

Если время прохождения площадки в длину сравнимо с периодом максимальной работы<sup>7</sup>, то количество голов, созданных в позиционной атаке, на порядок выше количества голов, создаваемых в атаках с ходу. В этом случае чаще побеждает команда, в которой больше атакующих игроков. Иначе динамичные проходы середины площадки оказывают существенное влияние на результат. Побеждает команда, в которой больше оборонительных игроков. Ледовая площадка длиной<sup>8</sup> 60 м относит шайбу к видам спорта с приоритетом контратаки. Поэтому все играют строго от обороны!

Но из-за реализации большинства количество голов, забиваемых при позиционном розыгрыше, всё равно больше, чем в атаках с ходу. Однобокий упор в тренировках на темп без позиционного удержания шайбы приводит к напрасной трате сил при строгой манере игры соперника в случае предоставления ему форы. Кто не умеет создавать локального числен-

---

<sup>5</sup> Бринза В. В., Моисеев Ю. И., Агеев В. И. Комплексная оценка действий хоккеистов./ Хоккей: Ежегодник-1984 – М.:ФиС,1984. – 78с., ил.

<sup>6</sup> Васильков А. А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А. А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование)

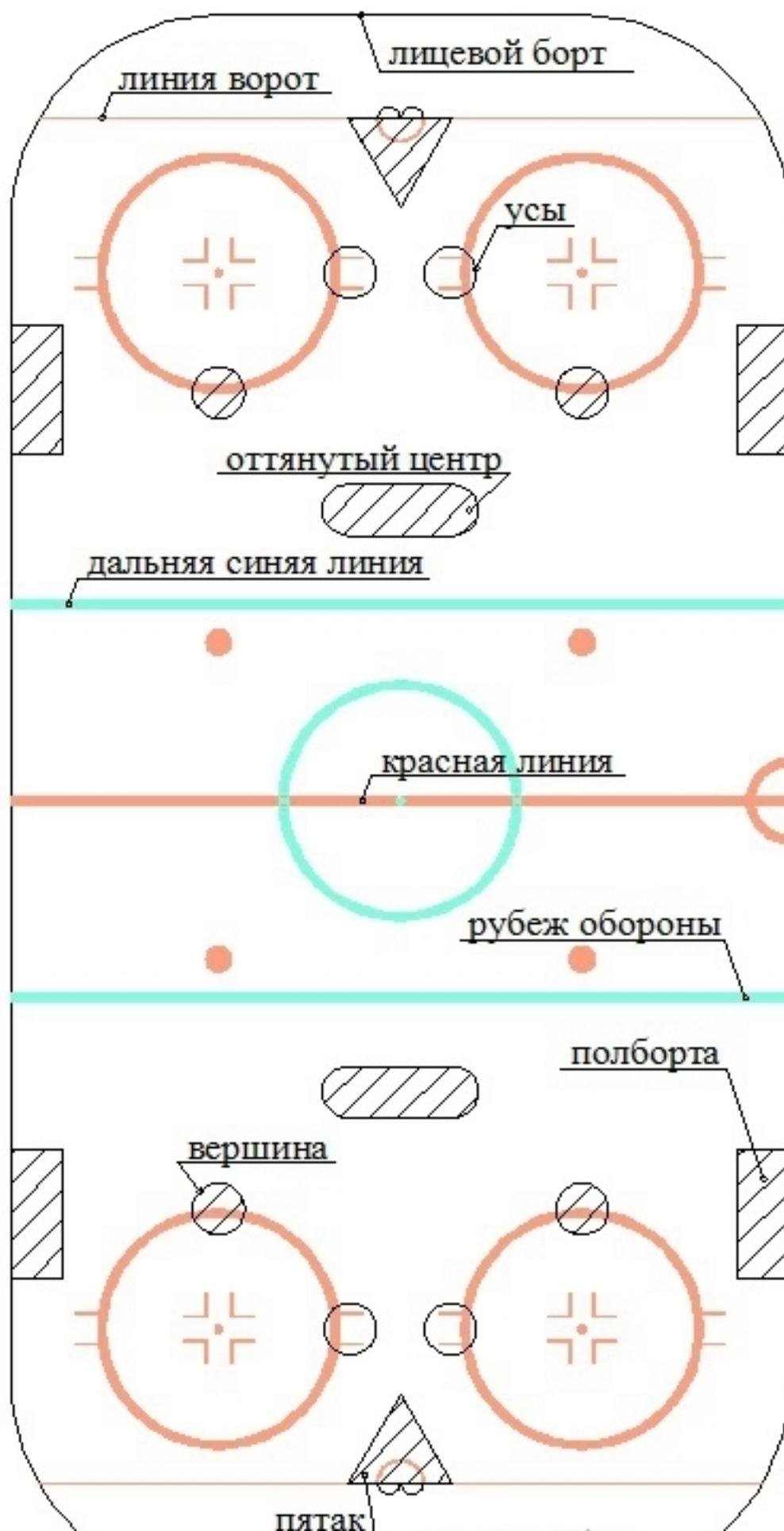
<sup>7</sup> Янсен П. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость: Пер. с англ./П. Янсен. – Мурманск: Тулома,2006 – 160с.

<sup>8</sup> Правила игры в хоккей 2014/2015 /КХЛ – М.:ИД Флюид ФриФлай, 2014 – 176с.

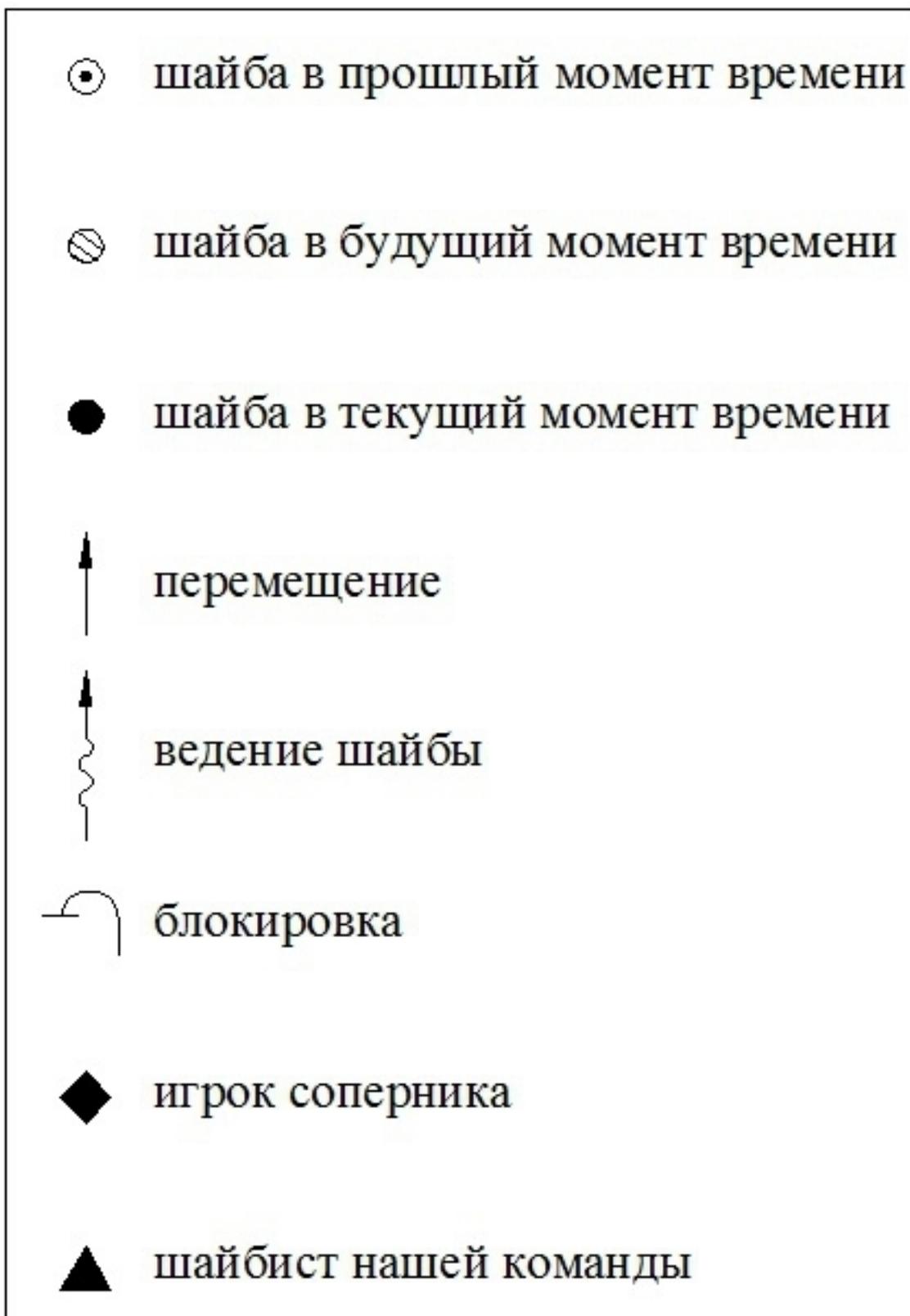
ного преимущества, атакует в численном меньшинстве, 5х6, поскольку вратари не участвуют в наступлении, хотя и набирают баллы за результативность. Поэтому нужны двусторонние шайбисты, выдерживающие высокий темп игры.

Резюмируя, обратим внимание на трудовую этику в нашем виде спорта. Следует чётко определять слова «работа» и «отработка». Раз шайба контактный вид спорта, то все *работают* на оборону. И *отрабатывают* контракт, то есть отдают передачи и забивают голы. Глаголы «доработать» – про сопротивление, «поддержать» – про атаку.

## Принятые обозначения



На чертежах полное закрашивание соответствует начальному моменту времени, штриховка – будущему. Линии, оканчивающиеся стрелками обозначают движение игроков и шайбы; движение с волнистой линией обозначает ведение шайбы.



## **Часть I. Атака**

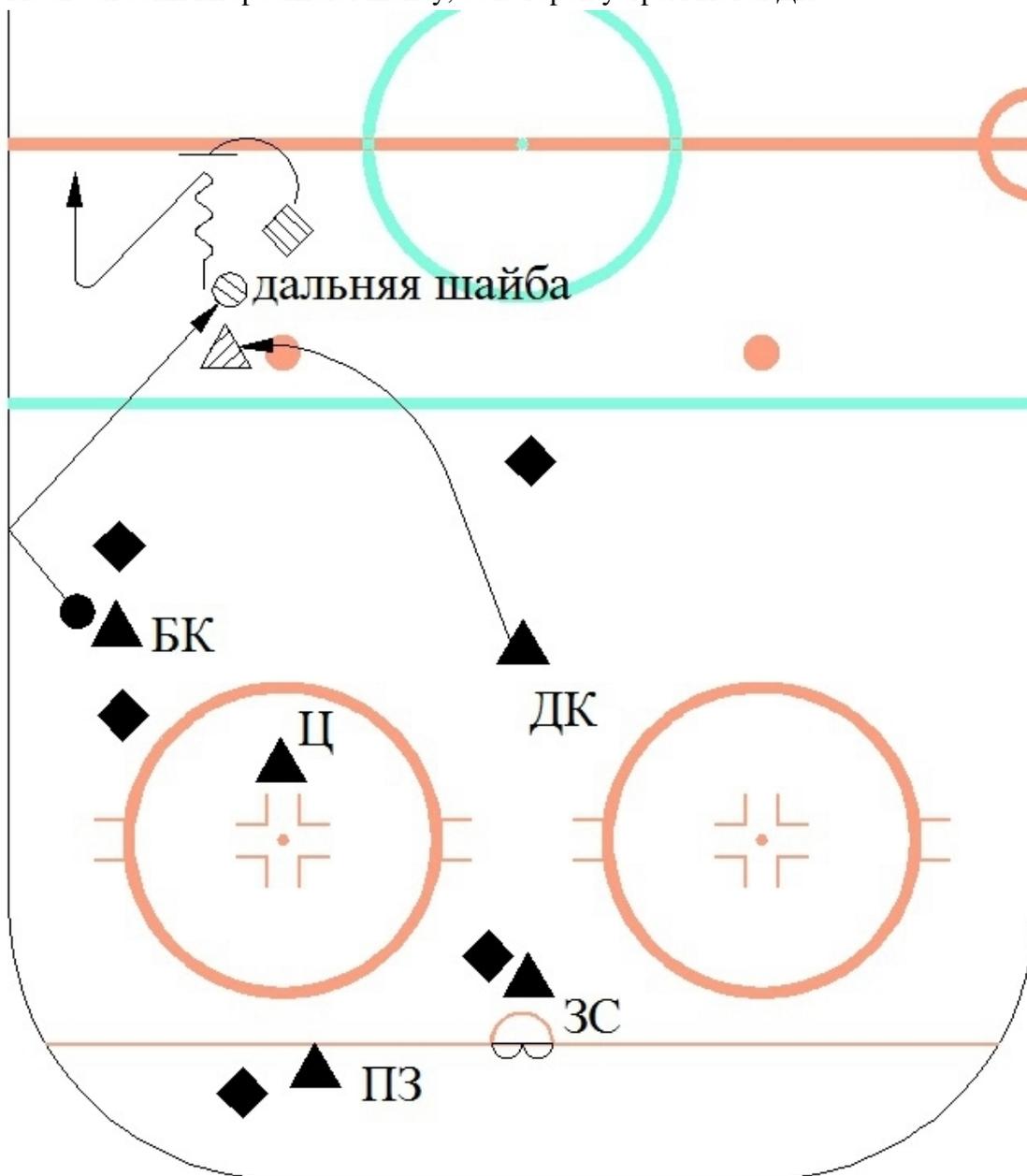
Атака – это главная задача любой команды. В шайбе нет счёта 0:0. «Не забивая, нельзя выиграть!» – вся команда должна поддерживать атаку. Отрабатывать через не могу. Всегда!

## Глава 1. Контратака

Чтобы осуществить контратаку нужно быть всегда готовым к ней<sup>9</sup>. Быть подвижным, мобильным, в любой момент быть готовым побороться за *дальнюю шайбу*.

### Борьба за дальнюю шайбу

Из своей зоны выбрасывают шайбу, за которой устремляется ДК



И нужно создавать условия для контратаки – нужно разрывать плотность соперника между линиями защиты и нападения. Край, преждевременно выкатываясь из обороны, должны дергать защитников соперника – выполнять роль поплавок, забрасываемых под дальнюю синюю линию<sup>10</sup>.

<sup>9</sup> Как тут не вспомнить девиз пионеров: Будь готов? – Всегда готов!

<sup>10</sup> При получении форы в матче, возможно, стоит сыграть по зонам (*ступенями* или *лесенкой*), то есть каждую зону покидать только совместно с шайбой.



1.2) соперник играет осторожно и грамотно откатывается. В этом случае сбрасывают давление и меняют состав – *сброс давления*;

1.3) силы есть и есть возможность убежать в контратаку. В этом случае организуют *стандартный выход с шайбой из обороны* в благоприятных для проведения атаки с ходу условиях – *выход*.

## 1.1 Выброс шайбы

Игрок обороны либо выполняет щелчком жёсткую передачу пока поплавок пытается коснуться, подправить шайбу или принять и вбросить за красной линией, либо мягко навешивает шайбу *парашютом* в направлении откатывающегося спиной защитника соперника и накатывающегося лицом к чужим воротам поплавок, заставляя тем самым защитника соперника нервничать и отбрасываться.

## 1.2 Сброс давления

Если соперник откатывается или ввиду его не плотного построения в наступлении есть чистый лёд, то либо поплавок, уверенно приняв шайбу, делает обратный пас защитникам, свободным от опеки, либо коротким перепасом, начав выход, в итоге уводят шайбу за свои ворота.

## 1.3 Выход

Существуют пять комбинаций выхода: две комбинации выхода по флангам, по *сильному* или *слабому* борту и три комбинации выхода через центр зоны, по (средней) полосе.

Первоначальное расположение:

ДК – дальний край. Крайний нападающий, работающий по позиции среднего-дальнего пятака.

БК – ближний край. Крайний нападающий, работающий по позиции полборта, на середине ближнего к шайбе длинного борта.

Ц – центр. Центральный нападающий или нападающий оборонительного плана – нападающий оси обороны. Первоначально следит на западающим на вершине (круга вбрасывания).

ЗС – защитник-столп. Защитник с прекрасными навыками ведения силовой борьбы – столп обороны, расчищающий пятак.

## **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.