

В.Е. Соловьев
В.А. Ватутин

Хоккей с мячом





АЗБУКА СПОРТА



Вступление
Немного истории
Вот что такое хоккей с мячом
Ты и команда
Слабых на льду нет
С чего же ты начнешь?
Техническая подготовка
Кем ты будешь на поле?
Сборная, которая не знает поражений
Тактика игры
Сильнейшие клубы по хоккею с мячом
Стреляющие клюшки
Как организовать тренировочные занятия
Чудо-приз — награда сильнейшим
Правила игры
На лед зовет «Плетеный мяч»
В добрый путь!



АЗБУКА СПОРТА



В.Е.Соловьев, В.А.Ватутин

Хоккей с мячом



МОСКВА «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» 1980

ББК 75.579
С60

С60 Соловьев В. Е., Ватутин В. А.
Хоккей с мячом.— М. : Физкультура и спорт,
1980.— 111 с., ил.— (Азбука спорта).

Эта книга своего рода самоучитель игры в хоккей с мячом. Написали ее заслуженный мастер спорта СССР, пятикратный чемпион мира Вячеслав Соловьев и журналист Владимир Ватутин. Авторы знакомят читателя с основами техники и тактики увлекательной и полезнай игры, рассказывают о прославленных хоккеистах, раскрывают секреты их мастерства.

Книга адресована подросткам. Она поможет им стать здоровыми, сильными, ловкими, мужественными.

60902—012
С009(01)—80 60—80

ББК 75.579

7А8.6

4202000000

© Издательство «Физкультура и спорт». 1980 г.

Вступление

Мы хотим рассказать вам, юные любители спорта, о хоккее с мячом. Его по праву считают старшим братом хоккея с шайбой и хоккея на траве — этих сравнительно недавно «прижившихся» в нашей стране разновидностей хоккея.

Хоккею с мячом, или русскому хоккею, как его часто называют, больше 80 лет, но он не стареет, радует молодым задором, удачью, быстротой. Он, как и прежде, популярен на огромной территории необъятной советской страны.

Около 300 тысяч людей самого различного возраста увлекаются хоккеем с мячом. Более 5 тысяч ледовых полей заливают ежегодно для тех, кто любит игру с оранжевым мячом. Этот вид спорта, соревнования по которому всегда проводятся на открытом воздухе, поистине дарит бодрость, здоровье. Множество массовых турниров по хоккею с мячом проводятся в стране. Как правило, первое боевое крещение ребята получают

Сборная СССР по хоккею с мячом — 11-кратный чемпион мира.



во всесоюзных соревнованиях — розыгрыше приза клуба «Плетеный мяч». А лучшие из них едва ли не каждый год пополняют сборную СССР — уникальную команду, которая на всех 11 чемпионатах мира неизменно оказывалась сильнейшей. Многие наши чемпионы — капитан сборной СССР Владимир Плаунов, Александр Сивков, Валерий Эйхвальд, Владимир Янко, Владимир Тарасевич, Сергей Ломанов и другие — были в свое время и обладателями «золота» юниорского первенства мира.

В этой книге вы узнаете о том, как развивался хоккей с мячом, о своих первых шагах в спорте. О секретах техники и тактики хоккея расскажут наши лучшие мастера. Эта книга расскажет вам, юные друзья, как организовать свою команду, научит, как провести тренировки, разъяснит правила игры.

Надеемся, что азбука хоккея с мячом поможет каждому из вас воспитать в себе качества стойкого бойца, трудолюбивого, умелого человека, отличного товарища.

Успехов вам, юные друзья спорта!





Немного истории

День рождения на «Северном катке»

Кто первым и когда придумал хоккей — неизвестно. Однако игру, очень похожую на хоккей, знали еще в Древней Греции. Об этом свидетельствуют барельефы, созданные в V—IV веках до нашей эры. Играли в хоккей и в Древней Армении. По всей вероятности, это была игра, сходная с современным хоккеем на тра-

ве. Известно, что в середине XVI века в Голландии уже играли в хоккей на льду. В России при Петре I игры на льду с клюшкой и мячом были очень популярны.

Первое официальное состязание в России было проведено на «Северном катке» в Петербурге 8 марта 1898 г. Эта дата признана датой рождения

русского хоккея. Таким образом, хоккею с мячом в нашей стране более 80 лет.

К 1900 г. в Петербурге уже насчитывалось 8 хоккейных команд. А с 1902 г. начали проводиться ежегодные состязания на переходящий кубок.

В 1905 г. появились первые хоккейные команды в Москве: «Сокольнический клуб спорта», «Британский клуб спорта», «Московский речной яхт-клуб».

В Петербурге создается лига хоккеистов, начинаются ежегодные состязания на первенство города. Тогда же состоялись первые международные встречи русских хоккеистов. Сильнейший петербургский клуб «Юсуповцы» выезжал в Германию, Норвегию и Швецию, где провел восемь встреч. Шесть встреч «Юсуповцы» выиграли, одну проиграли и одну сыграли вничью.

В 1912 г. в Москве создается хоккейная лига, начинает разыгрываться чемпионат города. К этому времени хоккейные команды появились в Харькове, Твери (ныне Калинин), Владивостоке, Риге, Архангельске, Новгороде и во многих других городах.

Но лишь после Великой Октябрьской социалистической революции хоккей в нашей стране принял поистине массовый характер. В 1922 г. впервые было проведено первенство Российской Федерации. В финале москвичи победили хоккеистов Твери со счетом 7:1.

В 1924 г. был проведен II чемпионат РСФСР. Звание чемпионов перешло к ленинградцам. Они подтвердили его и в III чемпионате в 1926 г.

Любопытно, что хоккей с мячом был популярен и у женщин. Впервые матч женских команд состоялся на Патриарших (ныне Пионерских) прудах в Москве еще в 1925 г., затем регулярно проводились игры на первенство страны, встречи женских команд Москвы и Ленинграда.

«Гаги» на «английский спорт»

Трудно, но тем не менее бурно в 20-е годы развивался хоккей. Ключики и даже коньки игроки изготавливали сами. О коньках «хаген», или «гагах», как их запросто называли, только мечтали. Их в то время было всего... одна пара — у нападающего из команды «Яхт-клуб» В. Михайлова. Остальные хоккеисты пользовались «английским спортом».

Но тем не менее в 20-е годы ребята, жившие в самых различных уголках нашей необъятной Родины, были влюблены в хоккей так же, как затем мальчишки 50-х годов полюбили хоккей с шайбой.

Поначалу в ведущих командах Москвы и Ленинграда большинство игроков составляли теннисисты. Но в 1923 г. в хоккей заиграли футболисты, понявшие, что русский хоккей является отличной подготовкой к каждому футбольному сезону.

Особенно интересной игра стала, когда ведущие команды получили хорошие коньки. Нельзя было без восхищения смотреть на стремительную атаку пятерки нападения. На хоккей стали ходить десятки тысяч людей. Мальчишки очень быстро овладевали этой игрой, так как всегда тренировались рядом со старшими хоккеистами клубных команд. Игроки этих команд любовно передавали молодежи свой опыт.

В 20-е годы сильными коллективами считались «Яхт-клуб», «Красный луч», «Моссовет». Начинали матчи с раннего утра. Вспоминается счет 32:0 в игре четвертых команд двух клубов. Выиграли «Совторгслужащие» — клуб, где вырос известный советский футболист и хоккеист Михаил Якушин.

Самыми интересными событиями того времени были матчи сборных команд Москвы и Ленинграда, которые проводились дважды в сезон. Долгое время ленинградцы были непобедимы. В команде выступали действительно сильнейшие мастера, такие, как П. Батырев, М. Бутусов,

П. Филиппов, К. Егоров, В. Воног, Вал. Федоров. Но с приходом в московскую сборную футболистов братьев Старостиных, А. Игумнова, М. Якушина, С. Кривоносова превосходству ленинградцев был положен конец.

Хоккей с каждым годом развивался. Появились новые коллективы в Москве: «Динамо», ЦДКА, «Пищевик», «Буревестник», «Красная Роза», «Трехгорка», «Серп и Молот» и другие. Быстро шагал хоккей и по городам Урала и Сибири.

Шайба принимает эстафету

В 1930 г. сборная Москвы встретилась с рабочей командой Финляндии. Уже тогда «добрый молодец», хоккей с мячом, имел игроков высо-

кого класса. Затем, в конце 40-х годов, когда появился хоккей с шайбой, русский хоккей дал возможность в кратчайший срок освоить новую игру. Ведь первые классные игроки в хоккей с шайбой — это выходцы из русского хоккея: В. Бобров, А. Тарасов, Е. Бабиц, А. Стританов, И. Новиков, З. Зикмунд, П. Коротков, Б. Соколов и многие другие.

Так что без преувеличения можно сказать, что основы побед в хоккее с шайбой заложили мастера русского хоккея. Много ярких мастеров было воспитано в клубах. Один М. Якушин, забивший около 350 мячей, чего стоил!

Первый чемпионат страны среди сильнейших команд состоялся в 1936 г. Победителями стали московские динамовцы.

Так «добрый молодец» рос не по дням, а по часам.





Вот что такое хоккей с мячом

**Хоккей — это праздник и...
борьба**

Морозное февральское утро 1973 г. Еще тихо в старинном Петровском парке столицы, где «поселился» известный на всю страну стадион «Динамо». В выходной день город встает попозже, но стадион не спит. Мерно, круг за кругом чертят по льду главной арены снегоуборочные машины, после которых начинает блестеть лед.

Рабочие устанавливают на высоченных опорах разноцветные флаги. «Раз, два, три...» — пробует голос огромных репродукторов радист. Открываются окошечки касс стадиона у входа в метро. В пресс-центре под трибуной появляются первые журналисты. «Динамо» готовится к большому событию — сегодня здесь стар-

тует VIII чемпионат мира по хоккею с мячом.

...Быстро движутся стрелки часов на огромном табло у Западной трибуны, и вот уже потекли на принарядившийся стадион живые ручейки зрителей. Их сегодня так много! Четыре сильнейшие команды — сборные СССР, Швеции, Финляндии и Норвегии — собрались в нашей стране, чтобы поспорить за чемпионские медали. До сих пор неизменно побеждала советская команда. А как сейчас? Что нового скажут молодые шведы, чем удивят финны, есть ли сюрприз у норвежцев? Гудит, волнуется стадион, притоптывают на морозе болельщики.

...12 часов. Раздается перезвон Кремлевских курантов. Звучат фанфары, и на лед первой выезжает норвежская команда. Зрители тепло встречают посланцев Скандинавии. Еще минута. Под бодрую мелодию «Летки-енки» выкатывается на поле сборная Финляндии, веселый марш сопровождает выход команды шведов.

Последними предстают перед зрителями хозяева чемпионата — сбор-

ная СССР. Звучат приветственные речи, а затем многократные чемпионы мира Валерий Маслов и Николай Дураков поднимают флаг первенства. Оркестр исполняет Гимн Советского Союза. Чемпионат мира открыт, и через мгновение на стадион въезжает лихая русская тройка. Симпатичные московские девчата привезли на ней традиционные хлеб да соль гостям. Аплодирует довольный стадион. Юные хоккеисты преподносят мастерам алые гвоздики. Праздник, что и говорить!

Торжественная церемония открытия турнира заканчивается. Опустело, стало идеально чистым ледяное поле. Судьи вызывают на центр участников первого матча чемпионата — сборные СССР и Норвегии.

Пусть это не самый важный матч. Главные матчи не сыграны. Но если бы эти 90 минут понадобились для того, чтобы показать хоккей с мячом во всем блеске, проявить все самые яркие черты игры, не оставляющей

На празднике открытия чемпионата мира



равнодушным никого — от мала до велика, то матч открытия именно стал таким. Как ученые-графологи по почерку человека могут сказать о его характере, так и здесь следы оранжевого мяча на льду рисуют всю яркую картину жизнерадостной, размашистой игры.

Уже на пятой минуте нападающий нашей сборной Валерий Бочков получает от Евгения Горбачева точную передачу с углового удара, сильно бьет низом. Гол! Потом Валерий расскажет: «Перед матчем мы договорились с Женей, чтобы он при случае подавал угловой на отметку между точкой 12-метрового удара и радиусом штрафной площадки. Он так и сделал, а я был на месте».

Что это? Расчет. Проходит еще 6 минут. Полузащитник хозяев поля Владимир Плавунов в одиночку решительно мчится к воротам, притормаживает в окружении защитников,

получает пас и из-под клюшек опешивших соперников забивает второй гол. Как это назвать? Смелость. Не прошло и 4 минут, как на огромной скорости Георгий Канарейкин промчался по флангу и послал третий мяч в ворота норвежцев. Что это? Быстрота.

Наша команда всеми силами стремится в атаку. Защита ошеломлена. Пас, еще один, удар Канарейкина. 4:0. Это уже натиск.



Анатолий Фролов всегда опасен перед воротами

Атакует Георгий Канарейкин



Анатолий Фролов, виртуозно обыгрывая одного соперника за другим, ведет мяч вперед и забивает еще один гол. Вот что значит техника!

До конца матча дружные атаки нашей команды, мощные, неожиданные удары форвардов, поддержанных игроками других линий, держали в напряжении сборную Норвегии. Но и она подчас опасно наступала. Тогда отважно действовали наши защитники, надежно оборонял свой рубеж вратарь.

К исходу встречи счет был 11:0 в пользу сборной СССР. Ну, как тут не порадоваться такому великолепному разнообразному зрелищу, имя которому — хоккей с мячом!

Стадион — вся страна

...Перенесемся с вами с московского льда в город Первоуральск. В те часы, когда столица так гостеприимно встречала лучшие хоккейные дружины мира, там на крепкий февральский лед вышли мальчишки. В одном конце города на большом поле шел календарный матч первенства города, а во Дворце спорта Новотрубного завода школьники стали хозяевами стадиона под крышей и азартно состязались в очередной товарищеской встрече. Не беда, что площадка оборудована для хоккея с шайбой. Выдумка и желание помогают играть здесь и с оранжевым мячом.

Около 200 детских команд собрали под свое «крыло» юных любителей хоккея с мячом Первоуральска. Лучшие игроки команды мастеров «Уральский трубник», ветераны заводского спорта взяли шефство над ребятами, стали их тренерами. Много лет выступал на ледяном поле отжигальщик пятого цеха И. Фролов, был чемпионом страны. А когда с годами повесил коньки на гвоздь, взялся в свободное время обучать детские группы. За успехи в подготовке юных хоккеистов ему присвоено звание заслуженного тренера РСФСР.

Трижды становились чемпионами страны юные воспитанники другого наставника ребят, также заслуженного тренера РСФСР, И. Яговитина. Много отличных учеников и у других бывших хоккеистов, ныне тренеров молодежи, — С. Старченко, Л. Козлачкова, П. Кодочигова... Это с их помощью первоуральцы уже много лет проводят каждую зиму популярный среди ребят турнир «Ключика чемпионов», где главный приз украшен автографами прославленных уральских мастеров хоккея.

— Мы не случайно стараемся привлечь в спортивные секции как можно больше детей рабочих и служащих нашего коллектива, — говорит директор Первоуральского новотрубного завода Герой Социалистического Труда Федор Александрович Данилов. — Занимаясь хоккеем, они не только закаляются физически, что очень важно. В своих первых командах они играют рядом с такими же юными заводчанами, тренируются у наших лучших спортсменов — передовиков труда, лучше узнают жизнь большого завода, с детских лет заботятся о его чести. В этом серьезная воспитательная роль хоккея. Воспитанников детских команд через несколько лет можно увидеть у станка в наших современных цехах, а в часы досуга — в спортивных секциях, где они сами становятся воспитателями молодого поколения первоуральцев.

...Интересным выдался этот день и для юных хоккеистов другого уральского города в той же Свердловской области — Нижнего Тагила. С утра во дворах зазвенел лед под ногами ребят, гоняющих плетеный мяч. Городу этому многим обязан наш хоккей. Здесь в одной из самодеятельных детских команд начал играть семикратный чемпион мира, один из самых знаменитых наших спортсменов Николай Дураков, награжденный золотой медалью Международной федерации хоккея с мячом «За выдающиеся заслуги в развитии мирового хоккея».

Здесь же вырос и лучший бомбардир московского первенства мира Анатолий Фролов, начинавший играть в хоккей в школьных командах. В Нижнем Тагиле познакомились с русским хоккеем пятикратный чемпион мира Виктор Шеховцев, а также Юрий Варзин, на счету которого четыре золотые медали. В составе местного «Металлурга» выступал Павел Пологов, впоследствии военный летчик, Герой Советского Союза.

Да, тут на Урале, хоккей с мячом заполонил сердца любителей спорта. А в нескольких других городах нашей необъятной страны нашел оранжевый мяч своих приверженцев! Архангельск и Мончегорск, Куйбышев и Горький, Омск и Красноярск, Ульяновск и Калининград, Свердловск и Алма-Ата, Хабаровск и Новосибирск едва ли не каждую неделю собирают на своих лучших стадионах многочисленных поклонников увлекательной игры.

Наш верный друг

Говорит Герой Социалистического Труда, мастер спорта по хоккею с мячом Владимир Сергеевич Филиппов.

— В юности я занимался легкой атлетикой, лыжами, плаванием, но особенно полюбился мне хоккей с мячом. Играл сначала в юношеском, а после небольшого перерыва и в основном составе московского «Динамо» и калининградского «Вымпела». Оранжевый мяч на долгие годы сохранил мне здоровье, бодрость и хорошее настроение.

Много лет мне пришлось работать мастером в московском производственно-техническом училище № 40, теперь я директор другого такого учебного заведения и все это время стремлюсь, чтобы в большую жизнь от нас уходили после училища закаленные, физически крепкие и сильные духом ребята.

А вот что рассказывает прослав-

ленный футбольный вратарь московского «Динамо» и сборной СССР, олимпийский чемпион, обладатель Кубка Европы Лев Иванович Яшин.

— Парнишкой я долго раздумывал, чему отдать предпочтение — футболу или хоккею с мячом... Летом вставал в футбольные ворота, а в зимние месяцы выходил с коньками на лед. Говорят, был неплохим хоккеистом. С годами совмещать два вида спорта стало труднее, и я ушел на зеленое поле. Хоккей дал мне хорошее чувство реакции, решительность, закалил физически. До сих пор испытываю теплые чувства к хоккею, внимательно слежу за играми родного московского «Динамо». А в 1977 году мне пришлось возглавлять нашу сборную на X чемпионате мира в Норвегии. Вместе с хоккеистами переживал ход каждого матча, особенно волновался на последней игре со шведами. После первого тайма шведы вели 2:1, но наши не только сравняли счет, но и победили.

А теперь послушаем дважды Героя Советского Союза Виктора Николаевича Леонова.

— В нашем отряде морских разведчиков были молодые бойцы. И каждый из нас не раз говорил «спасибо» спорту за ту великую услугу, что он нам оказал. В опасных боевых походах нам отлично пригодились быстрота, смелость, умение принимать самостоятельные решения, которые воспитали в нас перед Великой Отечественной войной регулярные занятия физкультурой.

Сам я был мастером спорта по лыжам. Среди товарищей по отряду, которым командовал, оказались хоккеисты, футболисты, волейболисты. Чувство локтя, взаимовыручки, приобретенное на хоккейном или футбольном поле, никогда не покидало нас в тяжелые дни боев.

Сейчас в свободное время я частый гость на встречах хоккеистов, у меня среди них много друзей.

Хоккей с мячом. Что может нравиться в этой игре? Хорошо сказал об этом поэт:



На трибунах полушубки,
И румянец на щеках.
Хоть с морозом плохи шутки —
Сколько страсти в игроках!
Сколько удали, раздолья
На искристом, крепком льду!
Зимний день над русским полем
С этой удалью в ладу.
С этим маленьким плетеным
Изворотливым мячом.
Даже солнце с небосклона
Забегит сюда лучом —
Залюбуется игрою,
Не спеша назад скорей.
...Всем нам зимнею порою
Русский нравится хоккей!

Ты и команда

Как создать коллектив юных хоккеистов, советует Геннадий Гореликов — воспитатель ЖЭКа «Октябрь» Кунцевского района Москвы, общественный тренер команды «Текстильщик» — чемпиона и призера московских и всесоюзных соревнований на приз клуба «Плетеный мяч».

— Каждую осень, едва начинается учебный год, в наш ЖЭК «Ок-

Момент игры московского «Динамо» с хабаровским СКА (в центре — полузащитник динамовцев Вячеслав Соловьев)

тябрь» то и дело заглядывают местные ребята. Приходят по двое, по трое, а то и больше, но разговор всегда один: «Хотим заниматься спортом, а больше всего любим футбол и хоккей. Как нам быть?»

В те же дни я иду в соседнюю школу № 801, над которой шефствует объединение «Октябрь», и мы вместе с учителем физкультуры обходим младшие классы. Интересуемся, кто играет в хоккей во дворе, кто хочет серьезно заняться спортом. Вот так каждый сентябрь собираются в нашем ЖЭК тридцать-сорок ребят, которые мечтают стать мастерами хоккея.

Ребята знакомятся, составляют список желающих заниматься, куда заносятся все необходимые данные: фамилии и имена, возраст, домашний адрес, место учебы. Те, кто пришел к нам первыми, — костяк будущей команды. А вслед за ними идут к нам

и их товарищи. Сам я становлюсь тренером моих новых юных друзей.

Перед тем как начать занятия, каждый обязательно проходит медицинский осмотр в школе и получает у врача разрешение на занятия хоккеем.

Вместе с ребятами составляем план занятий, намечаем дни и часы тренировок, определяем, где они будут проходить. Как правило, здесь нам помогают комсомольцы нашего объединения, внимательные и добрые друзья ребят, настоящие шефы.

В первое время тренировки проходят два раза в неделю: проводим кроссы в парке или на стадионе, играем в футбол, настольный теннис, изучаем правила игры в хоккей с мячом. А с приходом морозов все как один на льду Мещерских прудов. Вот тогда-то формируем две-три примерно равные по силам команды, выбираем капитанов. Капитан — фигура в команде самая важная. Это са-

мые инициативные, ответственные среди ребят, пользующиеся авторитетом не только на поле, но и в школе.

Зима — раздолье для хоккея. Мы сами чистим и готовим и поле и «коробку», где играем в хоккей с мячом, тренируемся. Уже в декабре проводим первые соревнования дворовых команд нашего ЖЭКа на приз открытия сезона. А уж после этого турнира начинается первенство ЖЭКа, которое проводим в два круга. Победитель этих соревнований становится участником районных соревнований на приз клуба «Плетеный мяч» (об этом клубе будет рассказано отдельно).

В ЖЭКе «Октябрь» хоккей с мячом имеет богатые традиции. Наш «Текстильщик» несколько раз становился победителем московских городских соревнований на приз клуба «Плетеный мяч». В 1976 г. мы стали чемпионами всесоюзного детского турнира, а через два года заняли почетное 2-е место. В первенстве Москвы сборная, созданная на основе на-

Ребята из команды «Текстильщик»



шей детской команды, становилась чемпионом города среди мальчиков. Многие из ребят уже выступают в составе юношеской команды коллектива физкультуры «Текстильщик», успешно играющей в первенстве столицы.

Наши ребята не ограничиваются хоккеем. Сами строго следят за успеваемостью друг друга в школе, не допускают нарушения дисциплины, «берут на буксир» отстающих. Наши юные хоккеисты — надежная опора учителя физкультуры в организации спортивной жизни в классе, школе, они хорошие помощники взрослым в домашних делах.

Предполагаю, ребята, что не у

всех у вас рядом с домом есть стадион, не везде еще хорошо налажена спортивная работа по месту жительства. Но это не должно вас пугать, если вы твердо решили стать хоккеистами. Побольше инициативы, смело обращайтесь за помощью и советом в ЖЭКи, в комитеты комсомола и советы коллективов физкультуры соседних предприятий, штабы клуба «Плетеный мяч» и спортивные комитеты. Ваше желание там всегда поддержат. А сами не пугайтесь трудностей, умейте залить и разметить поле, подготовить инвентарь и форму, чаще играйте во дворе, действуйте во всем дружно.





Слабых на льду нет

Каждый из вас, ребята, не раз наблюдал за действиями хороших игроков на льду во время состязаний. А приходилось ли вам видеть в эти минуты на ледяном поле слабых, плохо сложенных, медлительных, неуклюжих спортсменов? Наверяд ли. Спорт тем хорош, что при регулярных занятиях помогает стать

сильным, крепким, быстрым, гибким, ловким. Спорт закаляет не только тело, он воспитывает характер, волю, настойчивость. Смелый и находчивый игрок не побоялся пойти в атаку в самой тяжелой ситуации, против нескольких защитников. Быстрый нападающий вихрем убежит от соперника, на высокой скорости



В борьбе за мяч

Не числом, а умением... (Николаю Дуракову не страшны и шесть защитников сборной Норвегии)

обманным движением обыграет другого. Разносторонне подготовленному, выносливому полузащитнику не трудно будет выдержать высокий темп на протяжении всего матча. И, несомненно, не страшна закаленному мальчишке никакая простуда.

Заниматься мне гимнастикой не лень

Все ценные качества приходят не вдруг. Развивать их надо каждый день, а точнее — с утра, делая утрен-

нюю гимнастику. Она принесет вам бодрость на весь день, хотя длится 10—15 мин. Она же поможет развить старательность, настойчивость в достижении цели, упорство, умение организовать свой день.

Заниматься утренней гимнастикой можно с помощью радиоприемника или телевизора, которые регулярно передают комплексы для ребят. Как правило, начинается зарядка с ходьбы. Затем предлагаются еще семь-восемь упражнений: приседания, наклоны вперед, назад, в стороны, повороты, сгибания рук. После них обычно следуют подскоки. Завершаются комплексы зарядки ходьбой с постепенным замедлением темпа. Все 10—15 минут надо следить за дыханием: вдох производится носом, выдох — ртом. Лучше всего делать зарядку на улице, а дома — в проветренном помещении.

Когда комплекс закончился, можно переходить к водным процедурам (обтирание влажным полотенцем, душ или купание), после чего надо хорошо растереться сухим жестким полотенцем. Вы сразу почувствуете, как пропала вялость, сонливость, появились новые силы. Любопытно, что летчики-космонавты Александр Иванченков и Владимир Коваленок во время своего рекордного по продолжительности полета каждое утро 30 минут уделяли гимнастическим упражнениям. Так зарядка поднялась на космическую орбиту.

Поначалу, быть может, и утренняя гимнастика покажется трудной, надоедливой, да и лень ее вроде бы делать. Но настоящий спортсмен без этой помощницы не обходится. Пересильте лень, через каждые две-три недели меняйте, разнообразьте комплексы, и скоро ни один день не пройдет у вас без этой десятиминутки здоровья. А потом вам захочется усложнить ее. Тогда выполняйте упражнения с гантелями весом 1,5—2 кг, с эспандером, скакалкой или приобретенным в аптеке резиновым бинтом. Нагрузки на ваш организм возрастут, а с ними постепенно при-

дут сила, резкость, гибкость. Кстати, упражнения с гантелями и эспандером постарайтесь ввести и в ваши спортивные тренировки в зале, на летней площадке.

Гантели в каждом доме

Предлагаем вам комплекс упражнений с гантелями. Сначала обязательно походите, совершите легкую пробежку. А после каждого упражнения старайтесь расслабить мышцы, восстановить дыхание.

1. И. п. * — ноги врозь, руки с гантелями к плечам, локти прижать. 1—2. Руки вверх (вдох). 3—4. Руки к плечам (выдох). 5—6. Руки в стороны (вдох). 7—8. Руки к плечам (выдох). Повторить 6 раз.

2. И. п. — о. с., ноги врозь. 1—2. Наклон влево, левая рука скользит вдоль туловища вниз, а правая вверх (выдох). 3—4. Руки опустить (вдох). 5—8. То же вправо. Повторить 6—8 раз в каждую сторону.

3. Отложите гантели. 1. И. п. — о. с. Прodelать наклоны головы вперед и назад, влево и вправо, круговые движения. Повторить каждое движение 8 раз.

4. И. п. — ноги врозь, руки с гантелями к плечам. 1—2. Два пружинистых наклона вперед, достать руками носки (выдох). 3—4. И. п. (вдох). Повторить 6—8 раз.

5. И. п. — ноги врозь. 1. Присесть, руки с гантелями вперед (выдох). 2. Встать (вдох). Повторить 6—8 раз.

6. Без гантелей. И. п. — о. с., руки в стороны. Круги руками вперед, а затем назад. Дыхание произвольное. Повторить 8 раз в каждую сторону.

7. И. п. — лежа на спине (на полу, скамейке), руки с гантелями в стороны. 1—2. Свести прямые руки перед грудью (выдох). 3—4. Руки в стороны (вдох). Повторить 10 раз.

* И. п. — исходное положение.

О. с. — основная стойка (стойка ноги вместе, руки внизу).

8. И. п. — лежа на спине, руки (без гантелей) вдоль туловища. 1—2. Поднять ноги до прямого угла (выдох). 3—4. И. п. (вдох). Повторить 10—12 раз.

9. И. п. — о. с. Гантели в согнутых руках. 1—2. Прыжки на левой ноге. 3—4. Прыжки на правой. Дыхание произвольное. Повторить 20 раз на каждой ноге. Затем немного походите, замедляя темп.

В дальнейшем сами ищите новые упражнения.

Издательство «Физкультура и спорт» выпускает серию книг «Гимнастика в комплексе ГТО». В них можно найти много полезных упражнений для развития силы и ловкости.

ГТО — комплекс бодрости и здоровья

Конечно, нет такого мальчишки, который бы не хотел быть настоящим атлетом. Как стать им? Утренняя зарядка хороша, она обязательна, но это не все. Нет сомнения, лучшим помощником в физическом развитии будет для каждого комплекс «Готов к труду и обороне СССР» — ГТО.

Хорошо сказал о комплексе ГТО летчик-космонавт СССР дважды Герой Советского Союза А. А. Леонов: «ГТО сегодня необходим всем: рабочему, студенту, колхознику, воину, космонавту. Это их верный помощник в труде, в непрекращающемся походе за бодростью и здоровьем». Для вас, ребята, предусмотрены самые различные нормативы, а для начала отведены две ступени комплекса.

I ступень — «Смелые и ловкие (для ребят 10—11 и 12—13 лет)

Это своеобразная азбука физической культуры. Освоив ее, вы на долгие годы приобретете очень нужную привычку регулярно заниматься спортом. Лиха беда начало.

Заметим, что, если вы решили стать хоккеистом, а значит, всесто-

ронне развитым спортсменом, нужно ориентироваться в своей подготовке на нормативы золотого значка.

Нормы для мальчиков 10—11 лет. На золотой значок: бег на 30 м — 5,2 сек.; прыжок в длину — 340 см; прыжок в высоту — 105 см; плавание на 50 м — 1 мин. 20 сек.; метание теннисного мяча — 35 м; бег на лыжах на 1 км — 7 мин. 30 сек.

В бесснежных районах: езда на велосипеде на 5 км — 15 мин. или бег на 1 км без учета времени; подтягивание на перекладине — 5 раз.

Чтобы получить золотой значок, необходимо выполнить не менее пяти из этих норм, а две нормы — на уровне требований для получения серебряного значка (это же требование распространяется на ребят 12—13 лет). Кроме того, надо сдать два вида по выбору из пяти предлагаемых: 80-метровая полоса препятствий (4 препятствия), гимнастическое троеборье, 5—6-километровый туристский поход с проверкой туристских навыков, бег на 100 м на коньках — 20 сек., участие в соревнованиях по пяти спортивным играм.

Нормы для мальчиков 12—13 лет. На золотой значок: бег на 60 м — 9,2 сек.; прыжок в длину — 380 см; прыжок в высоту — 115 см; метание теннисного мяча — 40 м; плавание на 50 м — 1 мин. 05 сек; бег на лыжах 2 км — 13 мин., (в бесснежных районах: езда на велосипеде на 5 км — 14 мин. или кросс без учета времени на 1500 м); подтягивание на перекладине — 7 раз.

Кроме того, ребятам этого возраста надо по выбору освоить три из шести видов упражнений: полоса препятствий 80 м (пять препятствий); гимнастическое четырехборье; выполнение требований на значок «Юный турист» и «Юный стрелок»; бег на коньках 100 м — 18 сек.; участие в соревнованиях по восьми спортивным играм.

II ступень — «Спортивная смена» (для подростков 14—15 лет)

На золотой значок: бег на 60 м — 8,4 сек.; прыжок в длину — 450 см; прыжок в высоту — 130 см; кросс на 500 м — 1 мин. 30 сек.; бег на коньках на 300 м — 50 сек.; метание теннисного мяча — 46 м; лыжная гонка на 3 км — 16 мин. 30 сек., (в бесснежных районах лыжи заменяются марш-броском на 2 км или велокроссом на 10 км — 26 мин.); плавание на 50 м — 50 сек.; потягивание на перекладине — 8 раз; 16-километровый туристский поход с проверкой туристских навыков; спортивный разряд (II—III юношеский) по любому виду спорта. Для получения золотого значка нужно выполнить не меньше шести этих норм и две нормы — по требованиям серебряного значка. Так, плавание может быть сдано без учета времени, но и дистанция увеличивается до 100 м, в метании мяча можно ограничиться нормой 38 м.

Овладев ступенью «Смелые и ловкие», начинайте подготовку к освоению ступени «Спортивная смена». От нее путь ведет и к III ступени — «Сила и мужество».

Помните: комплекс ГТО — это ваш друг и помощник на всю жизнь.

Специальная зарядка хоккеиста

Итак, вы привыкли к регулярным тренировкам, сдали нормы ГТО, — словом, крепко подружились со спортом. Теперь можно рекомендовать вам специальную зарядку хоккеиста. На нее отводите по утрам 30—40 мин.

I часть — разминочная, состоит из пробежки на 500—600 м.

II часть — подготовительная. В течение 5—7 мин. выполняйте различные гимнастические упражнения. Лучше все это делать в движении, особенно если вы занимаетесь на све-

жем воздухе. В отличие, скажем, от утренней гигиенической гимнастики ваши упражнения должны проходить в повышенном темпе и включать больше прыжков, подскоков.

III часть — основная.

Рекомендуем отжимания от пола 10—12 раз, приседания на двух ногах 10—12 раз, упражнения для развития брюшного пресса. К примеру, сесть на пол или на землю, скамейку, поднять ноги и делать ими скрестные движения. Еще одно упражнение — приседание с партнером на плечах. Три-четыре серии по шесть приседаний. Сначала на плечах один, потом — другой. Попробуйте и приседания в парах, спиной друг к другу, 10—12 раз. Запомните: после каждого упражнения на силу нужно расслабиться — попрыгать с потряхиванием руками или сделать легкую пробежку.

Хоккеисту нужно быть и сильным, и выносливым, и быстрым. Поэтому делайте упор на упражнения, вырабатывающие эти качества. Например, не просто бегайте по ровному месту, а быстро избегайте вверх по лестнице или на крутой холм, гору. Это тяжело, но постепенно мышцы ваших ног окрепнут.

Полезной будет кодыба на руках, ноги поддерживает партнер. Когда соберется группа хоккеистов, вы можете устроить увлекательное соревнование — «Гонки тачек».

Старайтесь разнообразить свой комплекс, включайте в него прыжковые упражнения, имитирующие бег на коньках, подтягивание на перекладине 6—10 раз. Советуем после каждого упражнения делать легкое ускорение на 5—10 м.

Выносливость вы можете приобрести с помощью кроссов. Один-два раза в неделю после небольшой разминки-пробежки и гимнастических упражнений — бегайте в течение 15—20 мин. Не стремитесь сразу развить высокую скорость. Постепенно увеличивайте продолжительность кроссов, вводите небольшие (по 15—20 м) ускорения на дистанции.

Хорошо сказали о пользе кроссов наши олимпийские чемпионы в беге на длинные дистанции.

Петр Болотников: «Кросс — начало всех начал, отличное средство физической подготовки. Он исключительно полезен и необходим приверженцам всех спортивных «специальностей»... Кросс, когда он станет привычкой, также как и утренняя гимнастика, — отличное наслаждение».

Владимир Куц: «Кросс ставит дыхание, вырабатывает силу, находчивость, умение быстро ориентироваться. Для меня спорт начался именно с кросса. В годы войны я был связным и бегать по заданию командования приходилось немало. Это и были мои первые шаги в спорт, которые привели затем, после долгих и упорных тренировок в мирные годы, к победе на Олимпийских играх».

Видите, как много значит для спортсмена кроссовая подготовка. Но предупреждаем: ни в коем случае не спешите достичь сразу высоких результатов. Увеличивайте нагрузки с большой осторожностью.

Режим дня

Чтобы правильно распределить время для занятий в школе и занятий спортом, вам необходим твердый распорядок дня.

Познакомьтесь, пожалуйста, с ним.

Для учащихся I смены

Подъем	7.00
Гимнастика	7.00—7.30
Водные процедуры, завтрак, подготовка к школе	7.30—8.00
Занятия в школе	8.30—13.30
Обед	13.30
Тренировка	15.00—16.30
Выполнение домашних заданий	17.00—18.30
Подвижные игры на воздухе, катание на катке	18.30—19.30
Ужин	19.30
Свободное время	20.00—21.00
Сон	21.00

Для учащихся II смены

Подъем	7.30
Гимнастика	7.30—8.00
Водные процедуры, завтрак	8.00—8.30
Тренировка	10.00—11.30
Подготовка к школе, обед	12.00—13.00
Занятия в школе	13.15—18.00
Подвижные игры на воздухе, катание на катке	19.00—20.00
Свободное время	20.00—21.00
Сон	21.00

Надо учитывать, что тренировка — это физическая нагрузка на организм, поэтому обязательно соблюдайте распорядок дня, который предусматривает и подготовку к тренировке и время для отдыха после нее.

Завтракать надо не позже чем за 1,5 часа до тренировки, иначе вам будет тяжело бегать.

После тренировки примите душ, отдохните, подготовьте хоккейную форму к следующим занятиям.

Отведите дома специальное место, где будет храниться ваша хоккейная форма, следите за ее чистотой и внешним видом.

В распорядке дня хоккеиста физическая нагрузка занимает 2,5 часа (зарядка 30 мин., тренировка 1 час 30 мин., подвижные игры 1 час). Поэтому важно регулярно и полноценно питаться и правильно отдыхать. Не засиживайтесь у телевизора и не питайтесь наспех бутербродами. От того, как вы будете выполнять распорядок дня, зависит рост вашего спортивного мастерства.





С чего же ты начнешь?

Коньки. Ботинки

Итак, вы решили отдать свои свободные часы хоккею с мячом. Еще тает в полдень выпавший ночью снег, трещит под ногой ледок в осенних лужицах, но вы уже представляете, как лихо мчитесь на коньках по гладкому ледяному полю. Звенят на морозце коньки... Да, без коньков вам не обойтись. Надо заранее позабо-

титься о том, как «обуть железом ноги». Не всякие коньки хороши для хоккея. Попробуйте, скажем, круто повернуть у ворот на «норвегах», как часто называют длинные тонкие коньки-сороходы. Или, наоборот, разогнаться с резкого старта на фигурных коньках. Ничего не получится.



Рис. 1

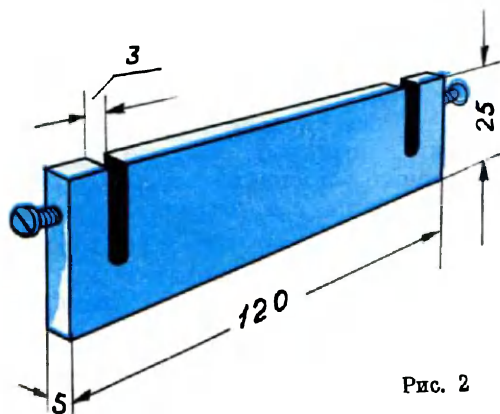


Рис. 2

В хоккее с мячом играют на коньках марки «Динамо» или «Канадские» с удлиненным лезвием. На конец лезвия сверху обязательно нужно надеть пластмассовый колпачок, предохраняющий от возможных травм.

Совсем другие коньки у вратарей. Им удобнее выбрать коньки марки «Спорт». Они и пониже, и лезвие имеют потолще. А это обеспечивает лучшую устойчивость на льду.

Внимательно нужно отнестись и к выбору ботинок. Ногам в них должно быть удобно, как в тапочках. Важно подобрать ботинки точно по ноге и так, чтобы можно было надеть шерстяные носки. Проверьте, свободны ли пальцы ног в ботинке, иначе они будут мерзнуть. Ботинки надо тщательно шнуровать, но не слишком

туго, чтобы пальцы не онемели. Вот как выглядят ботинки с коньками для хоккея с мячом (рис. 1).

Еще одна важная деталь — коньки обязательно должны быть наточены к каждой тренировке, к каждой игре. Для этого укрепите передний и задний концы коньков в плашки (рис. 2) так, чтобы плоскости коньков были на одинаковом уровне. Зажмите коньки (между табуретками, например) ровно по горизонтали. Сначала точите коньки грубым камнем, поворачивая его при обратном ходе вокруг своей оси, до первых заусенцев. Затем надо точить шлифовальным камнем взад-вперед до тех пор, пока плоскость коньков не будет очищена от рисок, оставленных грубым камнем. После этого можно провести несколько раз по плоскости полировочным камнем и снять заусенцы. Теперь коньки готовы. Можно выходить на лед.

После тренировки или игры, когда коньки отпотеют, вытрите их сухой тряпкой и наденьте на них чехлы. Тогда коньки будут служить вам долго.

Спортивная форма

Если вы бываете на стадионах, то не раз любовались красочной формой участников игры. Это не случайно — так требуют правила игры. Они предписывают, что костюм игрока состоит из рубашки, свитера, спортивных брюк и гетр, а также перчаток, шапочки и шлема. На рубашке (на спине) должны быть нашиты, наклеены или нарисованы номера.

В официальных соревнованиях форма должна точно соответствовать требованиям правил. Ну, а если вы играете по упрощенным правилам, у своей школы, во дворе, в училище, то вполне можно выйти на лед и в лыжном или тренировочном костюме, варежках и шапочках без защитного снаряжения. Но в любом случае на костюме не должно быть ничего,

что может нанести повреждения партнерам и соперникам: булавок, значков...

Рекомендуется надевать шерстяной или полушерстяной свитер. Брюки, например, вельветовые, трикотажные, шерстяные или эластичные должны быть сужены книзу, на резинке, нетуго обхватывающей ногу, чтобы не мешать бегу на коньках. Лучше всего брюки заправлять под носки или гетры.

Еще свободнее играть в укороченных, чуть ниже колен, брюках — бриджах. Такие брюки надевают наши мастера хоккея.

Нательное белье выбирается в зависимости от погоды, но чаще всего хоккеисты надевают шерстяные плавки, трикотажную футболку, байковую плотную рубашку и на нее игровой свитер. Если на улице морозно и ветрено, надо надеть еще одну рубашку или футболку, но всегда надо одеваться так, чтобы одежда не стесняла движений.

В оттепель надо одеваться легче, потому что по плохому льду приходится много бегать «по-футбольному» и лишняя одежда будет мешать.

Костюм вратаря по цвету отличается от костюма остальных хоккеистов. Ему разрешается надевать дополнительную фуфайку без рукавов под свитер. Под брюки вратарь надевает теплые трусы или ватные брюки.

Шапочку подбирает каждый так, чтобы она в случае необходимости закрывала уши.

Следите за вашей спортивной одеждой. Она должна быть такой же аккуратной, чистой, как и школьная. После тренировки или игры тщательно высушите костюм, приведите его в порядок. Отличного хоккеиста всегда узнаешь по опрятной форме.

Защитное снаряжение

На каком бы вы поле ни играли в хоккей — большом или малых размеров, — всегда заметная часть матча

проходит в непосредственном соприкосновении с соперником. И хотя силовые приемы в хоккее с мячом запрещены, все еще случаются удары клюшкой по ногам и рукам, особенно при массовой обороне, при обводке, да и мяч, посланный соперником, иной раз больно стукнет. Нередки, особенно на первых тренировках, и падения на лед. А он, как известно, не мягкий. Вот почему в хоккее с мячом так важна роль защитного снаряжения: щитков, перчаток, налокотников, шлема.

А теперь посмотрите на этот рисунок, который показывает все «компоненты» хоккейного снаряжения (рис. 3).

В последнее время защитное снаряжение все чаще появляется в спортивных магазинах. Но при желании хоккейные «доспехи» не трудно сделать и самим, с помощью учителя по



Рис. 3

трудоу воспитанию или родителей. Нижнюю часть щитка можно сделать из фибры или дюралюминия, предварительно согнув его по форме ноги. Сзади пришивается или приклеивается плотная материя или тонкий амортизационный слой поролона, плотной материи. К этой нижней части щитка сверху подшивается кусок фетра, в середине которого надо прикрепить выгнутую из фибры по форме колена чашку-наколенник, защищающий от ударов при падении на лед. Попробуйте также приспособить для нижней части хоккейного щитка футбольные щитки. Пригодятся вам и стеганные ватные щитки.

Запомните, что поверх щитков обязательно надевают гетры или брюки.

Вратарские щитки значительно большего размера — ведь стражу ворот то и дело приходится отбивать мяч! Его щитки изготавливаются из кожи с толстой поролоновой прокладкой и надеваются поверх брюк; крепятся специальными ремнями. При необходимости вы можете на первых порах применить при изготовлении щитков войлок от старых валенок, причем надо следить, чтобы можно было свободно сгибать ноги в коленях.

Налокотники можно сделать из кусков поролона, обшитых материей или кожаменителем, из кусков рукавов старой телогрейки. Налокотники прикрепляют к рукам резинками.

Паховую область надо предохранять специальной раковиной (бандаж), которая делается из дюралюминия или фибры и крепится поясом или широкими резинками. Бандаж можно заменить войлочной или стеганой подушечкой.

Необходимы хоккеисту и особые перчатки. Если нет готовых, возьмите перчатки из мягкой прочной шерсти. На тыльную сторону нужно нашить защитные валики из фетра или фибры, предохраняющие от ударов. Вратарям можно пользоваться крагами.

Будет хорошо, если на лед вы всегда будете выходить в шлеме. Их

сейчас выпускается много. Шлем должен плотно облежать голову в шапочке, защищать лоб, затылок и виски. В таком шлеме падения нестрашны. Но не беда, если во дворе вы будете играть в хоккей в шапке-ушанке.

Следите за своими «доспехами», тщательно подгоняйте их по размеру, советуйтесь с друзьями, как лучше это оделать,

Клюшка

Для игры в хоккей с мячом нужна клюшка, имеющая ручку овальной формы и крюк. Ее изготавливают из дерева любой породы. Общая длина клюшки — 1 м 20 см по наружной стороне изгиба, вес — не более 450 г. Сам крюк представляет собой пластину, изогнутую в виде дуги, и составляющую $\frac{1}{4}$ окружности радиуса — около 240 мм. Длина крюка по внешнему изгибу — примерно 53 см, ширина — 60 мм, толщина у наружного изгиба — 12—13 мм, у внутреннего — 9—10 мм. Ограничены размеры и ручки. Так, толщина ее не должна превышать 18, ширина сверху — 34—36, а внизу — 32—34 мм (рис. 4).

Мы перечислили, как говорится, технические данные. Но клюшка, это верное хоккейное оружие, будет служить лучше и дольше, если свободную часть крюка обмотать изоляционной лентой.

Чтобы клюшка не скользила в руках, конец ручки также обмотайте изоляционной лентой.

Если вы делаете клюшку сами, то постарайтесь смастерить поудобнее, под свою руку. Но если придется покупать клюшку и выбирать из нескольких, то надо обязательно знать, что различают два типа клюшек: с пологим крюком и с крутым. Клюшка с пологим крюком более длинная, а потому и удобная при отборе мяча. Ею играют защитники, а клюшкой с крутым крюком — нападающие, так как ею легче захватывать мяч и вести его.

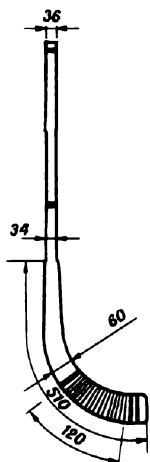


Рис. 4

Поле для игры

Не сомневаемся, вы настолько любите хоккей с мячом, что готовы играть везде: во дворе, на льду пруда, на мало-мальски скользком тротуаре. Но, согласитесь, подлинное удовольствие вы получаете, когда под коньками — настоящее ледяное поле, когда есть где разогнаться, на скорости обвести соперника, сделать длинную передачу на другой фланг, сильно пробить по воротам, которые в принципе ничем не отличаются от тех, что защищают чемпионы мира.

Лучшие мастера хоккея с мячом играют на полях, которые имеют форму прямоугольника со следующими размерами: длина 90—110, а ширина 50—70 м. Например, ледяное поле Центрального стадиона «Динамо» в Москве имеет длину 106, а ширину — 67 м. Конечно, такую ледяную громаду оборудовать под силу далеко не всем, но отчаиваться не надо. Вас вполне устроит площадка, которую можно сделать около школы или во дворе вашего дома. Последите только, чтобы ее размеры были не менее 50×25 м. С чего же начать? Прежде всего, хоккейное поле должно быть ровным, без выбоин и трещин, очищено от снега и четко размечено в соответствии с правилами соревнований. Выбрав место для будущего поля, очистите его, разровняйте. Если зима уже порадовала снегом, сгребите его сами или с помощью взрослых к границам будущего поля. Там он станет хорошей плотиной, преграждающей сток воды. За границами поля оставьте свободное пространство шириной около 2 м. Сюда во время уборки катка будете ссыпать снег.

Дождитесь, когда земля промерзнет. Тогда можно начинать заливку льда. Лучше всего заливать поле в ясную бесснежную погоду, когда на улице температура примерно 10 градусов мороза.

По первому разу залейте поверхность ровным небольшим слоем во-

Мяч

Хоккей с мячом — уже в одном этом названии игры определена роль мяча. Без яркого мяча — красного, оранжевого, не состоится ни матч во дворе, ни самая важная и интересная международная встреча.

За многие годы хоккейный мяч много раз менялся. Но теперь для соревнований и тренировок берут мячи двух видов: плетеные и самые современные — пластиковые. Чем хороши, например, пластиковые? Они хорошо амортизируют при ударе, не так больно «дерутся» при попадании в игрока. Они к тому же дольше сохраняют клюшки. Но и у пластиковых есть недостаток: при сильном морозе от мощных ударов на них появляются трещины, мячи лопаются. Так что перед игрой надо позаботиться о запасных мячах.

Помните, что любой мяч должен быть шарообразным и упругим. Его диаметр — 6 см, а вес — от 58 до 62 г. Хороший мяч при падении на лед с высоты 1,5 м должен подскакивать вверх на 15—30 см.

ды, которую удобнее всего брать из водопровода или колодца.

Заливка производится резиновым шлангом, длина которого должна быть такой, чтобы вода свободно доставлялась до любого места площадки. Хорошо иметь пожарный ствол — брандспойт, распыляющий струю воды. Его можно заменить наконечником душевого типа. Чтобы лед был прочным, гладким и не провалился, необходимо при первоначальных заливках струю воды из шланга направлять вверх. При этом вода разбрызгивается мелкими каплями, становится более холодной и тонким, ровным слоем покрывает снежный наст, замерзая «корочкой». Убедившись, что каток покрылся ровной ледяной коркой, можно приступить к наращиванию льда.

Поливку начинают с дальней стороны площадки, постепенно отступая и следя за тем, чтобы не оставалось участков, не залитых водой. Удобнее заливать вдвоем: ваш помощник следит за тем, чтобы шланг не намокал, и своевременно передвигает его на сухое место. Ни в коем случае не следует также бросать шланг на поле, полагая, что вода ровно наполнит его самотеком.

По мнению специалистов, лучше всего играть на льду, толщина которого 10—15 см.

Поле готово! Теперь надо следить за тем, чтобы оно постоянно содержалось в порядке. Для уборки требуется специальный инвентарь. Прежде всего необходимы широкие лопаты-движки, изготовленные из толстой фанеры с обитыми жестью нижними краями или целиком из дюрала. Движки надо изготовить различных размеров — от 50 до 100 см шириной. Можно сделать несколько движков, рассчитанных на работу вдвоем-втроем. Потребуются также железные скребки для срезания неровностей на льду, метлы для разметания катка, обыкновенные деревянные или широкие железные лопатки-совки для перебрасывания снега. Для перевозки снега можно приспособить

санки с широким ящиком. Каток необходимо подметать ежедневно.

Если на льду появились трещины, то их обязательно нужно заделать: они опасны для катающихся. Трещину плотно набивают мокрым снегом или мелко крошенным льдом, трамбуют и заливают. После заделки трещин и уборки льда надо полить каток тонким слоем воды. Наутро каток опять готов!

Очень много значит точная разметка поля. Оно размечается краской, разведенной в воде. Смесь наносится на ледяную поверхность при помощи кисти или специального приспособления, изготовленного из дерева (на нем закрепляется губка шириной 7 см). Затем, когда краска замерзнет, обязательно залейте линии ворот еще хотя бы раз-два, чтобы краска меньше стиралась.

На поле (рис. 5) есть боковые линии, линии ворот, круги свободных ударов, дугообразная линия, ограничивающая штрафную площадь и угловые секторы, точки свободных ударов, а также отметка 12-метрового штрафного удара. Линии размечаются синей или розовой краской, причем боковую линию можно наносить пунктиром. Диаметр точек 14 см. Их лучше нанести красной краской.

Итак, вы решили оборудовать простейшую площадку. Допустим, что ее размеры таковы: длина 50, ширина 24 м. После того как вы разметили линии, ограничивающие поле, середины боковых линий соедините прямой, которая разделит поле на две равные части. Это средняя линия. На ее середине нанесите точку диаметром 14 см, обозначающую центр поля. Отсюда начинается игра. Из центра поля проведите круг радиусом 5 м — центральный круг. Линию ворот можно нанести, а можно вместо нее соорудить невысокий снежный вал. Из середины линии ворот радиусом 12 м проводится полуокружность, образующая штрафную площадь. На линии полуокружности наносятся две точки свободного удара, которые отстоят от линии ворот и одна от другой на

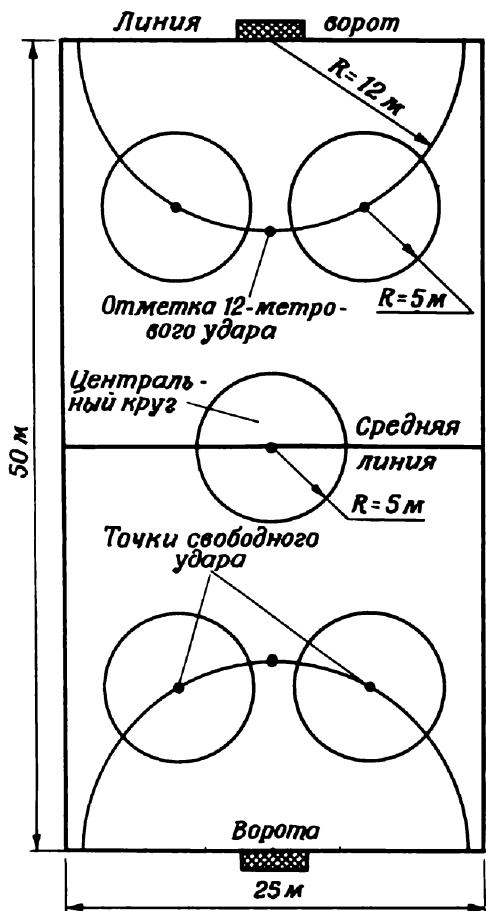


Рис. 5

расстоянии 12 м. Из этих точек радиусом 5 м наносятся круги свободного удара, на которых останавливаются игроки защищающейся команды при выполнении свободного удара. Строго напротив ворот, в 12 м от их центра, наносится точка для выполнения 12-метрового штрафного удара.

Заметьте, что на этом участке поля нет углового сектора и места для углового флага, откуда на поле стандартных размеров прибавается угловой удар (когда мяч от игроков обороняющейся команды уходит за линию ворот). Дело в том, что угловой на простом поле при игре по упрощенным правилам не назначается, а мяч вводится в игру свободным уда-

ром с линии ворот, где он вышел за пределы поля.

По всей длине боковых линий (до угловых секторов на большом поле) перпендикулярно к поверхности поля устанавливаются (но не примораживаются) деревянные боковые бортики. Их назначение — отражать в поле мяч, катящийся по льду или низколетащий. Бортики изготавливаются из досок длиной 4—6 м и шириной 12—18 см. С тыльной стороны доски прибиваются бруски или угольники, при помощи которых они держатся на льду.

Желательно, чтобы верхняя кромка бортиков была обита смягчающим материалом (к примеру, куски старых резиновых шлангов, поролон), предохраняющим спортсменов от ушибов при падении на них. Боковые бортики должны свободно двигаться по льду при наезде на них или от толчка. Если у вас нет под рукой досок, то бортиками могут служить оборудованные небольшой высоты снежные валики, которые обливаются водой.

Большое поле подготовить гораздо сложнее. Но, думается, вместе с родителями и опытными спортсменами, живущими рядом, можно оборудовать и поле нормальных размеров.

Вот схема настоящего хоккейного поля (рис. 6). Заметьте, что из вершин каждого угла проводится дуга радиусом 1 м, образующая угловой сектор. Он служит местом установки мяча для выполнения углового удара. Для правильного расположения игроков защищающейся команды во время выполнения углового удара на линии ворот, вне поля, на расстоянии 5 м от угловых секторов, наносятся отметки шириной 7 и длиной 20 см.

Теперь о воротах (рис. 7). Хоккейные ворота состоят из двух вертикальных стоек и верхней перекладины. Их делают из деревянных брусков или металлических дуг, обшитых деревянными (их ширина от 5 до 7,5 см). Для устойчивости к ним крепят рамы — две боковые (трапециевидные) и заднюю (прямоуголь-

ную). Они должны быть жестко скреплены между собой и обтянуты металлической или веревочной сеткой.

Высота ворот 2 м 10 см, ширина — 3 м 50 см. Нижние основания трапеции боковых рам 2 м и верхние — 1 м.

Для установки стоек ворот вне поля на линии ворот наносятся отметки шириной 7 и длиной 20 см. Они должны отстоять от середины линии ворот на 1 м 75 см.

На площадках меньших размеров при игре по упрощенным правилам

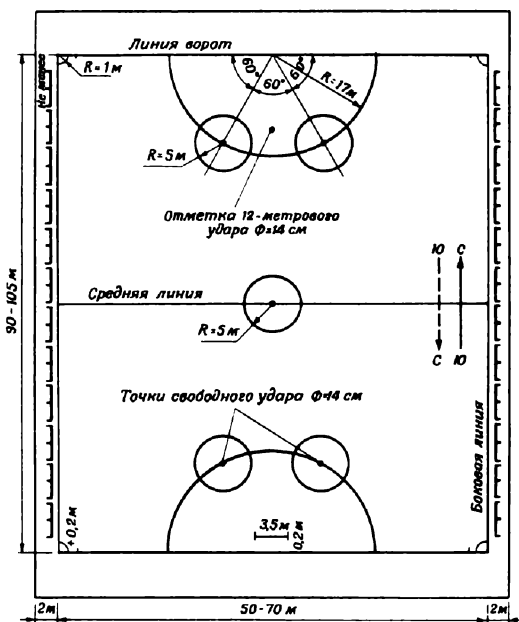


Рис. 6

Рис. 7

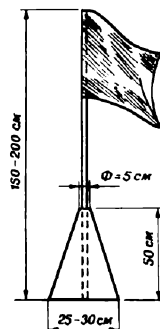
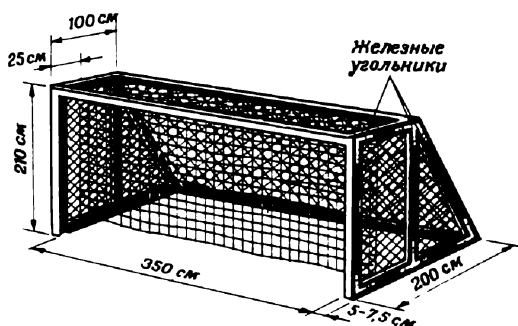


Рис. 8

минимальные размеры ворот: высота 1 м 20 см, ширина 1 м 80 см, глубина рамы 50 см.

Хоккейные ворота любого размера должны быть устойчивы, но при сильных толчках подвижны, поэтому примораживать их ко льду нельзя. Передняя часть ворот (ребра стоек и перекладины), обращенная к полю, должна быть закруглена и окрашена в красный цвет. Внутри ворот полезно подвесить веревочную сетку для амортизации мяча, залетевшего в ворота.

Познакомьтесь и с тем, как сделать угловые флаги и флаги средней линии (рис. 8). Древки с флагами устанавливаются на расстоянии 1 м от бортов на подвижных деревянных опорах в форме усеченного конуса. Высота конуса не более 50 см, диаметр у основания 25—30 см. Длина древка от основания опоры 1,5—2 м. Древки и опоры надо окрасить в яркий цвет.

Мы рассказали о том, как оборудовать и простейшую площадку, и поле для игры стандартных размеров. Надеемся, что каждый из юных хоккеистов будет активным участником в подготовке ледовых стадионов.

Хороших примеров тут есть немало. Так, готовясь к соревнованиям на приз клуба «Плетеный мяч», ребята только Новосибирской области залили за одну зиму 210 хоккейных полей, 192 «коробки».

В Хабаровском крае каждый сезон проводятся месячники готовности к спортивной зиме. Во время од-

ного из них к многочисленным аренам прибавилось еще 286. Эти хоккейные поля залили сами школьники. Молодцы!

Значение ледяного поля очень четко подчеркнуто в действующих много лет официальных правилах организации и судейства соревнований по хоккею с мячом. Среди многих правил есть там и такие:

1. За правильность разметки хоккейного поля отвечает команда — хозяин поля, а при игре на нейтральной площадке — команда, указанная в расписании игр первой.

2. Перед каждым очередным матчем его судья обязан проверять хоккейное поле.

3. В официальных матчах поле может быть признано непригодным для проведения на нем матча, если оно не соответствует норме.

Что это значит — не соответствует норме? Когда поле из-за погодных условий опасно для передвижения спортсменов — залито водой, имеет большие трещины или занесено снегом.





Техническая подготовка

На коньках как на ногах

В хоккее почти все передачи, удары, остановки, не говоря уже о ведении мяча, совершаются на ходу. Ударить с места или медленно водить мяч сумеет каждый, а вот сделать это быстро сложно. Кто вам даст в игре спокойно остановить мяч, посмотреть на вратаря и, замахнувшись, пробить? Такого почти не бы-

вает. Поэтому любой хоккеист должен уметь непринужденно кататься на коньках, легко останавливаться, уметь резко менять скорость и направление движения и преодолевать препятствия, часто с помощью прыжков. Как же всему этому научиться?

Прежде всего обратите внимание

на то, как вы стоите на коньках. Кому-то больше нравится низкая стойка, когда ноги довольно сильно согнуты в коленях, а тело заметно наклонено вперед. Кто-то предпочитает высокую стойку, которая отличается почти вертикальным положением туловища, ноги при этом немного согнуты. Постарайтесь найти что-то среднее между этими положениями, что позволит экономнее расходовать силы, рациональнее маневрировать на коньках, водить мяч клюшкой.

В технике катания при любой стойке надо уметь совершать рывок — это позволяет набрать скорость на коротком отрезке. Чтобы сделать рывок, согните ноги в коленях, наклонитесь вперед, поставьте ногу, которой толкаетесь, перпендикулярно к направлению движения и энергичным выпрямлением этой ноги оттолкнитесь. Другую ногу вынесите вперед и ставьте на лед лезвием конька по направлению движения, тяжесть тела перенесите на выставленную ногу. Ноги полностью не выпрямляйте. Сильными и резкими толчками попеременно обеими ногами быстро набирайте скорость. Руки при этом двигаются вперед-вверх (рис. 9).

Большую часть времени игры хоккеист проводит в движении так называемым коротким бегом. От рывка

он отличается увеличением времени скольжения каждого конька. Толчковая нога по-прежнему разгибается не полностью, но хоккеист слегка выпрямляется (рис. 10).

При спокойной обстановке на поле хоккеист переходит на скользящий бег. Здесь скольжение еще длиннее, толчковая нога при отталкивании разгибается почти полностью. Движение легкое, плавное, наклон туловища вперед уменьшается.

При защите своих ворот неизбежно движение спиной вперед. При таком беге ноги надо согнуть в коленях (посадка глубже, чем при беге вперед), туловище немного наклоните вперед-вниз. Сначала оттолкнитесь одним коньком, перенесите тяжесть тела на другую ногу, которую по мере выполнения толчка сгибайте. Затем оттолкнитесь другим коньком. Старайтесь выполнять это упражнение не только по прямой назад, но и двигаясь назад, вправо-влево (рис. 11).

Наиболее эффективный способ поворота в беге — скрестный шаг. При движении влево надо наклонить туловище вперед-влево, левую ногу согнуть в колене, конек скользит по внешней части лезвия. Правая нога производит толчок, выпрямляется и ставится вперед-влево перед левым



Рис. 9

коньком в сторону поворота. Поворот направо делается так же, только опорной будет правая нога (рис. 12).

Торможение

Существует много разных видов торможений на коньках с целью резкой остановки или уменьшения скорости, для измененя движения. На тренировках разучите несколько способов торможения.

1. Двигаясь прямо на коньках, резко повернитесь в левую сторону, ноги сильно согните в коленях, туловище наклоните в сторону, обратную движению. Плоскость конька надо как бы вдавить в лед.

В зависимости от усилий торможение может быть резким или с небольшим «прокатом» (рис. 13).

2. Бывают ситуации, когда нужно снизить скорость. В таких случаях при скольжении надо левую или правую ногу поставить так, чтобы плоскость конька на льду слегка затормаживала движение вперед. В зависимости от вашего усилия торможение будет быстрым или медленным. Такое торможение очень часто применяется в игре, и на тренировках

надо учиться тормозить как правой, так и левой ногой.

3. Торможение на одной ноге. Это более сложный вид торможения, преимущества которого в том, что после торможения на одной ноге хоккеист может сразу начинать движение



Рис. 10



Рис. 11



Рис. 12



Рис. 13



Рис. 14

с другой ноги. Двигаясь вперед, попробуйте резко повернуться влево, сделать резкую остановку на левой ноге. С правой свободной от торможения ноги можно начинать движение в нужном вам направлении. Можно тормозить на одной правой ноге, тогда движение начинайте с левой ноги (рис. 14).

Технику бега на коньках надо совершенствовать. Для этого на каждой тренировке делайте серию специальных упражнений, позволяющих повысить скорость катания, увеличить резкость броска, улучшить маневренность. Вот примерные упражнения:

Катание по кругу в центре площадки через ножку в правую и левую стороны (см. рис. 12).

Бег «восьмеркой» (рис. 15).

Бег до фигурки и обратно. Изготовьте из фанеры или слепите из снега невысокие фигурки, например кубик, стойку (или возьмите кегли), и поставьте одну из этих фигур на расстоянии 10—15 м от точки старта. На скорости надо пробежать до нее, на ходу обогнуть и вернуться обратно. Можно разделить команду на две группы и провести эстафету.

Бег по прямой со старта с резким торможением после 8—10 м.

Бег с преодолением препятствий. Расставьте на расстоянии 1—2 м друг от друга пять фигурок. Со старта объедьте их все и вернитесь обратно. Это упражнение можно использовать для проведения веселой эстафеты (рис. 16).

Катание спиной вперед (расстояние 20—30 м), затем усложните упражнение таким же катанием, но с поворотом на 180 градусов и коротким рывком вперед, затем снова такой же поворот и опять рывок.

Прыжки с ноги на ногу на средней скорости по 12—15 раз на каждой ноге, сделать 3—4 серии с отдыхом после каждого упражнения.

Бег «змейкой». Группа хоккеистов движется по льду с интервалом в 2—3 м, и последний хоккеист на скорости «змейкой» объезжает каждого. Повторить 3—4 раза.

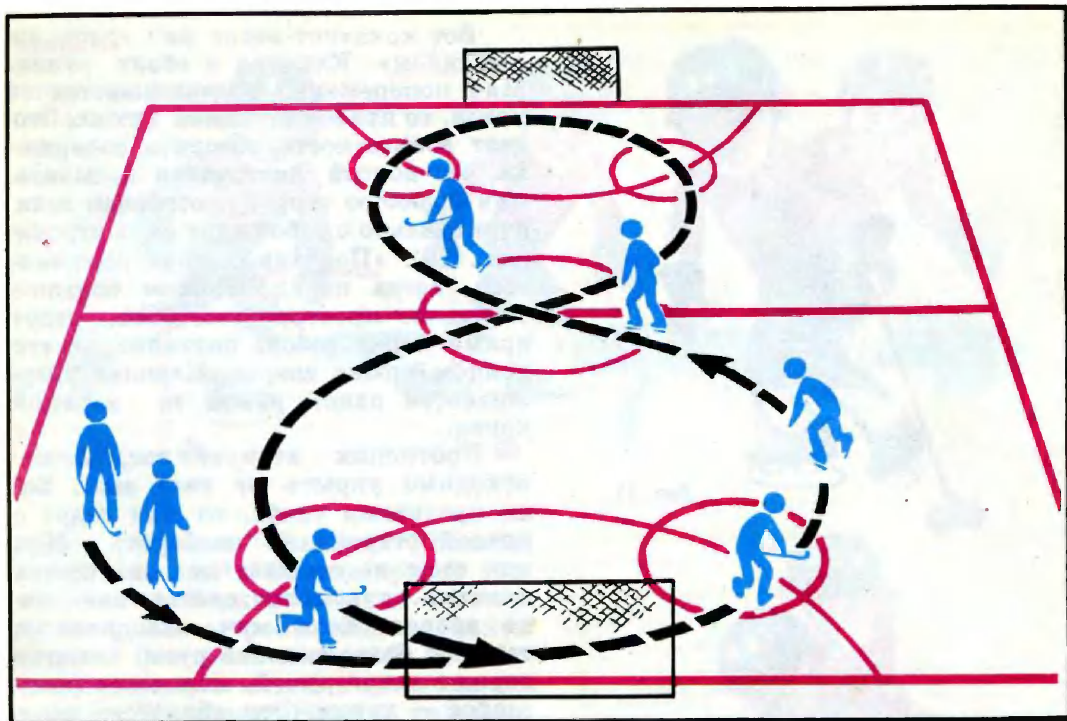


Рис. 15

Игра в «салочки» и «колдунчики» на коньках.

Постарайтесь выполнять большинство этих упражнений с клюшками в руках.

И еще один совет. Побольше катайтесь на коньках и вне тренировок. Ведь у вас во дворе, рядом со школой или в городском парке наверняка есть каток. Почаще бегайте там на коньках, смотрите, как катаются старшие, играйте. Польза от этого огромная.

Владение клюшкой

С первых занятий на льду учитесь правильно держать клюшку. Обычно ее держат одной или двумя руками. Более сильной рукой ее удерживают за рукоятку, а другой поддерживают ниже (рис. 17, 18). Так, удар производится крепким хватом, а остановка мяча легким отведением

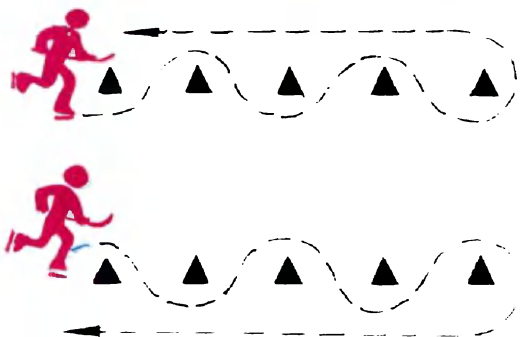


Рис. 16

клюшки по ходу мяча. При обводке пальцы то сжимаются, то расслабляются. При отборе мяча хват снова крепкий, а при пасе—мягкий.

Ведение мяча

Правильно взяв клюшку, необходимо и надежно владеть ею, останавливать мяч, передавать его, вести, бить по нему, бросать.



Рис. 17.



Рис. 18

Вот хоккеист ведет мяч «перекладыванием». Ключка в обеих руках. Мяч попеременно подталкивается то левой, то правой стороной крюка. Это дает возможность обходить соперника, без долгой подготовки послать мяч в любую сторону, особенно если параллельно с тобой едут свои игроки (рис. 19). «Подталкивание» применяется, когда перед игроком большое свободное пространство. Мяч ведут прямо перед собой, подталкивая его концом крюка вперед. Ключка удерживается одной рукой за верхний конек.

Противник атакует вас, и необходимо укрыть от него мяч. Если противник слева, то мяч ведут с правой стороны (и наоборот). Мяч при этом не отрывается от крюка ключки, туловище слегка наклонено вперед. Если мяч находится со стороны более сильной руки, ключку держат одной рукой, если со стороны слабой — двумя. Это «боковое» ведение (рис. 20).

Удары по мячу

Наши лучшие мастера, такие, как Валентин Атаманычев, Николай Дураков, Александр Измоленов, Евгений Папугин, Валерий Маслов, Ана-



Рис. 19



Рис. 20

толий Фролов, Валерий Вочков, Юрий Лизавин и многие другие знаменитые бомбардиры, имели в своем арсенале самые различные варианты ударов. Они били с правой руки, с левой, двумя, с места, в движении, с воздуха. Но умение пришло не сразу. Сначала каждый из них хорошо освоил простые удары.

Прямой удар. Он наиболее прост по исполнению. Игрок держит клюшку двумя руками, находясь боком к цели, ноги на ширине плеч и несколько согнуты. Мяч находится перед игроком на расстоянии длины клюшки у середины крюка. При замахе клюшка отводится в сторону-



Рис. 21



Рис. 22



Рис. 23

назад. В момент удара плоскость крюка подходит к середине мяча под прямым углом к поверхности льда. Игрок при ударе поворачивается в направлении полета мяча. Этот удар хорош при завершении атаки, при передачах с флангов, при исполнении свободных ударов (рис. 21—23 и 26).

Удар с подсечкой. Лед запорошен снегом, скольжение мяча плохое. Или хорошие условия игры, но направление удара по воротам или передачи перекрыто противником. Тогда применяют удар подсечкой по воздуху. При ударе подсечкой ноги заметно согнуты в коленях и расставлены широко. Плоскость крюка клюшки наклонена к поверхности льда и как бы подсекает мяч в точке его соприкосновения со льдом. Высота полета

При всех этих ударах, с места и в движении в момент замаха плечи и руки должны быть расслаблены.

Удар по летящему мячу. Это самый сложный из всех ударов по движущемуся мячу. Его надо разучивать лишь после того, как освоены простые. Для удара снизу клюшку держат за конец сильной рукой, а другой удерживают за середину. До удара клюшка заносится в положение замаха. Для бокового удара клюшку держат сильной рукой за середину, а другой поддерживают ее у крюка, опущенного вниз. Удары с лета, сильные и неожиданные, — опаснейшее оружие у чужих ворот.

В последнее время при передачах мяча, а иногда и при ударах по воротам, когда нет времени замахнуть



Рис. 24

мяча зависит от угла наклона крюка. Чем он меньше, тем выше полет (рис. 24, 25).

Удар нажимом. Плоскость крюка находится под тупым углом к поверхности льда, и клюшка как бы накрывает мяч сверху. Игрок лицом к мячу. При ударе с левой стороны мяч должен быть у носка правой ноги. При замахе тяжесть тела переносится на правую ногу. Удар нажимом — очень сильный и точный.



Рис. 25



Рис. 26

ся, все чаще применяется подкидка мяча — простой или накатом. При простой подкидке ноги сильно согнуты в коленях, туловище наклонено вперед. Крюк клюшки без замаха под углом подводится под мяч, а затем следует резкий бросок вперед-вверх.

Подкидка накатом будет понятна, если вспомнить детскую игру «Чижик»: когда мяч накатывается на крюк, его нужно бросать в нужном направлении (рис. 27).

Все эти удары и броски осваивайте, постепенно убыстряя движения, обязательно на ходу, добиваясь неожиданности. Если что-то не получается, — не беда. Не сразу нынешние мастера становились такими, какими мы их знаем сейчас. И они были учениками.



Рис. 27



Рис. 28

Остановка и передача мяча

Для остановки мяча, катящегося по льду, поставьте клюшку под прямым углом ко льду и направлению движения мяча. Чтобы предупредить отскок мяча от клюшки, смягчите удар небольшим перемещением ее по ходу мяча. В зависимости от скорости мяча клюшку держите в одной или в обеих руках. Руки и плечи чуть-чуть расслаблены. При этом свободную руку для страховки держите открытой ладонью на обратной плоскости крюка и выше него (рис. 28, 29).

Мяч, движущийся в стороне, останавливают выпадом в направлении мяча, держа клюшку одной рукой за конец (рис. 30).

Летающий мяч останавливают, ставляя клюшку в воздухе перпендикулярно к траектории мяча. Сильная рука держит конец клюшки, слабая — возле крюка. Сильный удар смягчается небольшим отклонением клюшки на себя (рис. 31, 32).

Останавливать мяч можно коньком. Поставьте его перпендикулярно к траектории мяча и слегка смягчите удар расслаблением мышц ноги (рис. 33).

Нередко бывает, что летающий к тебе мяч надо сразу послать в нужном направлении. Для этого клюшку нужно ставить не перпендикулярно к траектории полета мяча, а под определенным углом. Тогда мяч отскакивает в заданном направлении.

Остановка клюшкой-коньком. Летающий мяч можно остановить клюшкой, одновременно поставив параллельно клюшке конек (рис 34).

Останавливать мяч можно также телом с последующей передачей клюшкой партнеру (рис. 35).

Остановку мяча лучше всего осваивать с одновременным движением вправо или влево и передачей мяча партнеру. Во время передачи ноги должны быть в движении, голова под-



Рис. 29

нята, чтобы видеть партнера. Отдав мяч, продолжайте движение.

Основная ошибка при передачах мяча в том, что игрок, отдающий мяч, перестает двигать ногами, а просто катится и, не посмотрев на партнера, отдает ему пас. Нельзя также игроку, владеющему мячом, смотреть только на мяч, не видя где партнер. Помните, что передачи мяча являются основой коллективной игры. Игра приобретает стройность, нравится зрителям, да и самим хоккеистам, лишь тогда, когда в ней активно участвуют игроки всей команды.



Рис. 30



Рис. 31

Обводка

Обводка игрока — непременное условие игры. На поле постоянно возникают ситуации, когда у игрока, владеющего мячом, противник пытается отобрать мяч. Здесь-то и необходима обводка, с тем чтобы не потерять мяча.

Существуют разные приемы обводки, и все они связаны с хорошей техникой владения клюшкой и умением хорошо бегать и маневрировать на коньках. Наиболее распространенная — это обводка игрока за счет скорости. Часто можно наблюдать, как на игрока, движущегося на скорости и владеющего мячом, бросается игрок противоположной команды, стремясь отобрать мяч. Игрок, владею-

щий мячом, просто делает маневр на коньках влево или вправо (в зависимости от обстановки на поле) и, убирая клюшкой мяч дальше от противника, обводит его.

Более сложной является обводка игрока в непосредственной близости от него. Здесь от игрока требуется настоящее искусство владения клюшкой и умение управлять своим телом.

В совершенстве владели этим мастерством наши большие мастера: Александр Измо́денов, Михаил Осинцев, Валерий Маслов. Богатый набор обманных движений, высокая техника бега на коньках позволяли им обыгрывать противника в самых, казалось бы, безнадежных ситуациях.

Михаил Осинцев был подлинный виртуоз на поле. Обводка была его стихией. Он буквально врезался в группу защитников и за счет обманных движений, ведомых только ему одному, часто выходил победителем, забивая эффектные голы. Мяч у него на клюшке был как привязанный.

Александр Измо́денов смело шел на обводку прямо на игрока. Но его принципом при обводке была смена темпа движения. Дойдя до противника, он несколько замедлял ско-



Рис. 33



Рис. 34



Рис. 32



Рис. 35

рость, делал обманное движение либо на передачу или на удар по воротам, либо показывал, что собирается двигаться влево или вправо, и, как только противник реагировал на его действие, резко менял направление движения за счет высокой стартовой скорости.

Валерий Маслов просто неистощим на разнообразие технических приемов при обводке противника. Но главное, что он использовал при обводке, это неправильную позицию игрока. В какой-то момент игрок, пытающийся отобрать мяч, занимает неправильную позицию. Валерий тут как тут. Либо сразу «включит» скорость и убежит, либо проведет мяч между ногами соперника или под рукой, либо перебросит мяч над клюшкой противника.

Мы рассказали о трех выдающихся мастерах обводки. Но обводка не ограничивается лишь каким-то определенным набором технических приемов. Каждый хоккеист обладает своеобразной манерой игры, при обводке использует лучшие свои качества. Одни — скорость, другие — богатое тактическое мышление, третьи — технику. Но всем необходимы

быстрота владения мячом, умение переключать его на левую и правую сторону крюка, водить мяч одной и двумя руками, легко подбрасывать мяч на скорости и тут же опускать его на лед. Все эти упражнения надо повторять многократно, добиваясь того, чтобы мяч и клюшка слушались вас.

Обманные движения

Существует много разновидностей обманных движений. Вот некоторые из них:

1. Игрок движется на защитника. Всем своим видом он показывает, что будет обводить его с левой от него стороны. Естественно, что игрок, пытающийся отобрать мяч, стремится достать его клюшкой, поэтому туловище его направлено влево, по ходу движения. Как только защитник занял это положение, следует быстрое изменение движения игроком, владеющим мячом, и уход от соперника.

Прорыв Валерия Маслова



В действиях игрока, владеющего мячом, как бы два движения. Одно — ложное. Оно более медленное — вправо, и, когда защитник поверил этому маневру, следует второе, истинное, — резкое изменение движения влево (рис. 36, 37). Такое же обманное движение можно делать и в другую сторону.

2. Обманное движение на передачу. Двое движутся на защитника. Игрок, владеющий мячом, слегка отрывая кляшку ото льда и всем своим видом показывает, что будет делать передачу партнеру. Вот уже кляшка почти касается мяча, и противник выбрасывает кляшку вперед, пытаясь перехватить возможную передачу. Игрок же, имитирующий передачу, не делает ее и продолжает движение с мячом вперед. В совершенстве этим приемом владеет один из лучших форвардов Юрий Лизавин. Его движения настолько правдивы, что защитники часто попадались на удочку.

3. Обманные движения кляшкой. Игрок движется на противника и делает обманное движение кляшкой, создавая видимость увода мяча вправо или влево, однако игрок не касается мяча, а движение кляшкой осуществляется поверх мяча. Как только соперник поддается на ложное движение, следует резкий уход с мячом в противоположную сторону.

4. Игрок, владеющий мячом, устремляется на защитника. Метра за два до него он делает движение кляшкой с мячом вперед, показывая, что он проталкивает мяч мимо игрока. Как только противник пытается отобрать мяч, следует захватить мяч крюком кляшки, подтянуть его к себе, затем быстро вывести его вперед в другую сторону (рис. 38, 39).

Обманные движения, или, как их еще называют, финты, будут у вас получаться лишь в том случае, если вы на каждой тренировке будете уделять внимание как повторению старых элементов техники, так и освоению новых, обратив главное внимание на быстроту исполнения.



Рис. 36



Рис. 37

Упражнения для совершенствования техники

Игра у борта. Находясь лицом к борту в 5—10 м от него, кистевым движением (без замаха) рук послать мяч в борт. Остановить отскочивший мяч и снова послать в борт. Попробовать с обеих сторон.

Помните, что ноги согнуты в коленях, движения при броске резкие. Все делать не стоя, а двигаясь перед бортом.

Игра в борт с переводом мяча. Кистевым движением послать мяч в борт, поймать мяч с левой стороны

крюка и перевести его на другую сторону. Послать мяч в борт с таким расчетом, чтобы он отскочил в левую от вас сторону. Повторить 10—15 раз.

Передача по льду. Два хоккеиста встают на расстоянии 5—10 м (в дальнейшем интервал увеличивается) и пасуют мяч друг другу (рис. 40).

Передача по воздуху. Два хоккеиста передают мяч по воздуху на расстоянии 10—15 м (рис. 41), а затем на большем расстоянии.

Рис. 38



Рис. 39



Передача мяча между тремя игроками. Три хоккеиста двигаются на одной линии в 5 м друг от друга. Один из крайних посылает мяч тому, кто в центре, тот передает его третьему. Тут же пас передается в обратном порядке. Затем игроки меняются местами (рис. 42).

Пас от борта. Хоккеист на скорости едет в нескольких метрах от борта и бьет в него так, чтобы мяч попал снова к нему (рис. 43).

Передача на ходу. Два партнера едут параллельно в 15—20 м и передают мяч друг другу, постепенно увеличивая скорость.

Передача в квадрате. Четыре хоккеиста образуют квадрат 5×5 м и передают мяч в разные стороны друг другу (рис. 45).

«Игра в квадрате». Четверо игроков образуют квадрат, в середине которого двое других «водят». Игроки передают мяч друг другу, делая не более двух касаний мяча клюшкой, а «водящие» стараются отобрать мяч. Потерявший мяч становится «водящим», а один из отбивавших занимает место в четверке играющих.

Пас в центр. Один из игроков встает в центре поля, а еще четверо движутся по центральному кругу. Он поочередно посылает им мяч. Те возвращают его в центр, а затем мяч получает следующий игрок.

Единоборство. Игрок, владеющий мячом, движется по полю. Другой хоккеист пытается отобрать мяч. Повторить 8—10 раз.

Удар по неподвижному мячу. Поставьте перед собой несколько мячей и без остановок пробейте по воротам. Используйте все виды ударов (рис. 46).

Удары на ходу. С центра поля с мячом катитесь к точке свободного удара и оттуда с ходу бейте по воротам. Попробуйте обвести вратаря.

Удары от борта. Поставьте борт на 3—4 м от линии, условно соединяющей центр поля и ворота. На ходу пошлите мяч в борт, примите его и, проехав еще несколько метров, точно пробейте (рис. 47).

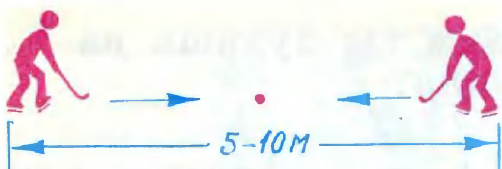


Рис. 40

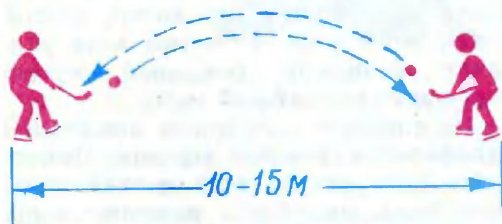


Рис. 41

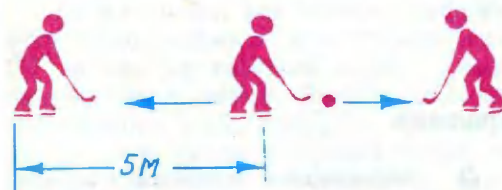


Рис. 42



Рис. 43

«Слалом». Несколько деревянных стоек поставьте на пути от середины поля к воротам в 2—3 м одна от другой, почти рядом с границей штрафной площадки. Объехать стойки и с позиции между двумя последними стойками пробить мяч (рис. 48).

Удар с паса. Два хоккеиста от центральной линии катятся на скорости к воротам, передавая мяч, а затем с паса бьют.

Удар в единоборстве. Два хоккеиста одновременно устремляются к

воротам. Один с мячом, другой пытается отобрать его. Задача — уйти от преследователя и забить гол.

Удар в борьбе с двумя защитниками. Одному хоккеисту в атаке противостоят два защитника. Надо обыграть их и пробить по воротам.

С мячом через борт. Поставьте параллельно несколько бортиков в 3—4 м один от другого. На ходу перекиньте мяч через борт, перепрыгните сами, обработайте мяч и снова перебросьте и прыгните. Это упражнение хорошо для проведения эстафеты (рис. 49). Кстати, для правильного владения мячом очень полезны эстафеты. Постарайтесь использовать их, применяя борты, стойки.

Трое против двух. От центра поля три хоккеиста, владеющих мячом, нападают на двух защитников. Пытаются обыграть их и ударить по воротам.

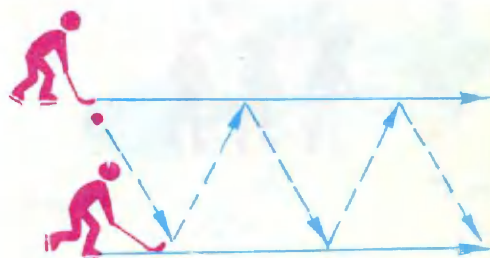


Рис. 44

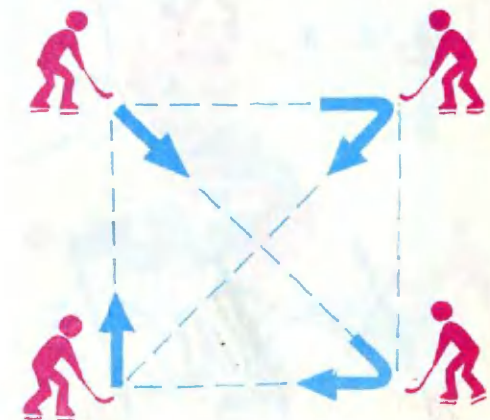


Рис. 45

Кем ты будешь на поле?

Вы знаете наверняка, что в хоккейной команде есть вратарь, защитники, полузащитники, нападающие. Кем вы будете на поле? Все зависит от желаний, склонности. Ведь один быстр на коньках как ветер, другой цепок в обороне, а третий всех удивляет завидной реакцией, лучше всех ловит хоккейный мяч.

Не спешите с выбором хоккейной «профессии», все они хороши. Попробуйте поиграть на всех местах ледяного поля, меняйтесь ролями. А пока познакомьтесь с тем, как формируется команда, узнайте о задачах каждого звена коллектива хоккеистов.

Вратарь

О действиях вратаря — игрока № 1 — рассказывает двукратный чемпион мира заслуженный мастер спорта Юрий Шальнов (фото).

Юрий Шальнов — воспитанник московского «Динамо», в составе которого неоднократно был чемпионом страны. Провел много матчей за сборную СССР, а в 1965 и в 1969 гг. становился чемпионом мира. Его отличала хорошая реакция в воротах, самоотверженность в игре. Сейчас Ю. Шальнов — тренер «Динамо».

— Вратарь — половина команды. Каждый из бывалых спортсменов знает цену этой истины. Не счесть случаев, когда надежная игра вратаря, его уверенность выручали коллектив в самый тяжелый момент. И наоборот, единственная ошибка вратаря перечеркивала подчас все старания команды.

Одним из первых советских спортивных кинофильмов был «Вратарь». Герой кино — футболист, но слова песни из этого фильма — «Эй, вратарь, готовься к бою! Часовым ты по-

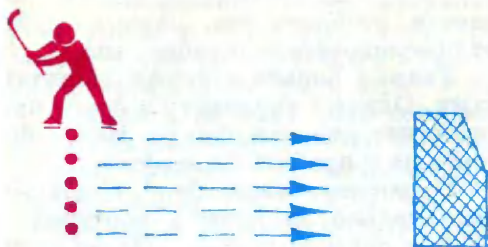


Рис. 46



Рис. 47



Рис. 48



Рис. 49



ставлен у ворот. Ты представь, что за тобою полоса пограничная идет» — прекрасно говорят и о роли вратаря хоккейного. Он тоже часовой на самом главном рубеже. Вратарь — фигура почетная, а мастерство этого обязательно крепкого, мужественного духом человека всегда оценивается высоко.

Казалось бы, все просто: тебе нужно лишь поймать или отбить мяч. Но далеко не каждый может быть надежным у сетки. Знание законов вратарского дела, упорные тренировки, в том числе и специальные, не только на льду, — неперемненное условие ваших успехов.

Знайте, что вратарю разрешается отбивать и задерживать мяч туловищем, ногами, коньками и руками, ловить и бросать его. Исходное положение вратаря (стойка) должно быть устойчивым, позволяющим сделать любое движение.

Мой опыт, наблюдение за другими вратарями, и в первую очередь за пятикратным чемпионом мира Анатолием Мельниковым (несомненно, лучшим стражем ворот за всю историю нашего и мирового хоккея), убеждают в том, что важно освоить сначала главные приемы игры.

Так, вот, основная стойка вратаря — ноги на ширине плеч и слегка согнуты в коленях, тело наклонено вперед, руки в полусогнутом состоянии.

В первую очередь научитесь ловить в воздухе мяч. При этом руки выносятся навстречу летящему мячу, ладони как бы образуют воронку. Когда ладони соприкасаются с

мячом, пальцы должны захватить его (рис. 50).

Я, чтобы лучше овладеть этим приемом, любил круглый год тренироваться с теннисным мячом. Примерно по часу в день проводил у стенки, бросал и ловил мяч. Это помогало вырабатывать «чувство мяча», реакцию, развивало гибкость. Я таким образом тренировал мышцы и легко входил в форму после летнего отдыха.

Не менее важно уметь ловить и низко летящий мяч. Чтобы поймать его, вратарь должен встать на одно



Рис. 50



Рис. 51

колено, наклониться вперед и опустить руки навстречу мячу (рис. 51). В каждом матче вратарю обычно приходится с падением на лед ловить и отбивать летящие и катящиеся мячи. В этом случае, сделав быстрый рывок, нужно упасть на лед в сторону, и вытянув руку, задержать или отбить мяч (рис. 52). Если поймать мяч нельзя, вратарь отбивает его ногой или рукой, причем ногой мяч отбивается или щитком, или внутренней стороной конька (рис. 53).



Рис. 52



Рис. 53

Задержка мяча туловищем или ногами особенно нужна при ударах с близкого расстояния, когда нет уверенности в том, что можно задержать мяч руками. В этом случае надо предугадать направление удара, сомкнуть ноги и закрыть телом наиболее вероятную площадь попадания мяча. Помните, что если форвард атакует с угла, не нужно выкатываться навстречу — вас легко можно будет обвести. Выходить вперед целесообразно, лишь когда вы твердо уверены, что овладеете мячом. При выходах из ворот надо рассчитать свой бег, чтобы в момент подготовки нападающего к удару лежа преградить путь мячу в ворота.

Но вот мяч у вас. Как быть дальше? Надо быстро оценить обстановку и точно отдать мяч своему игроку. Но кому? Тут рецептов нет. Думайте сами. И все же рекомендую прежде всего проверить (как говорится, на все сто процентов), не сможет ли выброшенный вами мяч перехватить соперник и тут же забить гол. В хоккее, где скорости велики, такие ошибки исправлять нелегко. Так что не допускайте неточной передачи. Вспоминается интересный случай, когда верные действия вратаря, владевшего мячом, стали во многом решающими в серьезном матче. Было это в 1975 г. на первенстве мира. Встречались сборные СССР и Швеции. Наш голкипер Сергей Лазарев (игрок хабаровского СКА) спас команду от верного гола, оценил мгновенно ситуацию, увидел, что нападающий Юрий Лизавин находится в выгодном для атаки положении, и сильно бросил ему мяч. Защитники шведов не были готовы к такому повороту событий. Лизавин не сплеховал — на скорости прошел в штрафную площадь шведов и забил важнейший гол.

Старайтесь и вы начинать атаку подобно Лазареву. Всегда будьте смелы, решительны, инициативны, внимательны. Команда скажет: «Спасибо, вратарь!»

Защитник

Об игре защиты рассказывает восьмикратный чемпион мира заслуженный мастер спорта Евгений Герасимов (фото).

Евгений Герасимов начал играть в хоккей в Ульяновске, где выступал за юношескую команду «Динамо». Затем он играл в клубе СКА (Хабаровск), а с 1964 г. выступает за московское «Динамо». Защитник высочайшего класса, он восемь раз в составе сборной СССР становился чемпионом мира.

— Задача игры защитников ясна — им приходится противодействовать игрокам атакующей команды в непосредственной близости от своих ворот. Защитники — это люди сильные, выносливые, решительные. В идеале защитник обороны должен хорошо владеть техникой отбора мяча, обладать высокой скоростью, уметь отдать пас, хорошо видеть поле и ориентироваться на нем, владеть сильным и точным ударом и, конечно, подчинять свои действия интересам коллектива. История нашего хоккея знает немало великолепных защитников: Виктора Шеховцева, Анатолия Панина, Виталия Данилова, Юрия Гаврилова, Леонида Палладия и многих других. Обороняясь, они четко подстраховывали полузащитников, вели строгий контроль зоны перед своими воротами...

Главные технические приемы защитника — перехватывание и выбивание мяча. Вот защитник, внимательно наблюдая за мячом, следит за соперником или закрывает зону его движения, располагаясь сзади или сбоку от него. Определив возможное направление и момент передачи, он быстро выскакивает перед опекаемым игроком, ставя крюк клюшки на пути мяча. Это и есть перехватывание.

Выбивание мяча. Противник атакует по правому краю. Важно не дать ему уйти в центр, загнать в угол. В этой ситуации нападающий старает-



ся сделать прострел вдоль ворот. В момент замаха надо коротким резким движением клюшки выбить мяч, лучше всего в сторону бортика.

Помните, что для того, чтобы нападающий ударил, ему надо прежде поднять клюшку. Вот это мгновение — самое выгодное, держитесь к форварду ближе и успевайте выбить мяч.

Еще один нередкий случай. Мяч мимо защитника летит очень сильно по льду, и нет времени на его остановку или обработку из-за рядом двигающегося нападающего. Лучше всего наклонить клюшку ко льду так, чтобы образовался своеобразный трамплин. Мяч, попав на него, взлетает вверх и уходит из опасной зоны (рис. 54).

Если же поблизости нет нападающего, нужно мягко остановить мяч и быстро отдать его своему игроку.

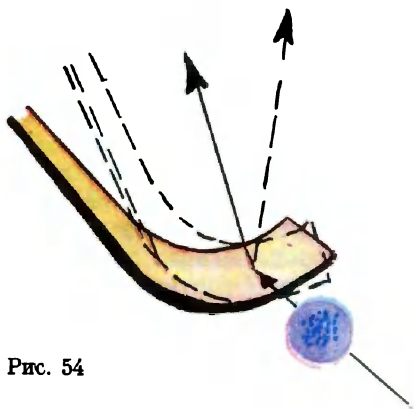


Рис. 54

Одна из частых ошибок — отбивание мяча без адреса в центр. Там его очень легко может подхватить соперник, пойти вперед и опасно атаковать.

Еще одно нарушение законов обороны: получив мяч, защитник не отдает сразу пас партнеру, а движется вперед сам. Момент своевременной передачи потерян; ближайшие партнеры «закрыты» игроками соперника, и защитнику приходится обводить или вступать в единоборство, а это очень опасно, потому что он последний игрок перед воротами.

Защитнику часто приходится останавливать мячи, летящие по воздуху или отскочившие ото льда. Ориентируйтесь, далеко ли противник. Если его нет рядом, остановите мяч телом и потом клюшкой отдайте его по точному адресу. Если туловищем остановить мяч неудобно, он летит ниже бедра, то возьмите клюшку одной рукой у крюка так, чтобы мяч попал на него. Бывает, что из-за плохого льда мяч подпрыгивает на поле. Тут годится прием клюшка-конек: сзади клюшки для подстраховки ставьте конек. Если мяч перескочил крюк, то его задержит конек.

От защитника в огромной степени требуется выдержка, умение даже в трудной ситуации не нарушить правила. Вот что говорит об этом ценном качестве — выдержке — самый сильный человек нашей планеты, двукратный олимпийский чемпион штангист Василий Алексеев:

— Встретился я в родном для меня Архангельске с хоккеистами и сказал им так: «Мяч у вас легкий и мал, а труда требует большого. Вот иногда называют поднятие тяжестей «железной игрой». А она ведь не только недюжинную силу испытывает, но и железные нервы. На льду тоже. Как тренируешься, так и играешь. Вспыльчив если, команду можешь подвести. Я желаю юным спортсменам учиться владеть собой и не беречь пота на тренировках. Тогда и игра пойдет!»

А теперь — примерные упражнения для защитника.

1. Катание спиной вперед 15—20 м, из этого положения поворот на 180 градусов и последующий рывок 20—25 м (10—12 раз).

2. В полушпагате достать воображаемый мяч (15—20 раз).

3. Короткие, на 5—7 м рывки в стороны (10—12 раз).

4. Два защитника встают на расстоянии 30—40 м и передают мяч друг другу верхом с остановками (стоя и в движении, 7—10 мин.).

5. Два защитника встают на расстоянии 8—10 м и «подкидкой» передают мяч по воздуху. Поймать летящий мяч в воздухе и передать партнеру (3—5 мин.).

6. На ходу подбросить мяч и, когда он коснется льда, мягко накрыть его клюшкой (20—30 раз).

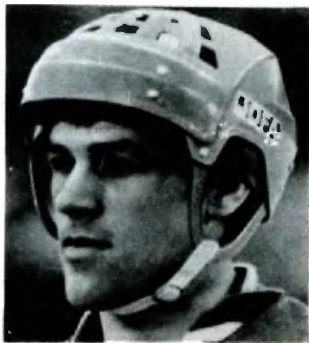
Полузащитник

Об игре центральных и крайних полузащитников рассказывает капитан сборной СССР четырехкратный чемпион мира Владимир Плавунов (фото).

Владимир Плавун начал играть в хоккей с мячом в подмосковном городе Люберцы, когда ему было 13 лет. Оттуда перешел в столичное «Динамо». Он семикратный чемпион страны, пятикратный чемпион мира.

— У английских любителей футбола есть такое выражение: «Покажите мне ваших полузащитников, и я скажу, что у вас за команда». Эта оценка полностью подходит и для хоккея с мячом. Обычно в команде есть два центральных и два крайних полузащитника. Задача их — оборона своих ворот и поддержка нападающих.

«География» действий центрального полузащитника значительно шире, нежели у нападающих и защитников. Практически это все поле. Вот он отобрал мяч у соперника близ бортика или сыграл в пас с выдвину-



тым вперед нападающим. Сорвалась атака, и этот вездесущий мастер уже помогает своей обороне. Еще минута-другая, и он снова стремится ближе к воротам соперника, комбинирует, а зачастую и сам посылает мяч в цель. Словом, игра складывается из действий в нападении и обороне, причем один из полузащитников больше внимания уделяет защите, другой чаще подключается к нападающим.

Образцом атакующего полузащитника считают свердловского армейца Николая Дуракова. Он долго выступал в нападении, но в последние годы в интересах клуба перешел в среднюю линию команды. Обладая отличным ударом, блестящей техникой и хорошей скоростью, Дураков часто начинал атаку из глубины поля и не раз оказывался на острие атаки. У него была своя «коронная», отработанная на тренировках, комбинация. Во время атаки Николай оставался незаметным в середине поля. Левой частью ледовой арены завладевали его партнеры Валентин Атаманчев и Александр Измоленов. Оборона соперников невольно смещалась туда. И здесь следовал точный пас по диагонали назад. Дураков, включив предельную скорость, буквально врзался в штрафную площадку и точно бил в сетку.

Главное в действии центрального полузащитника — внезапность. Нападающим иногда очень трудно действовать в рамках строгой опеки, и тут на помощь им приходят полуза-

щитники, за которыми присматривают не так внимательно. Признаюсь, успевать повсюду нелегко, это требует хорошей физической готовности, высокой скорости, маневренности, умения делать рывки вперед и быстро возвращаться назад, не нарушая стройности обороны.

На тренировках обратите внимание на отработку взаимодействия с партнерами. Попробуйте наладить игру таким звеном: центральный полузащитник — центральный нападающий — крайний нападающий. Или центральный полузащитник — центральные нападающие.

В московском «Динамо» уже многие годы практикуют такой метод атаки: в середине поля полузащитник завладевает мячом и катится с ним вперед. С двух сторон к нему пристраиваются два нападающих. В одном темпе, на одной скорости они устремляются к воротам, передавая мяч друг другу. Два оставшихся нападающих в это время маневрировали без мяча, запутывая соперника. В его обороне образовывались незащищенные места, и именно в том направлении — либо по краю, либо через центр — шла атака. Как правило, результат был отличным.

Многое решает центральный полузащитник и при обороне ворот. Вот соперник атакует левым флангом. Сместитесь к своему правому полузащитнику, одновременно страхуя среднюю зону. Нападающий соперника попытается обойти вашего товарища. Вы обязаны успеть подстраховать его, завладеть мячом и начать свою атаку.

Полузащитник должен всегда быть маневренным, находиться в движении. При отборе мяча его скорость не должна быть ниже скорости нападающего. Даже если тот успеет убежать, от вас, то вы его далеко не отпустите, будете с ним рядом и вновь вступите в борьбу. Ну, а если все же нападающий вас обошел? Здесь на помощь приходит защитник. Нужно, чтобы один из ваших товарищей по обороне играл близко к вам. Это необ-

ходимо в игре против техничных, подвижных форвардов. Ошибся или не справился ты — тебе поспешат на подмогу товарищи.

Хорошим средством при игре в обороне является персональная опека кого-либо из команды соперников. Такие действия — игрок против игрока — значительно дисциплинируют спортсмена, приучают к внимательности и аккуратности в игре.

Для крайнего полузащитника прежде всего важно умение играть на фланге, вдоль борта. Ведь в быстром хоккее это одно из главных направлений атаки. Так что крайний полузащитник обязан надежно действовать и в обороне и во время контратаки. Большинство команд используют крайнего полузащитника для начала атаки. Вот мяч отдан вратарем точно крайнему полузащитнику. Тому важно быть в движении и выбрать правильный курс атаки. Лучше всего отдать мяч вперед одному из своих нападающих. Передача должна быть своевременной и точной. Не задерживайтесь с пасом, иначе соперник быстро соберет большие силы в обороне.

При обороне крайний полузащитник играет против крайнего нападающего, стремится быть ближе к нему. Но если момент потерян, быстро развернитесь в сторону своих ворот и постарайтесь догнать соперника и вступить с ним в единоборство.

Другая ситуация. Соперник овладел мячом. Двигаясь спиной к своим воротам, займите такое положение, чтобы не дать нападающему уйти с мячом в центр, а освободите такой «коридор» по краю, чтобы он пошел туда. Как только владеющий мячом поравняется с вами, вступайте с ним в борьбу.

Вот примерные упражнения для полузащитника.

Советую на каждой тренировке по 5—10 мин. кататься по центральному кругу поля (как по часовой стрелке, так и против нее). Далее. Из положения спиной вперед научитесь резко делать поворот на 180 градусов

с рывком в другую сторону на 5—7 м, повторить 10—15 раз.

Представьте, что на вас движется соперник с мячом, а вы откатываетесь спиной вперед. Он может проскочить слева, справа. Вот из этого положения спиной вперед и делайте рывки в сторону, чтобы помешать воображаемому сопернику. Хорошо добавляют уверенности в катании и тренировочные прыжки через бортик в обе стороны.

Надо овладеть точными передачами мяча верхом, низом, на любые расстояния. Чтобы отработать кистевой бросок, на тренировках встаньте в 2—3 м от бортика и часто-часто мягко посылайте мяч в борт с правой и левой сторон. Например, бросайте мяч в борт слева от себя — мягкий прием на крюк без отскока, перевод мяча на правую сторону и бросок с этой стороны. Повторять это надо по 25—30 раз, делая небольшую паузу для отдыха.

Мягкую остановку мяча и точные передачи хорошо репетировать в парах, постепенно увеличивая расстояние. Очень хороши и такие упражнения, как передача мяча в парах верхом — в движении и на месте, удары по воротам из разных точек радиуса в движении. Бить надо быстро, с коротким замахом.

Крайний нападающий

О действиях нападающих говорит заслуженный мастер спорта, восьмикратный чемпион мира Валерий Маслов (фото).

Валерий Маслов научился играть в хоккей в школе в подмосковном Кусково, затем переехал в город Жуковский и там был замечен тренером А. Константиновым. Выступал на первенстве СССР за калининградский «Труд» и московское «Динамо», причем одновременно играл за команду мастеров и в футбол и в хоккей. Восьмикратный чемпион мира по хоккею, десятикратный чемпион



СССР, обладатель золотой и двух серебряных медалей в футбольном первенстве страны, дважды в составе «Динамо» был обладателем Кубка СССР.

— Вот уже двадцать с лишним лет не знает поражений сборная СССР, и все это время успех нашей команде приносила в первую очередь замечательная игра нападающих. Сколько раз соперники не выдерживали вихря атак советских хоккеистов, для которых нападение — главная тактика на льду.

Каждый из мальчишек стремится стать нападающим. Это фигура на поле очень яркая. Чаще всего в хоккей играют в четыре нападающих — два крайних и два центральных. Проследите за движением хорошего форварда на льду. Следы его коньков — замысловатые кружева, рваный ритм бега, запутывающий соперника. Это нелегко, требует огромных усилий, выносливости, отточенной техники бега на коньках и владения клюшкой. Как правило, крайние нападающие больше всего действуют на флангах, причем нередко и без мяча.

Вот правый крайний (№ 7) отдал мяч у борта одному из полузащитников или нападающему, а сам устремляется вдоль борта вперед, стараясь как можно дальше убежать от крайнего полузащитника соперников. Скорость «семерки» должна быть выше скорости опекуна. На ходу атакующий ждет обратного паса, внимательно следит за действиями партне-

ра, которому отдал мяч. Следует пас, и вот уже «семерка» прорывается вдоль борта и сам может отдать пас на удар. Если же игрок обороны закрыл движение вдоль борта, пас получить трудно, то «семерка» резким маневром уходит в центральную зону атаки и уже там получает мяч и бьет по воротам.

Во время атаки крайний нападающий набирает высокую скорость, ищет свободное место, или, как говорят, «открывается» для точной передачи. Клюшка его должна быть на льду, а не поднятой. Это хороший ориентир для партнера при передаче мяча. Постарайтесь также, чтобы крюк клюшки был как можно дальше от соперника, чтобы тот при отборе мяча не мог бы дотянуться до него.

По ходу матча могут возникнуть различные варианты. К примеру, пришлось делать с правого фланга передачу, вдоль ворот. Стремитесь здесь послать мяч так, чтобы вратарь не достал его — примерно на 12-метровую отметку или в вершину радиуса, но обязательно не упускайте из виду своих атакующих партнеров.

А если на линии движения мяча стоит защитник? Делайте такой «прострел», чтобы мяч поднялся ото льда на 15—20 см. «Прострел» — сильный, резкий удар вдоль ворот, но пользуйтесь им в исключительных случаях, когда видите своего партнера наверняка.

А основное для крайнего нападающего — точная мягкая передача своему игроку. Мне часто приходилось доходить с мячом до штанги ворот или близко к ней, защитники оказывались в невыгодном положении, лицом к своим воротам, не могли видеть, что делают остальные нападающие. Я делал точную передачу своему игроку, и тот бросал или бил по воротам.

Каждое решение крайний нападающий должен принимать по обстановке на поле и в зависимости от состояния льда, погоды. Ищите разные, но самые верные пути к воротам. Умелое сочетание индивидуальной

техники и коллективных усилий — основа успешной игры в нападении.

Еще один пример, когда крайний нападающий может обмануть самую строгую персональную опеку. Если я видел, что за мной следует «тень» (это обычно игрок, бегающий на коньках не хуже меня), то шел на такую уловку — отходил назад и располагался где-то около бортика. Мой преследователь сначала был около меня, но потом, когда мяч перемещался к его воротам, не выдерживал и ехал на помощь защитникам, благо я пока опасности не представлял. Тут же, когда я становился свободным, мне посылали мяч, и удавалось начать атаку по флангу.

Многое зависит от крайнего нападающего и при игре в обороне. Он может препятствовать развитию атаки соперника через крайних полузащитников, должен, потеряв мяч, не отказываться от борьбы, снова активно участвовать в поисках мяча.

Старайтесь на тренировках улучшить катание — коротким бегом, накатом, «змейкой», виражами, зигзагом. Побольше делайте рывков, осваивайте разнообразные финты. Рекомендую уделять внимание такому упражнению: на скорости с фланга сделать длинную (25—30 м) передачу мяча партнеру в центр, «прострелы» на высоте 15—20 см.

Не забывайте на скорости сыграть и об борт — послать в него мяч так, чтобы он отскочил опять к вам. Сопернику трудно разгадать такой маневр, и он остается за спиной.

Центральный нападающий

О его действиях рассказывает заслуженный мастер спорта, пятикратный чемпион мира Евгений Папугин (фото).

Евгений Папугин впервые стал чемпионом страны, выступая за московскую армейскую команду, а затем много лет играл в московском «Дина-



мо» и забил в ворота соперников 346 мячей. Был затем играющим тренером команды «Зоркий» и забил еще 76 мячей. Папугин открыл счет мячей, забитых сборной СССР на чемпионатах мира. В его коллекции пять золотых медалей за победы на этих первенствах. Его удары с любой дистанции и из любого положения были всегда опасны для вратарей.

Сейчас Е. Папугин — старший тренер команды «Зоркий» — чемпиона страны 1979 года.

— Само слово «центральный» говорит о том, что этот игрок находится на острие атаки. К нему всегда приковано внимание. Игрок этот должен обладать хорошей физической подготовкой, безупречной техникой владения клюшкой, метким ударом с обеих рук, высокой маневренностью бега на коньках. От его игры во многом зависит сила всей команды.

Центральные нападающие, как правило, лучшие бомбардиры в командах, большинство передач в штрафной площади соперника адресуется центрфорварду.

Но это не значит, что центральный нападающий стоит в штрафной площади противника и ждет, когда ему последует передача, чтобы он забил гол. В хоккее с мячом центрфорвард и начинает атаку и завершает ее.

Мне много лет пришлось выступать в роли центрального нападающего как в московском «Динамо», так и в красногорском «Зорком», защищать на этой позиции честь сбор-

ной СССР в международных турнирах и на чемпионатах мира. Долгие годы моими партнерами по нападению были: Михаил Осинцев, Валентин Атаманычев, Валерий Маслов. От взаимодействия пары центральных нападающих, взаимопонимания, знания манеры друг друга часто зависит успех матча.

Хорошо помню такой случай. В одном из матчей московского «Динамо» с армейцами Свердловска (это всегда центральная встреча первенства страны) секундная стрелка только начала свой бег. Я получил мяч в центре поля и ринулся вперед. Крайние нападающие «растянулись» по бортам, а Михаил Осинцев пристроился ко мне по ходу движения для получения паса. Он все время открывался в удобной для взятия ворот позиции. Я продолжал идти вперед, делая вид, что вот-вот отдам Осинцеву пас. А когда до ворот оставалось примерно 12 м, ударил. Гол! Осинцев ни разу не дотронулся до мяча, но разве он не соавтор гола?

Давайте вместе посмотрим за действиями центрального нападающего. Вратарь выбрасывает мяч левому крайнему полузащитнику. Если на него не нападают, то он набирает скорость и движется с мячом вдоль борта. Тогда левый центральный нападающий на скорости подстраивается к нему для получения мяча. Важно, чтобы скорость нападающего была чуть выше, чем у полузащитников, и в зоне получения мяча от полузащитника не было бы близко игроков противника, стремящихся перехватить или отобрать мяч.

Это очень важный момент в игре центрального нападающего — правильно открываться, то есть освободиться от персональной опеки противника для получения мяча. Правильно открыться — это значит совершить быстрый маневр в зону, свободную от соперников, занять такое положение, при котором никто не сможет выбить мяч клюшкой или перехватить направленную тебе передачу.

Итак, «девятка» или «десятка» получила мяч от левого крайнего полузащитника. Перед ним защита противника. Как быть? В хоккее ситуации многообразны, но есть необходимые условия, которые надо соблюдать в каждой команде.

Первое условие — все игроки нападения должны двигаться на одной скорости и в одну линию. Представьте себе, что центральный нападающий получил мяч, движется с ним вперед, а его партнеры отстали. Он будет вынужден вступать в единоборство с 5—6 защитниками. Даже большим мастерам трудно преодолеть такую оборону. Поэтому правильное расположение игроков нападения — в линию от левого крайнего до правого крайнего.

Как только игрок центра нападения получает мяч, он должен развить максимальную скорость. То же самое должны делать и его партнеры по нападению и поддерживающие их центральные полузащитники.

Второе условие — игра нападающих по своим местам. Крайние нападающие движутся вдоль борта, центральные — по центру. Такое расположение облегчает действия центрального нападающего, создает ему простор в игре.

Третье условие — своевременность паса. Своевременный пас — это и точная передача мяча партнеру для взятия ворот, это и точная передача для того, чтобы обыграть затем противника, это — передача, которая позволяет партнеру оказываться в удобной позиции для дальнейшего взаимодействия с игроками своей команды.

К примеру, в середине поля два центральных нападающих движутся на двух соперников, сзади которых располагаются защитники. Если передача дана своевременно открывающемуся партнеру, то два игрока противника будут обыграны одним пасом и нападающие, не теряя скорости, двинутся вперед на защитников.

Если же пас не будет дан вовремя

мя, то игроку придется обыгрывать противника уже в зоне плотной обороны. Там и обвести трудно, и пас дать сложно, поскольку мяч перехватят или выбьют. Поэтому старайтесь отдать партнеру пас, как только видите, что он свободен.

Итак, вернемся к центральному нападающему, получившему мяч от полузащитника. Как мы уже условились, все игроки движутся по своим местам и в одну линию, на максимальной скорости.

Партнер справа занял хорошую позицию, центрфорвард передает ему мяч, а сам движется вперед, наблюдая развитие атаки. Правый центральный передает мяч правому крайнему, тот на скорости обходит полузащитника, а в это время правый центральный врывается в штрафную для получения мяча от крайнего нападающего. Опасный момент у ворот. Защитники бросаются на подстраховку левого полузащитника, мешают принять мяч правому центральному нападающему — короче, приняты все меры, чтобы обезопасить ворота от прорыва правого крайнего нападающего. Левый центральный нападающий, видя такую ситуацию, когда оборона противника занята атакой справа, снижает скорость, остается в вершине радиуса.

Его преимущество в том, что игроки противника стоят к нему спиной и не видят его действий. Он мгновенно открывается в свободную зону в штрафной, и правый крайний нападающий, увидев его, дает ему пас. Удар, гол!

А если мимо?

А если мимо, то центральный нападающий вместе с партнерами по нападению участвует в обороне и снова возвращается в свою штрафную в поисках мяча для начала атаки.

Эти простейшие ситуации показывают, какой большой объем работы приходится выполнять нападающим, какой высокой маневренностью должны они обладать. Техника передачи должна быть безупречной, передачи своевременными и без ошибок. Ведь

посмотрите: как только началась атака, вся команда пошла вперед. Стоит нападающему дать неточный пас, как тут же следует опасная контратака. Поэтому, чтобы потеря мяча было меньше, дорожите пасом, давайте его лишь тогда, когда уверены, что соперник не перехватит мяч.

Каковы особенности тренировки центрального нападающего?

Большое внимание уделите быстрой обработке мяча, быстрее передавайте его партнеру, быстрее двигайтесь по полю.

Вам часто приходится бить по воротам, поэтому тренируйте удар. Бейте больше в движении. Замах при ударе должен быть короткий, удар хлесткий, быстрый.

В тренировке уделяйте по 10—12 мин. обводке. Пригласите защитника и попытайтесь обводить его на отдельном участке поля, например в центральном круге.

Вообще как можно больше внимания индивидуальной подготовке. Больше водите мяч, перекладывая его справа налево, направляя вперед от себя и возвращая назад за спину, попробуйте делать повороты (пируэты) на 360° с мячом. Тренируйте удары с воздуха после коротких подбросов мяча, подброс мяча на 10—12 см одной, двумя руками с последующей остановкой.

Сборная, которая не знает поражений

От первого до одиннадцатого

Одиннадцать раз проводился чемпионат мира, и каждый раз на пьедестал почета поднимались хоккеисты Страны Советов. Это большой успех советской школы хоккея!

Сила духа советских спортсменов, мужество в соревновании с жаждущими успеха соперниками, великолепное мастерство, достигаемое на

многочасовых тренировках, — вот основные слагаемые наших успехов. Так давайте же вместе с вами, друзья, заглянем в историю чемпионатов мира, историю, где заглавные буквы написаны сборной СССР.

I чемпионат мира. Он проходил в Финляндии в феврале — марте 1957 г. В чемпионате участвовали сборные СССР, Швеции и Финляндии.

Первый матч: СССР — Швеция. К 60-й минуте скандинавы ведут 2:0. И тут наступил перелом в игре, инициативой прочно завладели советские хоккеисты. На 78-й минуте Папугин после свободного удара забивает гол. Шведы беспорядочно отбиваются. За несколько минут до окончания игры снова свободный удар у ворот шведов. Передача Атаманчуку, и великолепный удар в верхний угол ворот — 2:2.

Последний матч: СССР — Финляндия. Чтобы стать чемпионами мира, финнам достаточно свести матч вничью, нашей команде нужна только победа. Около получаса хозяева поля удачно защищались, но затем не выдержали бурного темпа атак. И мячи посыпались в их ворота. Счет 6:1. Мы — первые чемпионы мира!

Зарубежная пресса очень высоко оценила победу сборной СССР: пять советских хоккеистов вошли в символическую сборную мира. Специальным призом за лучшую игру был отмечен наш вратарь Анатолий Мельников. Приз лучшего нападающего был вручен Николаю Дуракову.

II чемпионат мира состоялся в феврале 1961 г. в Норвегии. К прежним участникам в чемпионате добавилась сборная Норвегии.

Судьба золотых медалей решалась в последнем матче — сборных СССР и Швеции. Уже на 2-й минуте Атаманчуков, получив передачу от Маслова, открывает счет. Но шведы не сломлены и все чаще атакуют ворота советской сборной. На 35-й минуте Седвали сильнейшим ударом забивает мяч. Ничья устраивала советскую команду, поскольку разница мячей была лучше, чем у шведов. Однако

советские спортсмены и не помышляли о переходе в оборону, и на 63-й минуте Атаманчуков забивает решающий гол. 2:1. Победа!

III чемпионат мира проходил в Швеции в феврале 1963 г. Во втором круге произошла сенсация — финны победили хозяев поля со счетом 1:0. Теперь, чтобы стать чемпионами мира, шведы должны были выиграть у сборной СССР с преимуществом в два гола. Однако советские спортсмены не оставили шведам ни малейшего шанса. С первых и до последних минут они непрерывно атаковали и победили со счетом 8:0. Награда — золотые медали!

В феврале 1965 г. в нашей стране был проведен **IV чемпионат мира.**

Перед последней встречей советскую сборную даже теоретически никто догнать уже не мог. Встреча со шведами уже ничего не решала. Несмотря на это, матч сложился очень интересно. После точного удара Осинцева в счете повели хозяева поля. В конце первого тайма с 12-метрового удара гости сквитали счет. В начале второго тайма два прорыва шведских нападающих приводят еще к двум голам в ворота сборной СССР — 3:1! Но советская сборная сумела найти нужный ритм игры и переломить ход матча. На 75-й минуте Вологжанников забивает второй мяч, а через 10 минут Дураков делает счет ничейным — 3:3. В четвертый раз подряд сборная СССР становится чемпионом мира.

V чемпионат мира. Февраль 1967 г., Финляндия. Снова золотые медали были разыграны в матче СССР — Швеция. После точных ударов Дуракова и Маслова во втором тайме в счете повели советские хоккеисты. Шведы сумели перехватить инициативу и отквитать оба гола. Ничья — 2:2! И снова звание чемпионов мира.

K VI чемпионату мира сборная СССР значительно помолодела. В ней появилось семь новых игроков. Чемпионат проводился в феврале 1969 г. в Швеции.

В первом матче сборная СССР сокрушительное поражение нанесла финнам. Сборная Финляндии пропустила в свои ворота 10 мячей. Также уверенно провели наши спортсмены и первый матч со шведами, победив 4:2. Второй круг. Игру с финнами сборная СССР начала в таком стремительном темпе, что уже в первые секунды встречи соперник был полностью деморализован. Счет 5:2, и эта победа позволила сборной СССР стать досрочно чемпионом мира. Игра со шведами была игрой престижа, но и здесь победила сборная СССР — 2:1. Восемь советских хоккеистов вошли в символическую сборную мира. Из трех лучших игроков турнира двое были названы из команды СССР — Шорин (лучший защитник и лучший игрок чемпионата) и Фролов (лучший нападающий).

VII чемпионат мира был проведен в марте 1971 г. снова в Швеции. В сборной СССР было пять новичков. Первый матч — с финнами, и победа — 5:3. Игра сборных СССР и Норвегии прошла с подавляющим преимуществом советских хоккеистов — 8:1. Матч с хозяевами поля проходил в трудных условиях — неожиданное потепление размягчило лед, ухудшило скольжение, и советские хоккеисты потеряли преимущество в скорости. Результат — 2:2.

Снова «золото» и «серебро» было разыграно во втором круге в матче СССР — Швеция. Счет открыли хозяева поля. За несколько секунд до конца первого тайма Фролов сквитал результат, а за 2 минуты до конца игры Лизавин забил победный гол. Золотые медали отправляются в Советский Союз!

И вот наступил черед VIII чемпионата. И снова по-дружески пригласил к себе гостей из Скандинавии наш «добрый молодец». Первенство проходило в феврале 1973 г. в СССР на столичном стадионе «Динамо» и в подмосковном Красногорске. Это был настоящий праздник хоккея — с впечатляющей церемонией открытия турнира, с интереснейшими иг-

рами, радующими десятки тысяч зрителей, с обилием забитых мячей.

Так, уже в первом матче чемпионата — против сборной Норвегии — советские мастера, которых тренировали В. Трофимов и А. Мельников, послали в ворота соперников 11 безответных мячей. Внушительным был счет и в матче с финнами — 8:3, причем здесь Анатолий Фролов из Хабаровска добился редкого достижения — забил за 3 минуты три гола подряд!

Любопытную картину представлял московский стадион «Динамо» перед вторым матчем — СССР — Финляндия. В Москву внезапно пришла весна, и среди тающих сугробов и мокрого асфальта улиц ледяное поле стадиона было настоящим «островком зимы». Играть на мягком льду было тяжело, но все же сборная СССР подтвердила свой класс — 3:0. Под яркими лучами солнца проходила и итоговая встреча — СССР — Швеция.

Гол, забитый Валерием Масловым на 50-й минуте, решил исход встречи. Советская сборная выиграла золотые медали в восьмой раз!

Наша команда была самой быстрой, самой корректной, самой результативной. И совсем не случайно гости — руководители национальных федераций, тренеры, игроки — дали самую высокую оценку сборной СССР.

Вот что сказал старший тренер сборной Швеции Вальтер Ягбрант:

— Иметь такую команду — мечта каждого тренера. Команда эта все может, все умеет...

Главный бомбардир сборной Швеции грозный «Бемпа» — Эрикссон не скрывал восторга:

— Ваша команда — лучшая за все годы.

К столь авторитетным мнениям можно добавить и оценку, данную советским хоккеистам журналистами. В символической сборной мира, составленной ими, больше половины команды — наши игроки. Это Леонард Мухаметзянов, Евгений Гераси-

мов, Евгений Горбачев, Валерий Маслов, Георгий Канарейкин, Валерий Бочков.

IX чемпионат мира проводился в январе 1975 г. в городах Финляндии. Началось первенство для сборной СССР на редкость неудачно. Уже в первой игре — с командой Швеции — чемпионы уступили отлично игравшим шведам — 1:3. Это было первое поражение наших хоккеистов за всю историю первенств. Но у сборной сильный характер, и наши мастера, как и подобает настоящим спортсменам, не дрогнули, учли свои ошибки и в дальнейшем выступали отлично, хотя в составе команды было шесть дебютантов.

Со счетом 8:0 побеждены норвежцы, затем два очка отобраны у финнов — 12:4. И уже в начале второго круга сборная СССР берет убедительный реванш у «Тре крунур» — 7:2. Только в 1963 г. шведы проигрывали нам с более крупным счетом. В заполярной Иматре советские хоккеисты разгромили норвежскую команду — 14:5, а затем в последней встрече наносят поражение хозяевам первенства — 5:0 и в девятый раз становятся чемпионами!

В том турнире наша команда побила свой же рекорд результативности (1973 г. — 32 мяча). На этот раз было забито 47 мячей. Рекордное за всю историю чемпионатов количество мячей в одном матче было зафиксировано в игре СССР — Норвегия — 14:2. Форвард из алма-атинского «Динамо» В. Бочков, забив соперникам 12 мячей, повторил рекорд армейца из Хабаровска А. Фролова, установленный им в 1973 г.

X чемпионат мира стартовал в Норвегии в 1977 г. Снова четыре команды, и снова, как и два года назад, советская сборная в первом матче терпит поражение от соперников из Швеции — 2:3.

Второй круг. Победа над финнами — 8:3 и норвежцами — 6:1. Итак, все решит последний матч со шведской командой. Начало невеселое. На 12-й минуте швед Ольссон открывает

счет. Правда, Лизавину удается сравнять результат, но еще до перерыва швед «Бемпа» — Эрикссон реализует 12-метровый. 2:1. В нашей команде на лед выходит Маслов, и, как писала норвежская газета «Арбайдербладет», «он внес в игру коллектива четкую организацию, придал остроту атаке». И вот натиск сборной СССР приносит успех. Сначала Канарейкин сравнивает счет, а спустя несколько минут капитан нашей дружины Плавунцов доводит матч до победы — 3:2. Сборная СССР в десятый раз становится чемпионом мира и увозит домой серебряный кубок, изготовленный финскими ювелирами еще 20 лет назад.

XI чемпионат мира проходил на искусственных катках Швеции в 1979 г. На старте чемпионата советская команда сыграла уверенно, хотя в первом матче ее соперником была именно шведская сборная. Наши хоккеисты победили — 4:3, причем вратарь С. Лазарев отразил 12-метровый штрафной удар.

Тяжелейшей оказалась вторая игра — с финнами. Лишь за 2 минуты до финального свистка С. Ломанов сводит матч к ничьей — 4:4.

В который раз все решал последний матч в Стокгольме, где встречались сборные СССР и Швеции! Его итог — победный для нашей славной команды. Пропустив на 7-й минуте гол, советская сборная быстро установила натиск хозяев поля, которых поддерживали 15 тысяч жителей Стокгольма. В первом тайме студент из Красноярска С. Ломанов забивает два мяча в ворота шведов, а после перерыва проводит и третий мяч. Это был 13-й гол Сергея в первенстве, побит рекорд результативности в одном чемпионате мира, принадлежавший А. Фролову и В. Бочкову (12 мячей). Но советская сборная развивает успех, и В. Эйхвальд забивает еще один мяч, после чего шведам удается отквитать только один гол. 4:2. Победа! Набрав 11 очков из 12 возможных, сборная СССР в 11-й раз подряд становится чемпионом мира и

завоевывает переходящий серебряный кубок.

А теперь предлагаем вашему вниманию любопытную сводную таблицу, в которой учтены результаты всех чемпионатов мира. Она убедительно показывает прекрасные достижения хоккеистов сборной СССР.

Победно завершив 11 чемпиона-

вина, Ю. Петрова, А. Сивкова, А. Першина, и по одному разу медалями чемпионов награждались В. Чигирин, М. Туркин, Е. Климанов, Л. Шунин, А. Шаклеин, Н. Назаров, А. Голубев, А. Луппов, Г. Водянов, А. Вологжанников, А. Рушкин, Л. Мухаметзянов, А. Теняков, В. Панев, А. Рычагов, Ю. Першин.

Команды	Игры	Победы	Ничьи	Поражения	Мячи
СССР	48	40	6	2	250:77
Швеция	48	25	6	17	163:104
Финляндия	48	14	5	29	123:193
Норвегия*	42	4	3	35	58:220

* Команда Норвегии участвовала не во всех чемпионатах.

тов мира, сборная СССР установила при этом несколько ярких рекордов. Так, у нее больше всего забитых мячей — 250. Наша команда забила больше всего голов в одном чемпионате — 47 (1975 г.) На ее же счету самый крупный счет — 14:2 в матче со сборной Норвегии (1975 г.) Индивидуальный рекорд результативности в одном чемпионате принадлежит С. Ломанову из красноярского «Енисея» — 13 мячей (1979 г.). Больше всего мячей в мировых чемпионатах забили московские динамовцы В. Маслов и Г. Канарейкин — по 24.

Восьмикратными чемпионами мира являются В. Маслов и Е. Герасимов, семикратными — Н. Дураков и А. Измоденов, шесть золотых медалей чемпионата мира у М. Осинцева, Ю. Лизавина, Г. Канарейкина, по пять — у А. Мельникова, В. Атаманчука, Е. Папугина, В. Шеховцева, В. Данилова, Ю. Шорина, В. Соловьева, Е. Горбачева, В. Плаунова, Л. Палладия, по четыре — у В. Хардина, Ю. Варзина, В. Тарасевича, В. Бочкова, В. Янко, по три — у Ю. Школьного, А. Фролова, Г. Шишкова, С. Лазарева, В. Эйхвальда, Л. Лобачева, Ю. Гаврилова, по две — у А. Панина, А. Зайцева, Ю. Шальнова, В. Рыбина, С. Ломанова, Д. Афанасьева, В. Громакова, В. Монахова, В. Коро-

Первым наставником сборной СССР, который привел ее к победе на первенстве мира 1957 г., был В. А. Виноградов. На II и III чемпионатах нашу команду возглавлял И. И. Балдин. На всех последующих чемпионатах сборной СССР руководил В. Д. Трофимов.

Такова победная летопись советского хоккея с мячом. Вам ее продолжать, юные друзья!

Наши первые шаги

Лучшие мастера советского хоккея рассказывают о том, как они начинали свой путь в спорте.

Николай
Дураков



— Детство мое проходило в Нижнем Тагиле. Хоккей с мячом пользовался тогда большой популярностью.

Не беда, что не было у нас настоящих клюшек, мячей. Все делали сами, а вместо мяча подчас брали замерзшую картофелину и гоняли ее во дворе.

Было мне 15 лет, когда приняли меня в детскую команду Нижнетагильского металлургического комбината. Просился на «большой лед» я и раньше, да не брали — говорили, что уж слишком мал.

За хоккеем не забывал об учебе. Поступил в техническое училище, потом работал на заводе металлоконструкций. В 17 лет тренер П. И. Коготков взял меня в первую заводскую команду. Вскоре я уже участвовал в розыгрыше первенства страны в составе «Металлурга» в классе «Б».

Вся моя дальнейшая спортивная жизнь связана с одной из лучших наших команд — свердловским СКА. В Свердловске я первый раз попробовал силы в высшей лиге первенства страны, оттуда же был приглашен в сборную страны. Это было в 1956 г., а последний свой матч провел 9 марта 1975 г.

Сколько было интереснейших хоккейных встреч! Какие великолепные мастера играли вместе со мной (и в первые мои годы на льду, когда я был нападающим, и потом, когда в интересах команды стал полузащитником)! Статистики подсчитали, что я во всех своих матчах забил рекордное количество мячей — 1150. У меня богатая коллекция наград — семь золотых медалей чемпиона мира, девять золотых медалей за победу в первенстве страны, семь серебряных и две бронзовые медали. Ничего этого я не добился, если бы не регулярные и трудные тренировки, если бы не помощь и дружба товарищей по команде. С их поддержкой я закончил военное училище, а затем и педагогический институт.

С первых дней в хоккее я старался побольше уделять внимания развитию скорости. Делая с товарищами различные рывки, старался на ходу менять темп бега, соревновался с друзьями в скорости катания на опреде-

ленных дистанциях — 5, 10, 30, 50 м и т. д. В хоккее важно резко стартовать с места — это сразу даст вам преимущество перед соперником.

И еще одно: Учитесь оценивать ситуацию на поле: где находится мяч, в каком направлении развивается атака, кто из ваших партнеров находится в самом выгодном положении и ждет передачи и, наоборот, кому нужно помочь. Словом, не просто бегайте по полю, но ищите лучшие варианты игры.

Старайтесь в свободное время наблюдать матчи старших товарищей и следите за рисунком игры: как и кому передается мяч, чем сильна одна или другая команда. Такие наглядные уроки мне в свое время очень помогли.

Анатолий
Мельников



— Лет тридцать назад была в Москве любимая многими команда «Буревестник», которая выступала в первенстве страны до 1959 г., причем выступала неплохо, была и призером. Вот в детской команде «Буревестника» и начинал я играть в русский хоккей.

До сих пор хорошо помню советы моих первых тренеров — Н. С. Исаева и В. И. Соколова. Вообще мне в жизни везло на хороших наставников. С теплотой и исключительным вниманием относились ко мне первый тренер сборной СССР В. А. Виноградов и его помощник В. А. Меньшиков. Многое я почерпнул у опытного И. И. Балдина, до тонкостей знавшего секреты русского хоккея. Когда в 1962 г. я, уже известный



Последние указания тренера сборной СССР В. Д. Трофимова перед выходом на поле

вратарь, неоднократный чемпион мира и СССР, перешел из ЦСКА в московское «Динамо», то заметно пополнил свой технический арсенал, слушая дельные рекомендации В. Д. Трофимова.

Наставники у меня были разные, каждый подходил к хоккею по-своему, но все учили никогда не останавливаться на достигнутом. Я всегда помнил об этом, когда играл, и пять раз становился в составе сборной СССР чемпионом мира, шесть раз побеждал в первенствах страны.

Я был вратарем, к нему требования особенно высокие. Вратарь обязан быть смелым, разносторонне развитым, ловким, быстрым, мгновенно реагировать на удар. А эти качества приходят не сразу, достигаются упорным трудом. Я всегда после трени-

ровок вместе с командой обязательно оставался на льду, просил тренера или кого-либо из полевых игроков еще «постучать» по воротам, отражал 12-метровые штрафные удары, свободные, старался добиться отличной прыгучести, гибкости.

Нельзя стать хорошим вратарем, если невнимательно следить за событиями на поле. Вратарь должен быть всегда в полной готовности к любым изменениям в игре.

Валентин
Атаманыч



— Очень долго решал я, какому виду спорта отдать предпочтение — футболу или хоккею с мячом. Жил я в Ярославле, на Волге. Возможностей проявить себя было достаточно — и на зеленом поле, и на ледовом. И все же больше мне пришлось по душе хоккей. Играл за «Спартак», «Локомотив», а в 18 лет был зачислен в команду свердловского СКА. Там, в дружном армейском коллективе, который я впоследствии тренировал, и научился отдавать точный пас партнеру, сильно и резко бить по воротам.

1955 г. меня взяли в сборную СССР. Мне посчастливилось выступать в нашей главной команде 12 лет, пять раз делить с товарищами радость победы на чемпионатах мира.

В памяти прочно остался I мировой чемпионат. В матче со шведами мы долго проигрывали, но на последней минуте игры мне удалось забить гол, который принес нашей сборной победу и в результате — золотые медали.

Во II чемпионате снова все зависело от исхода встречи СССР — Швеция. Тогда я твердо запомнил, что в каждой игре надо бороться до последней минуты, искать любую возможность для атаки. Ведь только атаки приносили и, уверен, будут приносить победы нашему хоккею.

Вспоминая свои первые шаги, мне, как и Анатолию Мельникову, хочется еще раз сказать о том, как много значит для молодого хоккеиста слово тренера. Вспоминаю, как в феврале 1955 г. сборная СССР впервые отправилась в Скандинавию. После товарищеского матча в Норвегии пресса очень хвалила мою игру. Но наш тренер Всеволод Алексеевич Виноградов молчал. Я тогда слегка обиделся на него. Но через несколько дней он отвел меня в сторону и сказал: «Поздравляю тебя с успешным дебютом в сборной, но внимание прес-

1971 год... Сборная СССР перед встречей со сборной Швеции (крайний справа стоит Александр Измоленов)



сы и восторги друзей — это лишь аванс твоему спортивному будущему. Всегда помни об этом».

Вот так мягко дал тренер понять мне, начинающему мастеру, что успех в одной игре еще ничего не значит. Главное — не зазнаваться, а работать и работать. Это совет для всех хоккеистов.

Александр
Измодемов

— Мне не было и 19 лет, когда я был впервые включен в состав сборной СССР. Представляете, какая была радость! Своей игрой я старался доказать, что выбор тренера В. А. Виноградова не был случайным, что я кое-что умею. До этого я играл в детских и юношеских командах Свердловска. Участвуя в матчах на первенство Свердловска, я в то же время учился в вечерней школе и работал слесарем на гидростанции. В 18 лет был приглашен в свердловский СКА и уже из столицы Урала отправился на I чемпионат мира в Финляндию. Там наша команда выступила здорово. Я стал мастером спорта и чемпионом мира. Прошли годы... У меня уже было семь золотых медалей чемпиона мира, восемь — за победу в первенстве СССР.

И тем не менее к каждому сезону, к любому матчу готовился я так, как и в первые годы на льду. Особенно старался усовершенствовать обманные движения, технику владения клюшкой. Ведь не зря говорится, что повторение — мать учения.

Я понял, как много значит в спортивной жизни воля и характер. Игры складываются по-разному, не всегда все удается. Но никогда нельзя расстраиваться из-за ошибок. Нужно тут же исправлять их, с новой силой стремиться к победе. При этом всегда нужно помнить о том, что команда — это коллектив, который может добиться успеха лишь в том случае, если каждый игрок отдает победу все силы. Именно так играла сборная СССР!

Юрий
Лизавин



— Хорошо помню, как мы, ульяновские мальчишки, гурьбой ходили на стадион смотреть матчи мастеров хоккея с мячом. Увлекательные это были игры. Видимо, тогда и полюбился мне русский хоккей. Уже в 10 лет я неплохо катался на коньках и вскоре был зачислен в юношескую команду «Динамо». В городе на Волге я впервые выступил в составе мастеров «Волги» — так именно и называлась моя первая команда.

Позади много важных матчей, в том числе и за сборную СССР. Особенно памятен 1975 год, когда в игре со шведскими хоккеистами я забил три мяча, решивших судьбу первого места.

Сейчас мне часто приходится встречаться с юными хоккеистами. Мой совет вам, ребята: побольше катаетесь на коньках, а летом чаще играйте в футбол — он так похож на хоккей! Старайтесь накапливать силу, не страшитесь физических нагрузок на тренировках. Если вас тянет играть в нападении (а по себе знаю, что большинство ребят хотят прежде всего забивать голы), рекомендую на тренировках специально отрабатывать удары. Пробуйте бить с места, с ходу, по катящемуся и летящему мячу. Старайтесь уделять особое внимание умению использовать свободные и штрафные удары. И еще. Играйте всегда коллективно, разучивайте с товарищами неожиданные для соперника комбинации. В коллективной игре — сила и красота хоккея.

Михаил
Осинцев



— Было мне 12 лет, когда я начал играть в хоккей с мячом. Моим первым спортивным коллективом стала команда стадиона Юных пионеров Свердловска. Но вот беда — долго не мог разобраться, что больше по душе — мяч или шайба. Года четыре выступал за команды «Спартак» и «Динамо» в первенстве города по хоккею с шайбой, да и потом

не раз тянуло меня к хоккейной «коробке». И все же просторы большой ледяной арены оказались привлекательнее. Много решило в моем выборе влияние опытного тренера свердловских армейцев И. И. Балдина, который и уговорил меня вернуться в русский хоккей.

Поиграл я несколько недель и почувствовал, что силенок явно недостает, устаю быстро, не могу успеть за товарищами. Тренироваться стал еще усерднее, а после занятий потихоньку от всех начал поднимать кусок рельса, лежавший во дворе. Здорово помогла мне эта железка! Через несколько месяцев казавшаяся прежде тяжелой клюшка стала в руках легче, и игра пошла живее.

Мне приходилось уделять много внимания технике, я учился обманывать соперников хитроумными приемами (финтами). Эти занятия помогли мне добиваться успехов.





Тактика игры

Вряд ли можно найти другую такую быструю, стремительную, щедрую на разнообразные ситуации игру на воздухе, как хоккей с мячом. Скорость, пас, обводка, удар... Ни минуты не отдыхает на льду оранжевый мяч. На первый взгляд кажется, что путь его не подчинен никаким законам, а сами игроки лишь гоняются

за мячом, стараясь овладеть им. Но это только на первый взгляд. Присмотришься к игре хороших команд и поймешь, что все действия хоккеистов подчинены четкой схеме, намеченной, как выясняется, еще до начала игры или принятой по ходу матча, в зависимости от обстановки на поле.

Вот одна из команд получила мяч, следует точный пас полузащитнику, в это время на скорости мчатся вперед нападающие, жаждущие получить пас. Четкая передача, обводка соперника, еще одна, и через мгновение мяч у оказавшегося без опеки форварда, который как по заказу очутился на свободном от защиты месте. Удар! Гол!

Или атакует другая дружина. Но как трудно пробиться сквозь строго построенную оборону, где каждый знает свою задачу, внимательно следит за наступлением, заранее перекрывает пути атаки, надежно подстраховывает товарищей! Все это — проявление тактики игры, основанной на взаимодействии индивидуальных и коллективных действий хоккеистов.

Ни одна команда не добьется успеха, если не будет придерживаться твердого плана ведения игры, не позаботится об изучении сильных и слабых сторон будущего соперника, используя их в своих целях, ради победы.

Индивидуальная тактика

По ходу матча может то и дело возникнуть ситуация, когда игрок средней линии оказывается в нападении, а форварду приходится играть на месте защитника. Поэтому каждый хоккеист обязан обладать навыками индивидуальной тактики, должен уметь видеть и оценивать обстановку на поле и быстро принимать правильные решения. Это возможно лишь в том случае, когда хоккеист владеет разнообразными приемами техники и умело пользуется ими в условиях трудного единоборства с соперником.

Для нападающего важно хорошо провести мяч, быстро преодолеть нужное расстояние, создать условия партнерам для выхода на удобные позиции, самому выйти на выгодную позицию для завершения ата-

ки. Защитник же обязан верно выбрать место при отражении атаки, помешать нападающему соперника занять свободное место, вовремя вступить в борьбу, перехватить мяч, быть готовым помочь партнерам.

Способность игрока уверенно чувствовать себя на любом месте — неременное условие индивидуальной тактики.

Ну, а можно ли отделить индивидуальную тактику от техники и физической подготовки? Конечно, нет!

Вот, например, партнер находится в удобной позиции перед воротами и надо дать ему пас. Хоккеист тактически поступает правильно, вовремя отдает мяч своему товарищу. Но что это? Пас дан так неточно, что партнер не дотянулся до мяча. Правильное тактическое решение не завершилось из-за плохой техники передачи.

Другой пример. Атакуют соперник. Нападающий рвется к воротам. Сейчас ему будет дан пас, и он выйдет один на один с вратарем. Надо догнать его и принять, меры, чтобы ему не дали передачу. Но ничего не получается — соперник бежит быстрее, получает пас и бьет по воротам. Вы не смогли догнать форварда, помешать ударить по воротам потому, что физическая подготовка и скорость противника оказались выше.

Эти два примера показывают, что индивидуальная тактика должна подкрепляться хорошей технической и физической подготовкой, скоростной выносливостью.

Каждый игрок на поле решает определенные задачи, и взаимодействие игроков составляют тактику игры. Игра подчинена определенным законам, нарушение которых приводит либо к потерям мяча, либо к нарушениям взаимосвязей в команде. Вот почему нужно усвоить следующие правила:

1. Передавать мяч партнеру надо, видя его, и так, чтобы он видел, что вы даете ему пас.

2. Давать пас партнеру через центр поля можно, лишь будучи

полностью уверенным, что поблизости нет соперника.

3. Нельзя давать пас в спину партнеру, так как это ставит его в неудобное положение при приеме мяча и зачастую приводит к травмам, поскольку при приеме мяча в этом положении игрок расслабляется, смотрит на мяч и не видит атакующего его защитника.

4. Передача должна быть рассчитанной по силе. Приучайтесь на тренировках так передавать друг другу мяч, чтобы передачи по точности и силе согласовывались с вашим движением на коньках.

5. Ориентиром для передачи должен быть крюк клюшки вашего партнера, поэтому держите клюшку на льду перед собой.

6. Своевременно отдавайте пас открывающемуся впереди вас партнеру, не затягивайте передачу. Очень опасно, когда защитник опоздал своевременно передать пас полузащитнику или нападающему и движется с мячом вперед. Все партнеры его уже «закрыты», и ему приходится вступать в единоборство с соперником. Если мяч потерян, то это — неминуемый гол в ваши ворота.

Поэтому последний игрок перед воротами должен, как только получил мяч, передать его партнеру по полузащите или нападению.

7. Как только вы получили мяч, развивайте предельную скорость или быстро передайте мяч партнеру.

Если условия позволяют, почаще проводите двусторонние игры в двое ворот в любом сочетании игроков: два на два, три на три, четыре на четыре, пять на пять... Это поможет освоить различные тактические ходы

с ним устремились в атаку. Что же получится? Как только противник отберет мяч, обведет одного-двух ваших игроков, и перед ним простор — только забивай!

Чтобы так в игре не случилось, существует определенная система расположения на поле, которая предусматривает надежную игру в обороне и активную игру в нападении. Основа хорошей игры команды в нападении и защите — коллективность действий на поле.

Существуют различные системы расположения игроков на поле. Они зависят от действий команды, против которой предстоит вам играть, от состояния льда, от возможностей игроков вашей команды.

Вот вы играете с командой, которая слабее вашей. Ясно, что нет смысла держать в обороне много хоккеистов, а, наоборот, следует усилить нападение.

Если же вы знаете, что ваш противник силен, у него много быстрых, хорошо взаимодействующих игроков, то надо побеспокоиться о надежной игре в обороне, для чего усилить оборону большим количеством игроков и использовать острые и быстрые контратаки.

Тактика может измениться по ходу игры. Если, например, вы играете в сильный ветер, то, играя в первом тайме по ветру, надо усилить линию нападения и постараться забить больше голов, а играя второй тайм против ветра, позаботьтесь об укреплении обороны.

Вы начали игру в отличную ясную погоду — одна тактика. Вдруг пошел сильный снег, лед укрыт — надо менять манеру игры. Почему?

Пошел снег, возникли трудности в обработке мяча, в передачах, ведении, обводке. Стоит ли продолжать в таком случае играть так же, как и прежде? Конечно, нет. Возникает много ошибок при передачах, игроки быстрее устают, а главное, до ворот противника далеко и атака, которая быстро развивалась на хорошем льду, теперь гораздо медленнее. Поэтому це-

Кто, как и когда играет

Представьте себе, что команда выходит на лед и каждый будет играть где ему вздумается. Например, получив мяч, игрок побежал с ним в нападение. И все остальные вместе

лесообразнее изменить тактику и использовать длинные передачи защитников верхом в штрафную площадь соперника и здесь бороться за мяч и взятие ворот.

Надо менять стиль игры и в оттепель, когда скольжение затруднено и начинать атаки от ворот — значит неэкономно расходовать силы.

Наиболее распространены в хоккее с мячом следующие тактические схемы расположения игроков:

1—2—4—4; 1—3—3—4; 1—3—2—5, где каждая цифра означает количество игроков в линиях команды — вратарь, защита, полузащита, нападение.

Советская сборная всегда была инициатором атакующих тактических построений, в которых использовались высокая скорость, маневренность, богатая техника лучших мастеров. В основе действий советской сборной — тактика игры 1—3—2—5 или 1—2—4—4, нацеленная на мощное наступление. Скандинавские команды больше тяготеют к обороне,

что выражается такими схемами расположения игроков, как 1—3—4—3 или 1—3—3—4. Оборона здесь осуществляется как бы в два редута, основывается на четкой организации защиты и взаимостраховки. Рассмотрим действия отдельных хоккеистов и всей команды при различных тактических схемах.

Система 1—2—4—4 — наиболее распространенная в советском хоккее. При этой системе расстановка игроков следующая: вратарь — два защитника — четыре полузащитника — четыре нападающих (рис. 55).

Эта система за счет активной игры линии полузащиты позволяет успешно обороняться и быстро переходить от обороны к атаке широким фронтом с перемещениями и сменой мест.

Подключение даже одного полузащитника в линию нападения создает опасность для обороны соперника, так как атакуют уже пять игроков, которые должны действовать смело, решительно, широко испол-

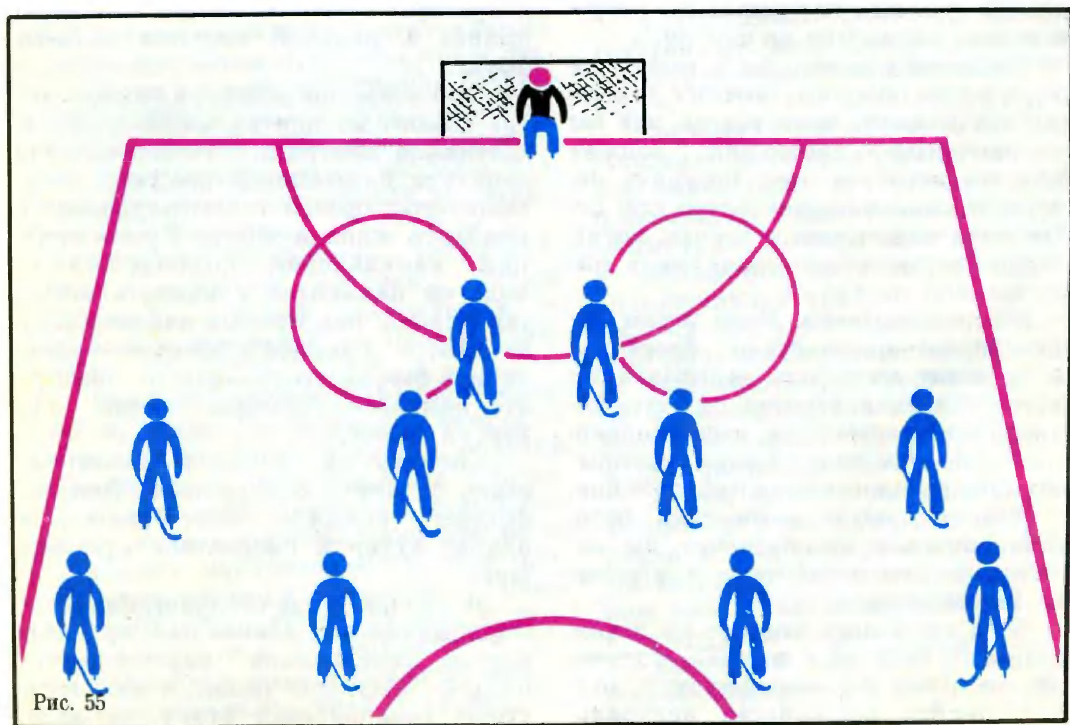


Рис. 55

зую обводку и другие игровые приемы для выведения партнера на завершающий удар.

При потере мяча и атаке противником в обороне вашей команды остается пять игроков, обеспечивающих безопасность своих ворот.

Большая роль при этой системе отводится взаимодействию двух центральных полузащитников с двумя центральными нападающими и двумя защитниками. Центральные полузащитники, как правило, вместе с нападающими участвуют в организации атак, а при атаке противника вместе с крайними полузащитниками и защитниками организуют надежную оборону. Защитникам при этой системе лучше играть ближе к двум центральным полузащитникам, чтобы подстраховывать их в случае обводки, при передачах верхом, возможных ошибках при приеме и оставках мяча.

Но роль защитников не только в этом. Они должны постоянно следить за развитием атаки соперника, правильно определять ее направление и подстраховывать партнеров по обороне справа, слева или по центру.

Защитнику важно быть всегда на месте, в зоне обороны, поэтому движения его должны быть всегда как бы уступающими, противник должен быть всегда перед ним. Вступать непосредственно в единоборство при отборе мяча надо лишь в случае, когда твердо уверен, что ты овладеешь мячом.

И это правильно. Если игрок защиты будет опрометчиво бросаться на перехват мяча или неоправданно вступать в единоборство со стремительно катящимся на него форвардом, в обороне будут бреши, которыми умело воспользуются нападающие.

Конечно, одни защитники безопасности ворот не обеспечат, им необходимо взаимодействие с игроками полузащиты.

Если противник атакует на левом фланге и обыграл вашего полузащитника, ему на подстраховку должен прийти ближайший централь-

ный полузащитник, т. е. правый центральный.

Правый крайний полузащитник, которого обыграли, должен быстро катиться в штрафную площадь на место центрального полузащитника, а защитники зорко следят за нападающими соперника, которые стремятся, резко маневрируя, занять удобную для атаки с фланга позицию.

Все участвующие в обороне защитники и полузащитники смещаются к месту атаки, в данном случае в сторону левого фланга.

Допустим, что левый крайний нападающий противника выехал на линию и сейчас будет делать передачу своему партнеру. Как действовать в этом случае игрокам обороны?

Здесь вступает в силу один из принципов тактики — персональная опека. Игроки быстро подсказом друг другу определяют, кто за какого игрока отвечает, кто против кого играет. Например, «мой девятый, твой одиннадцатый». В таком подсказе должны участвовать все, в том числе и вратарь. Главное, чтобы не было крика, а деловой подсказ должен быть.

При атаке по центру, в случае, когда одного из центральных полузащитников обыграли, его немедленно страхует ближайший крайний полузащитник, бросая своего подопечного крайнего нападающего. Пусть крайний нападающий получит мяч — ведь он находится у борта, а это не так опасно, как прорыв нападающего по центру. Главное в обороне — обеспечить безопасность ворот по центру: это наиболее уязвимое место для взятия ворот.

Систему 1—2—4—4 можно образно сравнить с пружиной. Она позволяет команде растягиваться в случае атаки и сжиматься при обороне.

А теперь о взаимодействии полузащитников при атаке. Как правило, против нападающих играют персонально полузащитники, и для того, чтобы организовать атаку, ее надо

умело начать. Чаще всего ее начинают полузащитники.

Развивая скорость, крайний полузащитник ищет открывающегося партнера. Это или ближайший полузащитник, или нападающий. Причем если пас отдается ближайшему полузащитнику, то игрок полузащиты, отдавший пас, должен остаться в обороне. Самая большая оплошность когда два полузащитника идут в нападение. При любой ошибке оголяются и фланг и центр поля, а если «проваливаются» два центральных полузащитника, то создается «зеленая улица» для противника по центру. Поэтому если один из полузащитников отдает мяч другому, то передача должна быть наверняка. А наиболее правильным решением для полузащитника — это передача мяча нападающему.

Основное качество игры полузащитника в нападении — внезапность и своевременность подключения в атаку. Он должен следить за ходом игры, оценивать возникающую в игре обстановку и неожиданно приходить на помощь игрокам нападения. Это касается крайних и центральных полузащитников. При участии в атаке одного из полузащитников остальные должны занять такие позиции, чтобы в случае возможной контратаки подстраховать зону обороны, покинутую подключавшимся в атаку полузащитником.

Четыре нападающих располагаются следующим образом: левый крайний — левый центральный — правый центральный — правый крайний.

Крайние нападающие играют строго по краю. Основная их задача — игра на высокой скорости, обводка противника и передача мяча с фланга в центр либо завершение атаки взятием ворот с фланга. Наиболее часто крайнему нападающему в игре приходится взаимодействовать с центральными нападающими или с центральными полузащитниками.

Главное в этом взаимодействии — умение играть без мяча. В хоккее, где

разность скоростей между атакующим и обороняющимся игроками велика, большое значение приобретает игра без мяча. Вот крайний нападающий отдал пас центральному, а сам без мяча устремляется вперед вдоль борта на защитника. В зависимости от позиции, занятой защитником, он делает маневр влево или вправо от него, и в это время партнер по центру передает ему мяч: он объезжает соперника и делает либо передачу в центр, либо атакует ворота, смещаясь в центр.

Это важное и ценное качество игрока — умение играть без мяча, занимая правильную для атаки позицию. Игра центральных нападающих носит созидательный характер. Им присущ широкий маневр, взаимодействие и с крайними и центральными полузащитниками и крайними нападающими, взаимосвязь между собой. Их сфера игры — практически вся середина поля, начиная от своих и кончая чужими воротами. Они распределяют мячи, участвуют во всех комбинациях в атаке и, как правило, являются бомбардирами в командах.

Тактическая схема 1—2—4—4 требует хорошей физической подготовки игроков, инициативы и активности.

Система 1—3—3—4. Такая тактическая схема предполагает постоянное нахождение в зоне штрафной площади трех защитников. Три полузащитника эпизодически участвуют в нападении, но чаще в нападение подключаются крайние полузащитники, так как в обязанности центрального полузащитника входит контроль за действиями нападающих соперника в середине поля. Четыре нападающих взаимодействуют так же, как и при расположении 1—2—4—4.

Такую систему применяют, когда в команде есть игроки, хорошо играющие в обороне, умеющие быстро срываться с места, хорошо отбирающие мяч, владеющие техникой удара с воздуха.

Система 1—3—2—5. Эта система с ярко выраженным акцентом на ата-

ку. Пять нападающих располагаются следующим образом: левый крайний, левый полусредний, центральный нападающий, правый полусредний, правый крайний, причем два крайних нападающих располагаются, как и центральный, впереди, а два полусредних — чуть сзади. Такое расположение в нападении позволяет взаимодействовать нападающим близко друг к другу и создает хорошие возможности для коллективной игры.

Эта система применяется, когда в команде есть хорошие нападающие, причем два полусредних должны активно помогать защитникам при обороне своих ворот.

В последнее время тактика хоккея с мячом становится все разнообразнее. Ищут новые варианты атаки наши мастера и тренеры, не остаются в стороне и зарубежные соперники. Частые встречи между советскими и скандинавскими спортсменами способствовали обогащению тактики хоккея.

В сегодняшних и в будущих матчах акцент, думается, надо делать на индивидуальном тактическом мышлении каждого игрока, позволяющем ему правильно ориентироваться в сложных ситуациях атаки и обороны.

Каждая команда может применять различную тактику игры. Но часто случается и так, что трудно наметить какие-либо схемы построения атаки. Так бывает, когда команда, овладевшая мячом, организует контратаку. При таком быстром прорыве успех зависит от правильного перемещения игроков, скорости комбинаций, согласованности действий, точной передачи мяча,

правлены на оборону определенного участка поля (зоны) перед своими воротами. Здесь игрок отвечает за действия любого игрока или группы хоккеистов противника. При зонной защите игроки откатываются назад, организуя плотно насыщенную оборону, и встречают атакующего противника, откатываясь спиной вперед к своим воротам. Это так называемая система вязкой обороны, когда нападающим атакующей команды надо пройти практически три заслона обороны (рис. 56).

Такой способ защиты эффективен лишь в случае, если игроки хорошо умеют страховать друг друга, хорошо владеют техникой катания спиной вперед, не теряют стройности обороны. Если же кто-либо из игроков начинает выбрасываться на атакующего «в лоб», то сразу обыгрывается пасом, что позволяет противнику на большой скорости взаимодействовать в ходе атаки. Задача данной защиты — не терять стройности обороны, собрать в зоне большое количество игроков, без разрыва между ними.

Если вы еще раз взглянете на схему зонной обороны, то сможете себе представить, как правильно ее осуществлять. При атаке соперником игроки нападения откатываются к своим воротам спиной вперед, полужащитники вместе с защитниками также откатываются к воротам, видя перед собой нападающих противника. Их задача — подстраховка линии нападения, если вдруг соперник появится в свободной зоне (рис. 57).

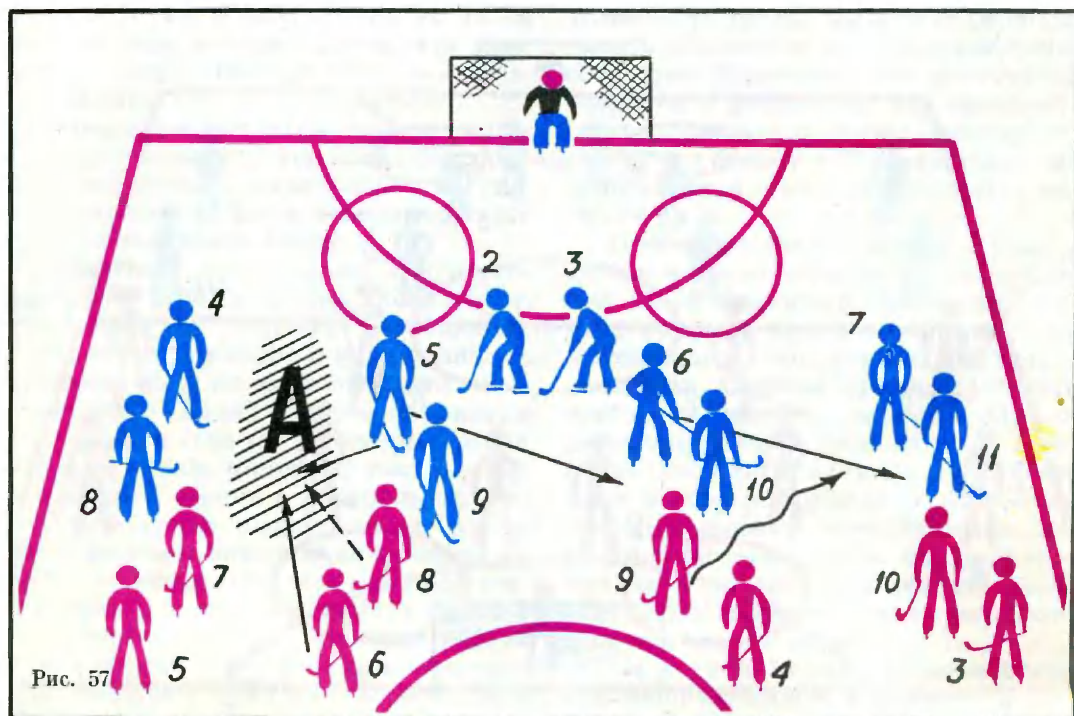
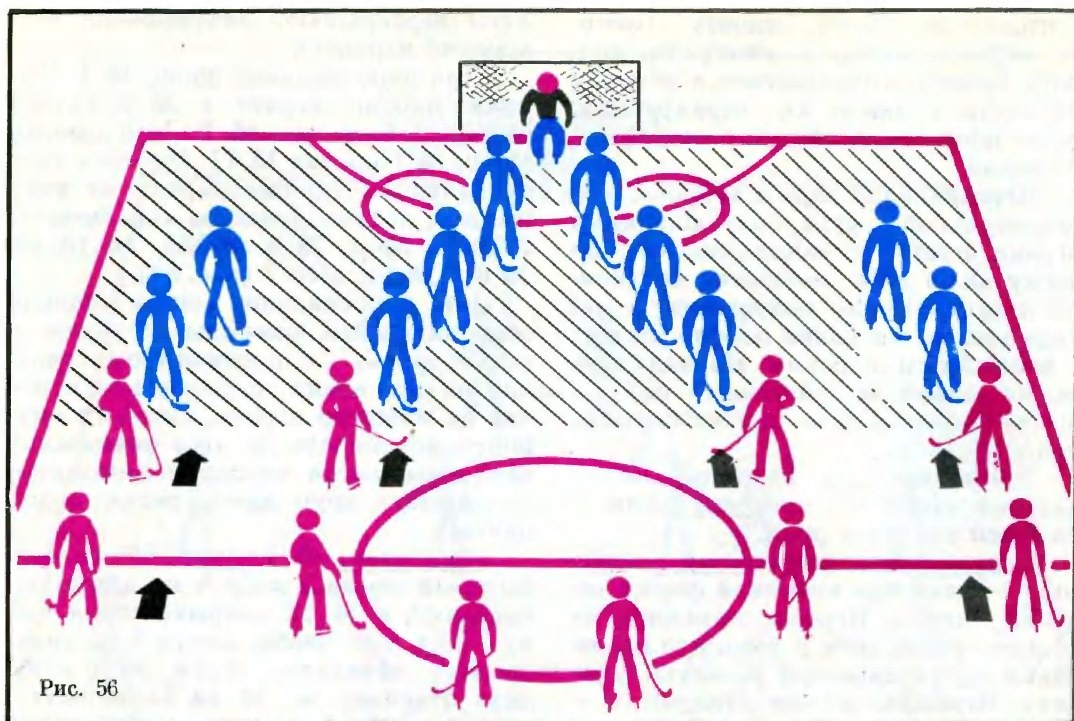
Например, полузащитник белых № 6 делает резкий рывок, намереваясь проскочить на скорости, в зону А и получить пас от № 8; № 5) вашей обороны должен немедленно вступить с ним в борьбу.

Другой пример. № 9 «красных» обводит № 10) вашей команды. № 6 обороны должен сейчас же прийти на подстраховку, а № 5 сместиться в зону № 6. Чтобы зонная оборона не теряла стройности, количество игроков в обороне должно оставаться

Тактика обороны

Оборону в команде организуют игроки защиты и полузащиты. Они осуществляют зонную и персональную оборону.

Зонная защита. Она заключается в том, что все действия игроков на-



постоянным — 6—8 человек. Поэтому игроки, которых обыграли, должны быстро возвращаться в оборону на места игроков, их страхующих, либо занимать позицию в штрафной площади.

Персональная игра в обороне. При персональной игре полузащитники играют плотно с нападающими по всему полю либо меняются со своими партнерами по полузащите и нападению, но все равно плотно играют с ближайшим игроком. Нападающие также следят за действиями полузащитников соперника при их подключении в атаку.

Возможны два варианта персональной защиты — по всему полю и на своей половине поля.

Персональная защита по всему полю — наиболее активная форма ведения игры. Игроки стараются не только отнять мяч у того, кто им овладел, но перехватить каждую передачу. Игроки с мячом атакуют особенно энергично, и при удобном случае атакуют вдвоем, а другие хокке-

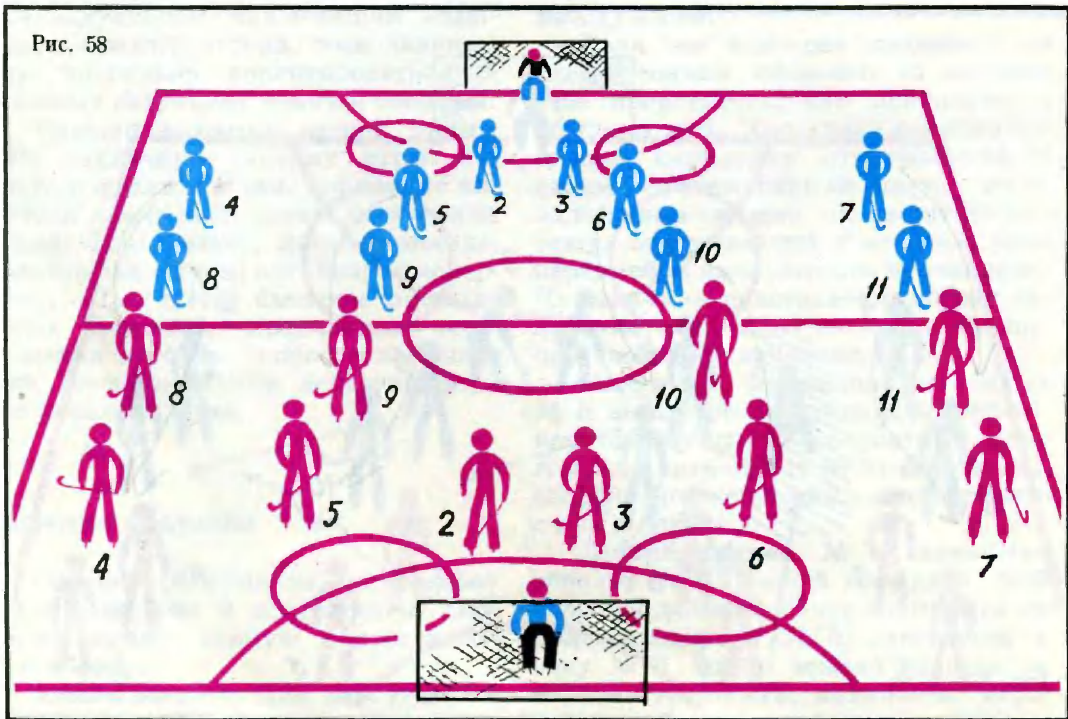
исты перекрывают направления возможной передачи.

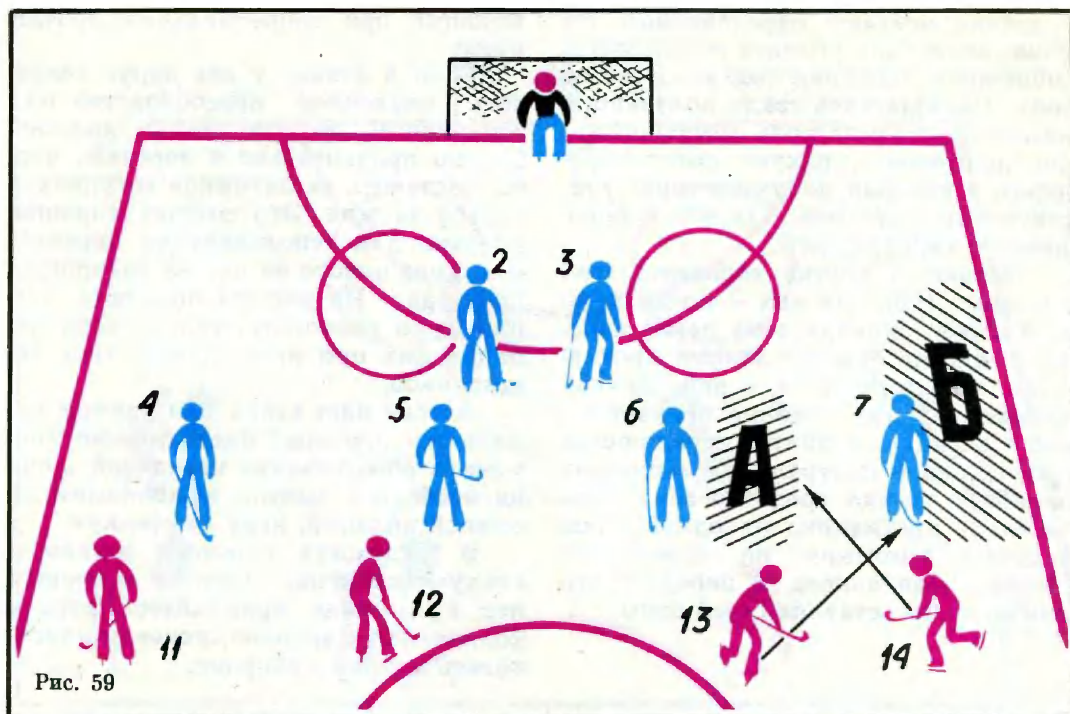
При персональной опеке № 4 «синих» плотно играет с № 8 «красных», № 5 против № 9, № 6 против № 10, № 7 против № 11. Вместе с тем нападающие присматривают за действиями полузащитников «красных»: № 8 за № 4, № 9 за № 5, № 10 за № 6 и № 11 за № 7 (рис. 58).

При персональной опеке игроки обороняющейся команды вступают в единоборство с противником сразу при начале атаки, персонально отвечая за каждого игрока, которого ему поручено опекать. В игре возможны варианты, когда игроки полузащиты «передают» друг другу своих подопечных.

Например, № 14 (рис. 59) делает быстрый отрыв в зону А на длинную передачу, а № 13 открывается в зону В, с тем чтобы потом получить от него передачу. Хотя № 7 «синих» отвечает за № 14 «красных», а № 6 за № 13, совсем не обязательно в этом случае играть именно № 7

Рис. 58





против № 14, а № 6 против № 13. В этом случае следует подсказать друг другу. 6-му) «Возьми 14-го, а я возьму 13-го».

Персональная игра требует высокой дисциплины, хорошей физической подготовки, маневренности, умения хорошо играть в отборе, чувствовать направление атаки.

Наиболее правильным при персональной игре является положение, при котором игроки, отбивающие мяч, катятся вместе с нападающими противника и по ходу отбирают мяч. Для этого надо при начале атаки противника где-то в середине поля сделать вираж в сторону своих ворот и катиться вместе с соперником. Такое положение позволяет все время быть рядом с ним, и если вы даже не отберете сразу мяч, то будете все время готовы снова вступить в борьбу.

Каждому надо учиться играть персонально с противником. Это дисциплинирует, приучает хорошо разбираться в обстановке, развивает чувство коллективизма при подстра-

ховке друг друга, позволяет разнообразить движения на коньках и способствует формированию устойчивой спортивной формы, так как приходится преодолевать большие расстояния. вступать в борьбу, начинать атаку, завершать ее и снова возвращаться назад.

Примером такого игрока в нашем хоккее может служить капитан сборной СССР Владимир Плавун. Придя в команду мастеров «Динамо» из юношеского коллектива, он строго выполнял задания тренера, которые требовали интереса команды. Приобретенные навыки персональной игры очень помогли Владимиру стать большим мастером хоккея. Не выделяясь особыми физическими данными, он своим упорным трудом на тренировках за короткий срок добился поразительных успехов, стал пятикратным чемпионом мира.

По ходу игры персональная и зональная защиты иногда переходят в смешанную. При такой обороне одни игроки закрывают определенную зону.

а другие опекают определенного игрока. Если надо усилить оборону, два защитника охраняют только опасную зону. Располагаясь сзади полузащитников и выполняя роль «свободных», они постоянно страхуют своих партнеров, а каждый полузащитник, участвующий в обороне, «держит» подопечного нападающего.

Бывают и другие варианты этой системы. Один из них — когда каждый игрок, охраняя зону перед воротами, плотно опекает любого противника, появляющегося в ней. Другой вариант — когда крайние полузащитники опекают крайних нападающих противника, а центральный защитник охраняет только среднюю зону. При переходе противника из одной зоны в другую защитник не преследует своего подопечного, а передает его партнеру, не оставляя своей зоны.

Тактика нападения

Мы частично рассмотрели игру нападающих при их взаимодействии с полузащитниками по различным тактическим системам. Игра в нападении зависит от импровизации хоккеистов, от их мастерства, которое приобретается в процессе тренировок, от конкретных заданий тренера, от знания соперника.

Основное взаимодействие игроков нападения — это поперечный пас друг другу на высокой скорости (рис. 60).

Очень часто полузащитники на скорости врываются в зону обороны противника. В таких случаях эффективна бывает перекидка мяча верхом через защитников. Траектория мяча должна быть такой, чтобы соперник не достал этот мяч, но и такой, чтобы мяч, ударившись об лед, далеко не улетал.

Передача мяча — основное средство командной тактики, а самая простая тактическая комбинация — передача между двумя игроками. Наиболее трудными являются ком-

бинации при сопротивлении противника.

Если в атаке у вас вдруг создается численное превосходство над соперником, то атакующие должны быстро продвигаться к воротам, чтобы заставить защитников вступить в борьбу за мяч. Это создает хорошие условия для использования перевеса и выхода одного из вас на завершающий удар. На рис. 61 показано, как примерно располагаются четверо нападающих при игре против трех защитников.

А если идет атака при равном количестве игроков? Здесь можно применить обыгрывание передач мяча на свободное место, комбинации со сменой позиций, игру «в стенку».

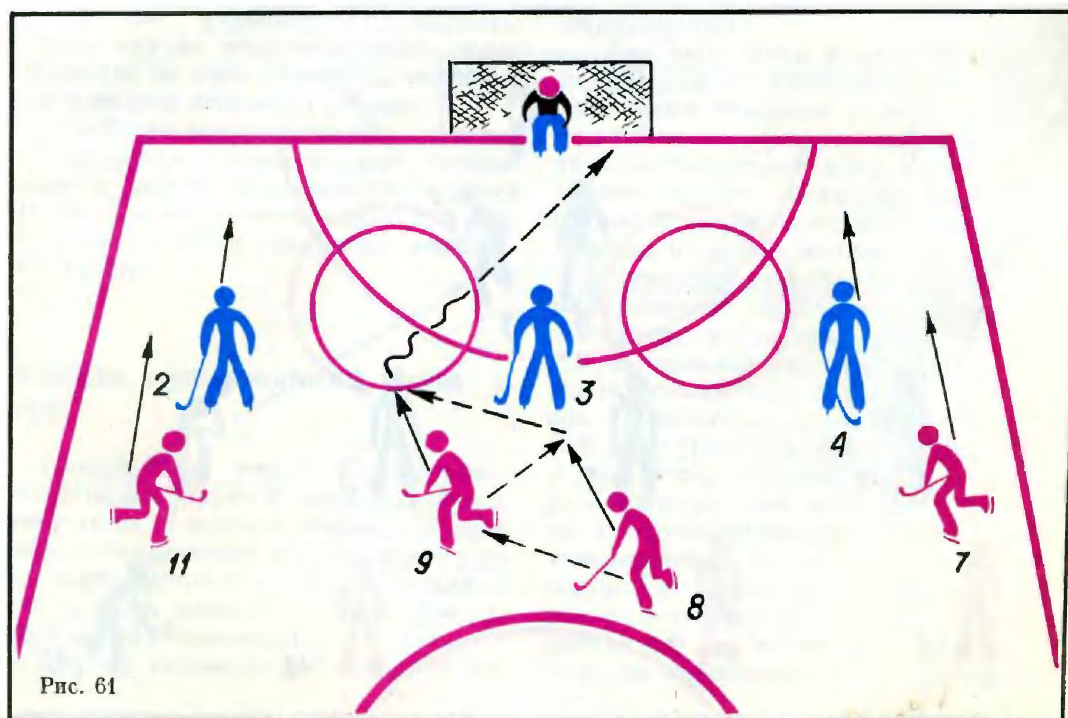
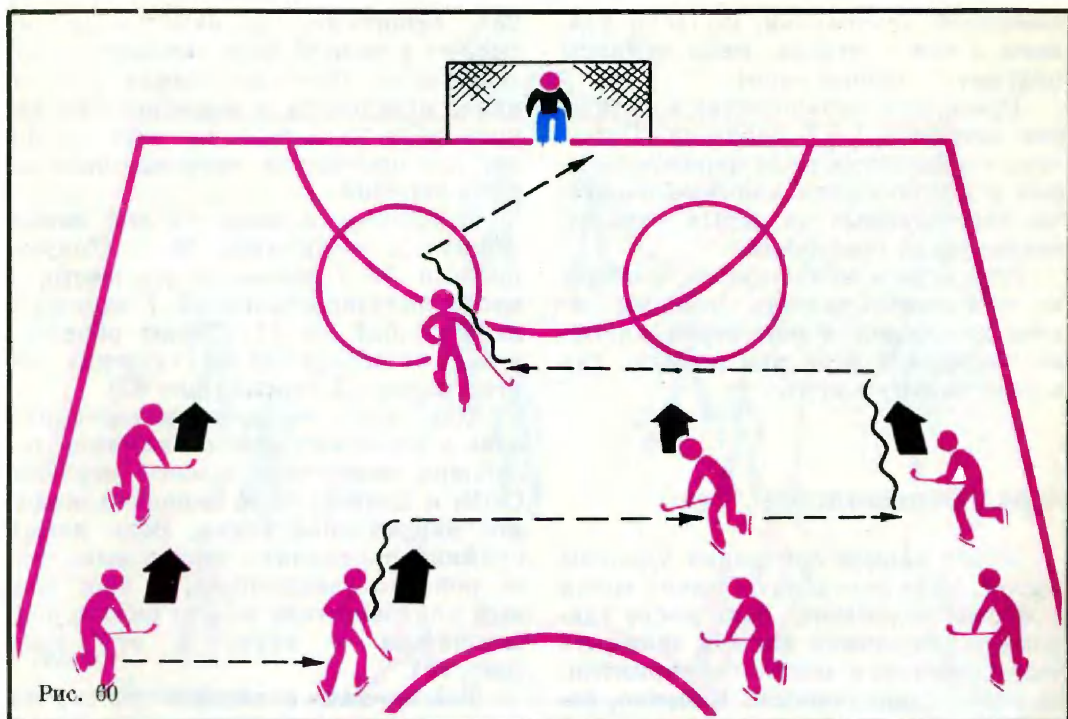
В традициях русского хоккея — атакующая игра. Поэтому с первых игр в команде приучайтесь играть коллективно, азартно, успевая участвовать в атаке и обороне.

Игра в меньшинстве

За нарушение правил игроки удаляются с поля. Как поступать в таких случаях? Ведь команда остается играть вдесятером, вдевятиером, а может случиться, что и 8 игроков остаются на поле.

Конечно, когда игроков у вас меньше, надо прежде всего подумать о надежной игре в обороне. Поэтому если удаляется защитник, то его место занимает один из полузащитников, а место полузащитника занимает нападающий. Если удаляется полузащитник, то его место занимает нападающий, который и выполняет его функции. Если удаляется нападающий, то линия полузащиты и защиты остается неизменной, просто игроков в нападении будет на одного меньше.

Задача команды при игре в меньшинстве — не пропустить гол, но это не значит, что вообще надо отказаться от атаки. Если у вас удален один игрок, то можно найти момент и для



внезапной контратаки, но если удалены 2 или 3 игрока, надо целиком подумать о защите ворот.

При игре в меньшинстве в нападении остаются 1—2 человека. Оставлять в нападении надо игроков быстрых и использовать длинные передачи, рассчитанные на отрыв этих нападающих от соперника.

При игре в меньшинстве в обороне необходимо создать мощный заслон из игроков в зоне перед воротами, чередуя в игре как зонную, так и персональную игру.

Игра в большинстве

Если у вашего соперника удалены игроки, надо определить, какие места в обороне ослаблены. Ведь место удаленного защитника должен занимать полузащитник, а место полузащитника займет нападающий. Конечно, полузащитник не обладает такими навыками в отборе, выборе позиции,

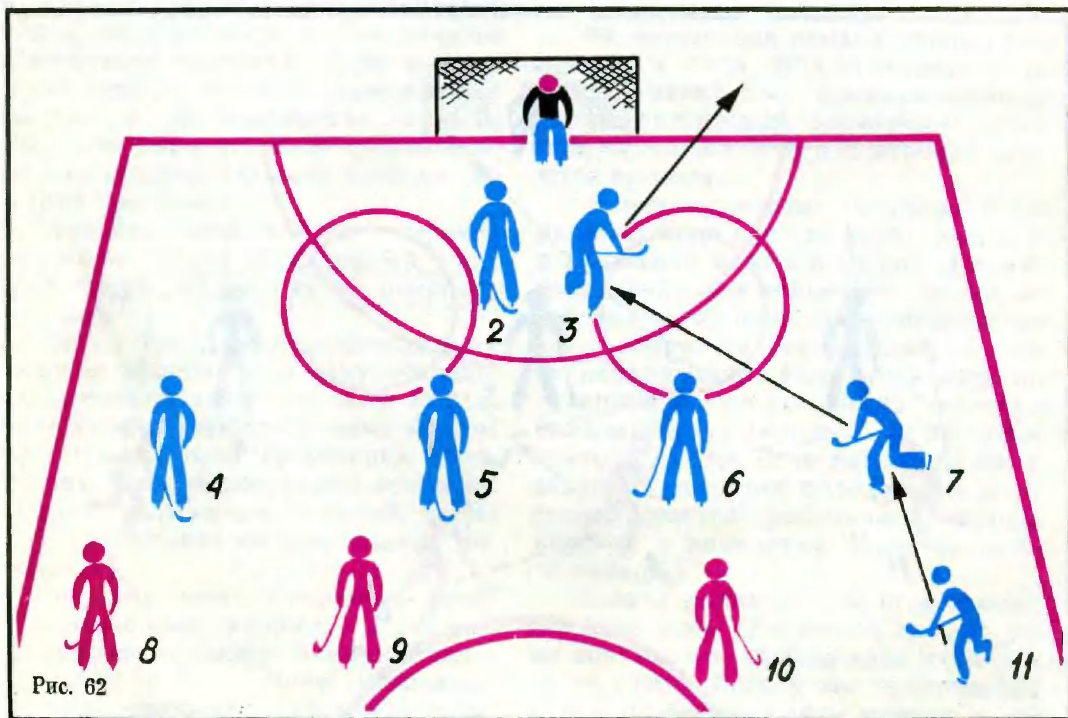
как защитник, а нападающий не сможет в полной мере заменить полузащитника. Поэтому, атакуя противника, играющего в меньшинстве, направляйте нападение на участки поля, где произошла вынужденная замена игроков.

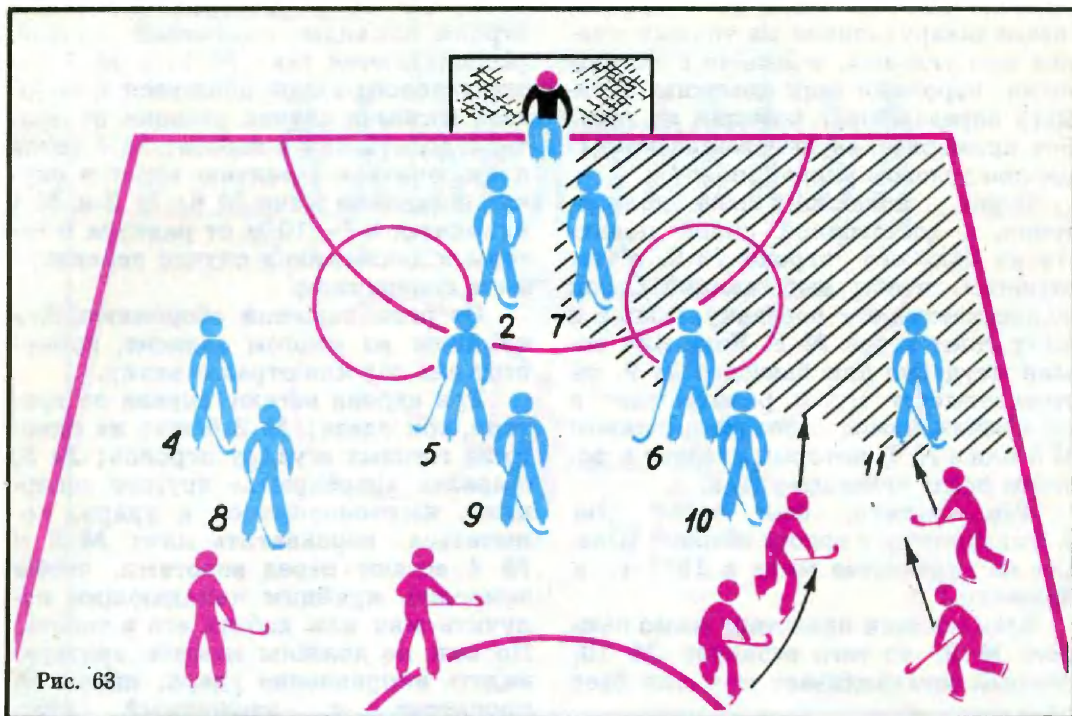
Например, с поля удален левый защитник противника № 3. Полузащитник № 7 занимает его место, а место полузащитника № 7 занимает нападающий № 11. Таким образом, у вашего соперника на «чужих» местах играют 2 игрока (рис. 62).

Как видно на схеме, зачерченная зона у противоположной команды ослаблена вследствие замены игроков. Сюда и должно быть нацелено основное направление атаки. Ведь левый крайний противника теперь выполняет роль полузащитника, и ваш правый полузащитник может смелее подключаться в атаку в эту зону (рис. 63).

Так же надо атаковать и в случае удаления правого защитника.

Если у противника удалены 2 иг-





рока, то, естественно, в нападении будет на 2 игрока меньше, так как в первую очередь при удалении надо думать об укреплении обороны. В этом случае надо усилить ваше нападение за счет активного подключения вперед полузащитников.

Наиболее результативны атаки через фланги с последующими передачами в центр. Играющих-то против вас хоккеистов на поле меньше, и они не сумеют плотно «закрыть» всех нападающих.

Тактика при введении мяча в игру

Начальный удар. Существуют стандартные приемы введения мяча, которые надо хорошо освоить. К примеру, начинающий игру передает ударом мяч партнеру вправо или влево. Тот, в свою очередь, отдает мяч одному из полузащитников.

Другой вариант: начинающий иг-

ру передает мяч игроку, находящемуся рядом, или сильно посылает мяч в сторону-вперед одному из крайних нападающих.

Введение мяча в игру. После выхода мяча от противника за линию ворот мяч вводится в игру вратарем из пределов штрафной площадки. Вратарь выбрасывает мяч одной рукой своему игроку, находящемуся в выгодной позиции. Мяч должен коснуться льда не далее средней линии поля.

Розыгрыш углового удара. В истории русского хоккея есть множество примеров, когда розыгрыш углового удара создавал реальнейшую возможность забить гол в ворота соперников. Превосходно реализовывали угловой удар Николай Дураков, Валентин Атаманычев, Евгений Папугин, которого иностранные журналисты называли «русской пушкой». Все они в совершенстве владели техникой выполнения мощных и точных ударов при угловых. Угловой удар надо постоянно и настойчиво отрабатывать на тренировке. Как правило, в

Угловой удар лучше подавать на:

Три игрока встают справа от вратаря, три слева; № 2 бежит на одного из готовых к удару игроков; № 3, стараясь «перекрыть» другого соперника, изготавившегося к удару, попытаться перехватить мяч; № 5 и № 4 встают перед воротами, чтобы помешать крайним нападающим получить мяч или добить его в ворота. Но они не должны мешать вратарю видеть направление удара, иначе он пропустит и несложный удар (рис. 65).

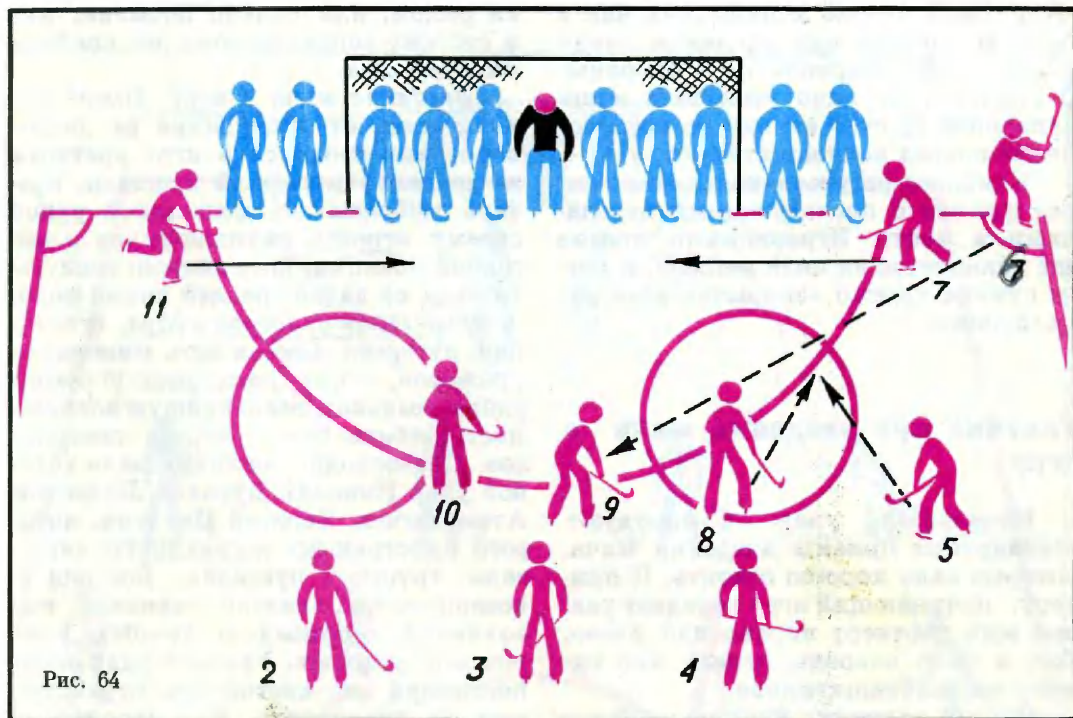
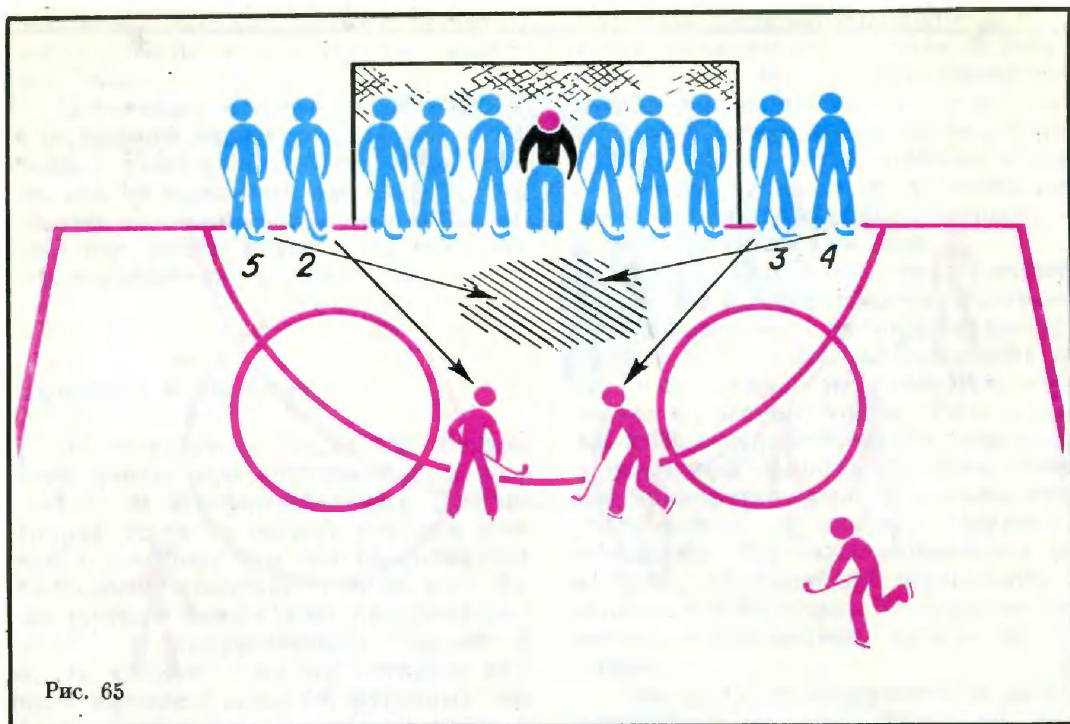


Рис. 64



Игроки в воротах стоят плотно друг к другу, коньки и клюшки должны закрывать всю линию ворот.

Тактика при свободных ударах

Хорошие игроки стараются не нарушать правила, иначе тут же следует наказание штрафным ударом. Но вот правила все же нарушены. Как тут быть? Если штрафной производится вдали от ворот, то игрок направляет мяч навесным ударом в опасную зону у ворот соперника или передает партнеру, находящемуся рядом. Если же штрафной пробивается вблизи ворот и защищающиеся построили «стенку», то нападающие стремятся ударом пробить по воротам или разыграть мяч каким-либо разученным на тренировке способом. Для этого 2 игрока располагаются рядом с выполняющим штрафной удар, а другие хоккеисты выбирают позицию, ожидая получить

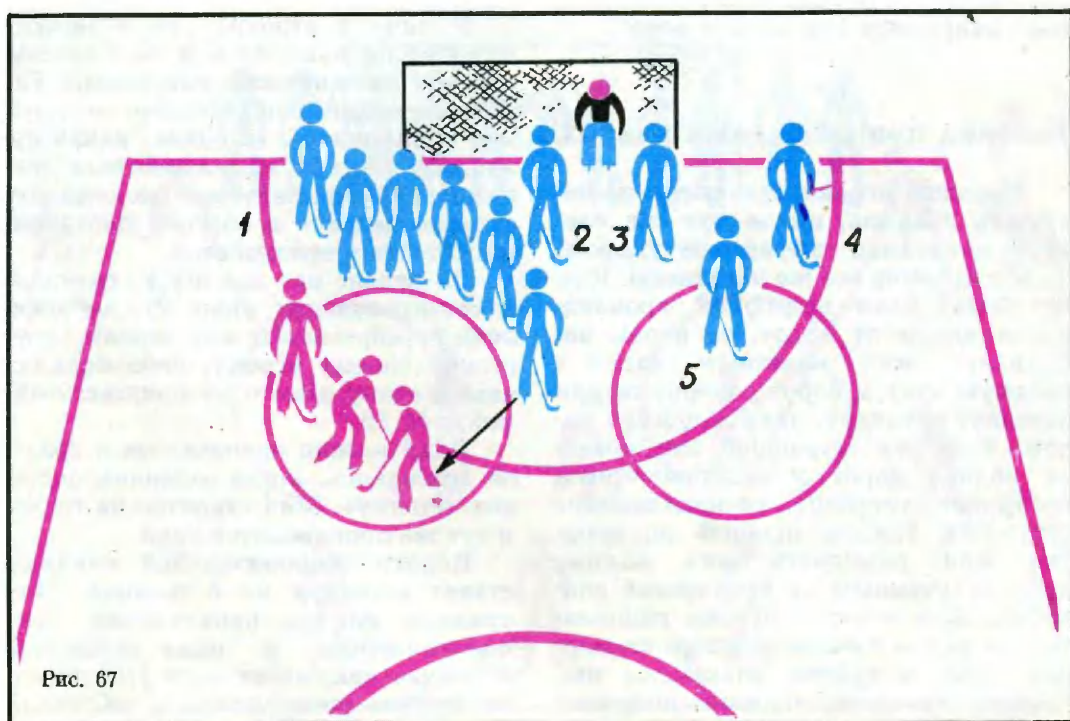
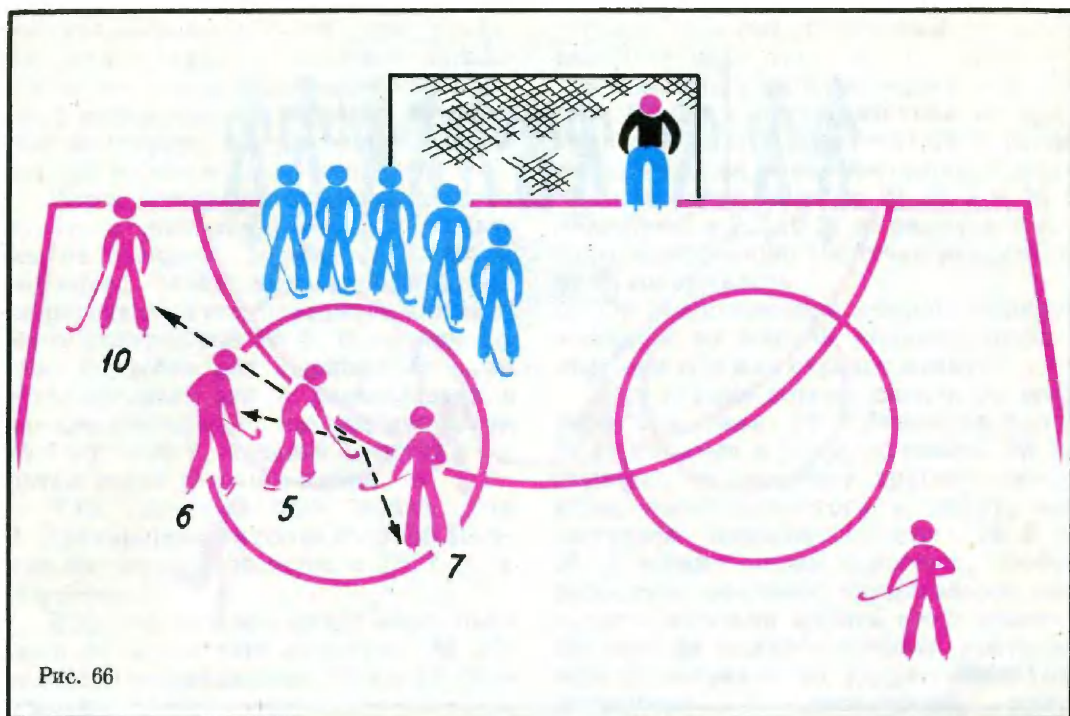
мяч, а затем выйти к воротам соперника (рис. 66).

У мяча 3 игрока: № 5 держит клюшку на льду, № 6 и № 7 готовы к удару с поднятыми клюшками. Разыгрывающий внимательно смотрит, как расположена «стенка», какая позиция у вратаря, какие действия принимают другие партнеры по команде, сколько человек в обороне противника. Отсюда и его решение.

Он отдает пас одному из бьющих, и тот производит удар по воротам, либо перебрасывает мяч верхом через стенку своему игроку, либо подключает в атаку одного из полузащитников — № 10.

Удар можно производить и сразу, не дожидаясь, когда соперник поставит «стенку». Мяч ставится на точку, и тут же производится удар.

Игроки обороняющейся команды ставят «стенку» из 5 человек. Как правило, это три нападающих, один полузащитник и один защитник. «Стенка» закрывает один угол ворот, во втором стоит вратарь. «Стенка»



ставится против первого бьющего, на второго бежит от «стенки» защитник (рис. 67).

Остальные игроки располагаются в штрафной площади и следят за маневром соперников. Здесь необходимо особое внимание, так как мяч может быть переброшен через «стенку» или пас будет отдан подключающемуся в атаку полузащитнику.

Тактика и погода

В последние годы все больше спортивных игр «прячется под крышей». В комфортабельные Дворцы спорта ушел во многих городах хоккей с шайбой, там же обосновались баскетбол, волейбол, ручной мяч. Даже футбол нашел себе пристанище в залах с искусственной травой. И лишь хоккей с мячом остается верным свежему воздуху, русскому морозцу, широкому простору естественного льда. Но именно поэтому игрокам в русский хоккей небезразличны капризы погоды. Случается, что игры приходится проводить и в оттепель и в сильную стужу, при сильном ветре или обильном снегопаде. Главное для хоккеистов при этих внезапных переменах — сохранить силу воли, умение перебороть трудности, приспособиться к ним и даже использовать климатические перемены.

Встречаются даже и в сильных командах игроки, которые еще до матча начинают ссылаться на погоду: вот, мол, снег мешает или холодно, бежать нет сил. Мы не призываем играть, как говорится, до посинения, да и правила хоккея этого не позволяют. Но приучить себя выступать в самых тяжелых условиях обязан каждый настоящий спортсмен и в соответствии с ними корректировать тактику игры.

Каковы же особенности тактических действий при переменах погоды?

В морозную погоду (при 25 градусах и ниже) лед становится плотным, на нем появляются глубокие

трещины, поверхность поля шероховатая, «коньки не катятся». В такую погоду надо быть очень внимательным в передачах, важно особо следить за подстраховкой партнеров при приеме ими мяча. Внимательнее обычного надо быть и в движении: чего доброго попадешь в трещину — и ты уже лежишь на льду.

В снегопад, когда поле покрыто слоем снега, игра сводится к выбиванию мяча в зону нападения, где при приеме мяча быстрее овладевает им тот, у кого скорость и техника ловли верховых мячей лучше. Как правило, в этих условиях много штрафных и свободных ударов и большое значение приобретает умение использовать стандартные положения (угловые, штрафные). На снегу заниматься обводкой практически бесполезно, и решающим фактором становится физическая подготовка, умение играть с лёта.

При сильном ветре тактика обороняющейся команды, играющей против ветра, строится на насыщенной обороне с контратаками при отборе мяча. Тактика атакующей по ветру команды основывается на атаках большими силами через фланги, ударами из-под защитников по воротам 18—20 м.

В оттепель тактика сводится к навесам в штрафную площадь, где решающее значение имеет техника ударов по воротам с воздуха, хорошая физическая подготовка. Сошлемся на пример московского первенства мира. Там решающая игра сборных СССР и Швеции проходила в оттепель, на мягком, не скоростном льду. Наша команда сразу потеряла былое преимущество в беге на коньках. Но отменная физическая подготовка, высокая техника в сочетании с высоким волевым настроем позволили нашей славной дружине одержать победу, принеся ей золотые медали.

Сильнейшие клубы

С тех пор как в 1936 г. был проведен I чемпионат СССР по хоккею с мячом среди клубных команд, это первенство на многие годы стало центральным событием каждого сезона. Правда, с 1937 г. состязания на первенство страны были заменены розыгрышем Кубка СССР (он проводился 15 раз: 12 лет обладателями хрустального приза были московские динамовцы, и трижды их земляки — армейцы). Но вот уже более 25 лет подряд первенство СССР проводится регулярно. Именно в этих турнирах заставили говорить о себе наши ведущие команды. Вот самые именитые из них, представляющие высшую лигу первенства СССР.

«Динамо» (Москва). Это, без преувеличения, главный клуб нашего хоккея. Столичные мастера стали первыми чемпионами еще в 1936 г. и с тех пор, участвуя во всех первенствах страны, становились обладателями золотых медалей еще 14 раз (к сезону 1978/79 г.): в 1951, 1952, 1961, 1963, 1964, 1965, 1966, 1969, 1970, 1972, 1973, 1975, 1976, 1978 гг. Динамовцы в 1976, 1977 и 1979 гг. стали обладателями Кубка европейских чемпионов. Велика заслуга москвичей и в победах нашей сборной. Вот уже многие годы динамовцы являются основой сборной СССР. Клуб прославили такие известные хоккеисты, как Павел Коротков, Сергей Ильин, Михаил Якушин, Николай Медведев, Сергей Соловьев, Владимир Савдуин, Василий Трофимов, Юрий Шальнов, Игорь Численко, Евгений Папугин, Валерий Маслов, Юрий Лизавин, Владимир Плаунов, Георгий Канарейкин и др. Заслуга «Динамо» — в постоянном поиске новых тактических рисунков игры, позволяющих одолеть любого соперника.

СКА (Свердловск). Хоккеисты спортивного клуба армии из Свердловска — постоянные соперники «Ди-

намо» в споре за золотые медали. Выступая в высшей лиге с 1950 г., армейцы в тот же сезон стали чемпионами, а затем еще 10 раз были сильнее всех: в 1953, 1956, 1958, 1959, 1960, 1962, 1966, 1968, 1971 и 1974 гг. Первыми среди наших команд свердловчане оказались победителями Кубка европейских чемпионов.

На Урале выросли такие замечательные мастера мирового класса, как Виктор Шеховцев, Николай Дураков, Валентин Атамановичев, Михаил Осинцев, Александр Измоленов, Александр Сивков, Юрий Варзин, Валерий Эйхвальд и др.

«Динамо» (Алма-Ата). Этот клуб выступает в высшей группе класса «А» с 1958 г. (несколько лет — под флагом «Буревестника»). Особенно успешно хоккеисты Казахстана играют в последние годы. Самую большую свою победу в первенствах СССР алмаатинцы одержали в 1977 г. — стали чемпионами страны, нарушив «монополию» трех команд — «Динамо» (Москва), СКА (Свердловск) и ЦСКА, которые до этого только между собой делили золотые медали.

В 1978 г. алмаатинцы стали обладателями Кубка европейских чемпионов. В составе клуба алмаатинцев подготовлены чемпионы мира Валерий Бочков, Леонид Лобачев.

СКА (Хабаровск). В первой группе класса «А» выступает с 1954 г. Второй призер 1964 и 1970 гг., третий призер 1955, 1965, 1968, 1969 и 1979 гг. Дальневосточники горды тем, что на их ледяных полях стал большим мастером Евгений Герасимов, за СКА долго выступал один из лучших бомбардиров нашего хоккея Анатолий Фролов. Он, а также вратарь сборной СССР Сергей Лазарев и Александр Першин в составе сборной СССР становились чемпионами мира.

«Волга» (Ульяновск). Волжане выступают среди сильнейших с 1957 г. (до 1960 г. — под флагом «Динамо»). Наибольшего успеха добились в 1972 г., когда стали серебряными медалистами.

Полузащитник «Волги» Владимир Монахов дважды становился чемпионом мира, чемпионом мира был вратарь Леонард Мухаметзянов, а Вячеслав Мишурнов и Сергей Наумов два раза были чемпионами мира среди юниоров.

«Зоркий» (Красногорск). С 1962 г. эта заводская команда небольшого подмосковного города выступает на высшем уровне, хотя в 1965—1967 гг. оказывалась во второй группе. Располагая отличным стадионом, где в 1973 г. проходили матчи чемпионата мира, красногорцы с каждым сезоном улучшают игру. Так, в 1976 и 1977 гг. «Зоркий», возглавляемый известным в прошлом нападающим Евгением Папугиным, занимал 4-е место. А в 1979 г. пришел к команде самый большой успех — она стала чемпионом СССР.

Дважды становился чемпионом мира форвард «Зоркого» Юрий Петров.

«Енисей» (Красноярск). «Трактор», «Торпедо», «Локомотив», «Труд» — под такими названиями выступают с 1953 г. в высшей лиге хоккеисты Красноярска, чья команда называется теперь «Енисей». Лучшее достижение коллектива — 1-е место в 1980 г. В 1977 и 1979 гг. игрок «Енисея» Сергей Ломанов стал чемпионом мира, причем его называли лучшим нападающим турнира. В 1979 г. чемпионом мира стал и Юрий Першин.

«Уральский трубник» (Первоуральск). Эта команда представляет Уральский новотрубный завод города Первоуральска. Стаж в первой группе достаточно велик — с 1959 г. Команда выступает неровно, но в 1964 г. сумела занять почетное 4-е место. В «Уральском трубнике» несколько сезонов играл отличный вратарь — чемпион мира Юрий Школьный. Команда «Уральского трубника» несколько раз была чемпионом СССР среди юношей. Воспитанники клуба Александр Сивков, Александр Дубов, Владимир Матвеев, Владимир Глушков, Дмитрий Репях в составе

сборной СССР становились чемпионами мира среди юниоров.

«Кузбасс» (Кемерово). Свыше 20 лет этот шахтерский коллектив «твердо стоит на льду», часто принося неприятности соперникам. В 1970 г. сибиряки заняли 5-е место. Это их высшее достижение. А в 1971 г. золотой медали чемпиона мира был удостоен полузащитник кемеровчанин Владимир Коровин.

«Вымпел» (Калининград). У этой популярной подмосковной команды сложная судьба. Попав в высшую лигу в 1950 г., она нередко расставалась с ней (1951—1957, 1965 гг.), но в лучшие свои времена преподносила конкурентам немало сюрпризов, а в 1963 г. завоевала бронзовые медали. Местные мальчишки и взрослые — любители хоккея с гордостью говорят о том, что в их городе выросли чемпионы мира Валерий Маслов, Виталий Данилов, Виктор Громаков, Юрий Шорин.

«Локомотив» (Иркутск). Эта команда «привыкла» держаться в тени, но однажды — в 1966 г. — железнодорожники удивили многих, когда заняли довольно высокое 5-е место.

«Водник» (Архангельск). Команда моряков — один из старожилов в компании ведущих клубов. «Водник» сформирован еще в 1925 г. Северяне многое сделали для популяризации хоккея с мячом. Эта цепкая, самоотверженная дружина в 1965 г. была на 4-м месте.

«Юность» (Омск). Этот клуб можно назвать новичком в высшей группе. Сибиряки лишь в 1972 г. вступили в борьбу за медали. Пока мастерству «Юности» еще надо поучиться. Вот почему омичи никак не могут надолго удержаться среди лучших наших команд.

«Фили» (Москва). В 1959 г., став чемпионом Москвы, команда получила право играть в первой группе класса «А». Выступает с переменным успехом.

«Старт» (Горький). Эта команда организована в 1932 г. В команде всегда были интересные игроки,

Ю. Гаврилов и А. Рычагов носят звания чемпионов мира. В 1980 г. «Старт» впервые завоевал серебряные медали чемпионата СССР.

История нашего хоккея была бы не полной, если бы мы не назвали здесь и другие незаурядные команды.

Прежде всего это ЦСКА. Трехкратный чемпион СССР (1954, 1955, 1957 гг.). Этот славный коллектив (он был расформирован в 1963 г., и многие его игроки успешно выступали в дальнейшем за московское «Динамо», «Вымпел» и другие клубы) дал нашему хоккею многочисленную группу мастеров надежной защиты быстрого бега на коньках, хитроумного паса, точного удара. Назовем хотя бы Анатолия Панина, Анатолия Мельникова, Юрия Шорина, Михаила Осинцева, Михаила Орехова, Георгия Водянова. Московским армейцам довелось в 1957 г. провести редкостный матч с их одноклубника-

ми из Свердловска. Тогда обе команды набрали одинаковое количество очков, и, чтобы определить чемпиона, был назначен дополнительный матч в Архангельске. Победу со счетом 3:1, а с ней и высшие награды завоевал ЦСКА.

Хорошие традиции в развитии хоккея имели также московский «Буревестник» (третий призер 1954, 1957, 1958 гг.), московский «Спартак» (бронзовые медали 1950 и 1951 гг.). Неплохо выступали рижский СКА (2-е место в 1953 г.), «Литейщик» (Караганда). В разное время, но, как правило, недолго были в первой лиге команды «Труд» из Куйбышева, Краснотурьинска и Курска, «Строитель» из Шелехова, «Сибсельмаш» из Новосибирска.

А теперь для тех, кто увлекается спортивной статистикой, предлагаем сводную таблицу результатов всех чемпионатов страны.

Год	1-е место	2-е место	3-е место
1936	«Динамо», Москва	«Динамо», Болшево	«Динамо», Ленинград
1950	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	«Спартак», Москва
1951	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	«Спартак», Москва
1952	«Динамо», Москва	СКИФ, Ленинград	СКА, Свердловск
1953	СКА, Свердловск	СКА, Рига	«Трактор», Красноярск
1954	ЦСКА	«Динамо», Москва	«Буревестник», Москва
1955	ЦСКА	СКА, Свердловск	СКА, Хабаровск
1956	СКА, Свердловск	ЦСКА	«Динамо», Москва
1957	ЦСКА	СКА, Свердловск	«Буревестник», Москва
1958	СКА, Свердловск	ЦСКА	«Буревестник», Москва
1959	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	ЦСКА
1960	СКА, Свердловск	ЦСКА	«Динамо», Москва
1961	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	ЦСКА
1962	СКА, Свердловск	ЦСКА	«Динамо», Москва
1963	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	«Вымпел», Калининград
1964	«Динамо», Москва	СКА, Хабаровск	СКА, Свердловск
1965	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	СКА, Хабаровск
1966	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата
1967	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	«Динамо», Алма-Ата
1968	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	СКА, Хабаровск
1969	«Динамо», Москва	СКА, Свердловск	СКА, Хабаровск
1970	«Динамо», Москва	СКА, Хабаровск	СКА, Свердловск
1971	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата
1972	«Динамо», Москва	«Волга», Ульяновск	СКА, Хабаровск
1973	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата	«Кузбасс», Кемерово
1974	СКА, Свердловск	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата
1975	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата	СКА, Свердловск
1976	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата	«Волга», Ульяновск
1977	«Динамо», Алма-Ата	«Динамо», Москва	«Волга», Ульяновск
1978	«Динамо», Москва	«Динамо», Алма-Ата	«Енисей», Красноярск
1979	«Зоркий», Красноярск	«Динамо», Алма-Ата	СКА, Хабаровск
1980	«Енисей», Красноярск	«Старт», Горький	«Зоркий», Красноярск

Стреляющие клюшки

В последние годы очень популярным стал традиционный приз «В атаку» — награда самому результативному игроку первенства страны. Вот кто был самым метким бомбардиром недавних лет. 1966 г. — Н. Дураков (СКА, Свердловск) — 31 гол; 1967 г. — Е. Папугин («Динамо», Москва) — 37; 1968 г. — Н. Дураков — 42; 1969 г. — Н. Дураков — 54; 1970 г. — В. Башан (СКА, Хабаровск) — 43; 1971 г. — Н. Дураков — 42; 1972 г. — Ю. Лизавин («Динамо», Москва) — 41; 1973 г. — Н. Дураков — 50; 1974 г. —

Н. Дураков — 45; 1975 г. — Е. Агуреев («Динамо», Алма-Ата) — 63; 1976 г. — Ю. Лизавин — 47; 1977 г. — А. Сивков (СКА, Свердловск) — 44; 1978 г. — А. Сивков — 60; 1979 г. — Е. Агуреев — 74 мяча.

Все это показатели результативности за каждый сезон, а каково высшее личное достижение в одном матче? Здесь рекорд принадлежит форварду свердловского СКА А. Сивкову, который в играх сезона 1977/78 г. забил 10 мячей в ворота омской «Юности». По 9 мячей забили в том же первенстве Ю. Петров («Зоркий»), и С. Ломанов («Енисей»). Оба отличились в игре с кемеровским «Кузбасом».





Как организовать тренировочные занятия

Подготовительный период

Прежде всего хочется сказать вам, юные друзья, что неперенным условием хорошей спортивной формы является круглогодичная тренировка. В отдельные месяцы года тренировочные нагрузки хоккеиста снижаются. Растаял лед, закончился зимний сезон, а футбольные поля, где можно снова сыграть командой в пол-

ном составе, еще не подсохли. Или пришла дождливая осень, до мороза, позволяющего начать заливку льда, еще не скоро. Казалось бы, как тут поддерживать форму? А ведь можно. Ни один день не должен стать для вас бесполезным для спорта. Утренняя гимнастика, занятия с гантелями, пробежки, веселые игры во дво-

ре, на небольших площадках, активное участие в школьных соревнованиях (волейбол, баскетбол, кроссы, легкая атлетика) очень помогут в это время межсезонья. Предпочтение отдайте футболу — ведь он так похож на любимый вами хоккей! Очень важен для будущего мастера период непосредственной подготовки к новому сезону — так называемый подготовительный период (примерно с 1 октября по 1 декабря). Его цель — приобретение хорошей спортивной формы в занятиях на земле и совершенствование техники игры на льду. Предлагаем вам примерный план урока в подготовительный период.

1. Бег в среднем темпе на 600—800 м.

2. Гимнастические упражнения для развития мышц рук, плечевого пояса, ног (приседания, отжимания от земли), наклоны и вращения туловища, прыжки.

3. Бег в среднем темпе на 50 м с ускорениями вполсилы (по 3 раза). При возвращении к линии старта расслабить мышцы ног, плечевого пояса, восстановить дыхание.

4. Прыжки вверх с одной ноги на другую (2 серии на дистанции 50 м).

5. Легкая пробежка на 300 м для восстановления дыхания.

6. Бег спиной вперед (7—10 м, затем резкий разворот на 180 градусов, и 20—25 м в обычном положении). На дистанции 100 м сделать три таких упражнения.

7. После короткой паузы снова два ускорения на 50 м. Возвращаясь, расслабить мышцы ног и рук, восстановить дыхание.

8. Прыжки в сторону с одной ноги на другую, имитируя бег на коньках, — 20 м, после прыжков легкий бег — 30 м. Сделать 3 серии по 50 м.

9. Прыжок «олень». Прыжок вперед с левой ноги на правую с одновременным подниманием поочередно рук вверх (рис. 69).

Очень важно приучить организм расслабляться, давать мышцам отдых и восстанавливать дыхание на те короткие секунды, которые случаются в игре, когда мяч уходит в аут, за линию ворот. Постоянно напряженные мышцы быстрее устают, это приводит к утомлению. Поэтому каждое из предложенных здесь упражнений должно чередоваться с расслаблением. Наиболее характерным примером чередования может служить такое: вы делаете прыжки с левой ноги на правую и наоборот (это имитирует во многом бег на коньках). Задача тяжелая, требующая



Рис. 68

больших нагрузок. После серии прыжков обязательно надо легко пробежаться, потряхивая при этом ногами, походить, «продышаться», сделать несколько наклонов назад с последующим броском рук вниз, расслабить их, глубоко выдохнуть. После такого восстановления можно снова приступить к основным упражнениям. Старайтесь не перенапрягаться.

Если чувствуете, что болят мышцы ног и дыхание затруднено, в этом случае обязательно обращайтесь в школе к врачу или медсестре.

Основной период

Наконец вы дождались настоящей зимы, подготовили ледяное поле, вот начнете игры с товарищами. Значит, пришла пора напряженных тренировок, в которых закладываются основы будущих побед. Как провести полноценную тренировку? Предлагаем три плана уроков на 80—90 мин. каждый.

Если спустя несколько недель после начала тренировок увидите, как другие команды занимаются чуть иначе, попробуйте новинку и вы. Она не помешает.



Рис. 69

Три плана для всех и каждого

1-й вариант урока (рассчитан на группу 10—15 человек)

1. Катание вполсилы по кругу в колонну по одному. Интервал 1,5—2 м (3—5 мин.).

2. Приседания на ходу на двух ногах. За 2 мин.—8—10 раз. Ноги на ширине плеч, руки вперед.

3. Наклоны вперед, руками коснуться ботинок, наклоны назад прогнувшись (по 10—12 раз).

4. Махи левой и правой ногой вперед, назад, в стороны, вращательные движения согнутой в колене ногой (по 10—12 раз каждой ногой).

5. Повороты туловища влево, вправо (1 мин.).

6. Упражнения для развития кистей рук. Взять клюшку в правую руку за середину и делать вращательные движения в правую и левую сторону. То же левой рукой (2 мин.).

7. Двигаясь по кругу в колонну по одному, делать полупагаты то правой, то левой ногой. Стараться достать клюшкой воображаемый мяч (2 мин.).

8. Группа движется в колонну по одному. Интервал 3 м. Последний пробегает «змейкой» сквозь колонну и становится впереди группы (5 мин.). По 3—4 раза каждый. Следить, чтобы интервал сохранялся.

9. Один круг свободного катания.

10. Эстафета без мяча от центра поля к воротам и обратно.

11. Игра «Салочки», «Колдунчики».

Все это была разминочная часть. А теперь переходите к технической подготовке.

1. Передачи мяча в парах (5 мин.). Двигаясь по кругу в парах, передавать друг другу мяч в два касания, т. е. прием мяча, передача партнеру, поменяться местами (еще 5 мин.). При передачах не останавливаться, продолжать двигаться. Прием мяча мягкий, передача кистевыми движениями точно на крюк партне-

ра, клюшку не отводить далеко от мяча.

2. Передачи мяча верхом на 25—30 м. Быстрая остановка, обработка мяча и удар партнеру (3 мин.).

3. Удары по воротам. Удары производятся с движением от левого борта на место правого полусреднего и от правого борта на место левого полусреднего. Бить быстро, с коротким замахом. Ноги расставлены широко, согнуты в коленях (10 мин.).

4. Двусторонняя игра (30—40 мин.). Обратить внимание на точность паса, комбинации в атаке.

После каждого упражнения ослабляйте мышцы рук и ног, восстанавливайте дыхание.

2-й вариант урока

Вы уже провели несколько тренировок на льду, и надо постепенно усложнять упражнения по физической, технической, тактической подготовке.

1. В колонну по одному бег на коньках в среднем темпе 4—5 кругов, гимнастика на ходу, куда включаются знакомые уже упражнения: приседания, полупагаты на левой, правой ноге, махи левой, правой ногой, наклоны вперед, назад. Клюшку при наклонах держите одной рукой за рукоятку, другой — за конец.

После упражнений надо сделать 1 круг на коньках без напряжения для восстановления дыхания.

2. На 100-метровой прямой поля сделать серию прыжков в стороны на коньках с левой ноги на правую, не быстро. Сначала сделав прыжок на левую ногу, зафиксировать положение тела (на 2—3 сек.), а затем с левой ноги сделать прыжок на правую и также зафиксировать тело на 2—3 сек. Начинать это упражнение с прыжков невысоких, и по мере усвоения следует увеличивать высоту и длину прыжка.

После прыжков легко прокатиться, восстанавливая дыхание. Такие упражнения от исходной линии сделать 3 раза.

3. Катание спиной вперед. Построиться в шеренгу по одному с интервалом 3 м на лицевой линии поля,

и, встав спиной к полю, начинать движение спиной вперед. После 30—40 м повернуться на 180 градусов, проехать 10—20 м обычным бегом и снова начинать движение спиной вперед до конца поля и за направляющим в колонну по одному возвращаться в исходное положение. Это сделать 3 раза. Небольшой отдых — 2—3 мин. Особенно важно хорошо кататься спиной вперед защитникам и полузащитникам, и они должны каждую тренировку уделять внимание этому упражнению.

4. Бег по «восьмерке». Представив себе цифру 8 на поле, начинать движение от ворот до середины этой половины поля и до его центра. Затем на середину другой половины поля и к воротам. Повторить 2 раза.

Возвращаясь в исходное положение, обязательно полностью восстановить дыхание. Упражнение это начинать надо без напряжения, по мере усвоения делать быстрее и чаще «перебирать» ногами на виражах.

Вратари делают упражнения вместе со всей командой, но в меньшем объеме.

Упражнения с мячом. Практически игрок на поле во время игры редко стоит. Постоянно меняющиеся ситуации заставляют игроков быть всегда в движении. Поэтому все упражнения с мячом должны проводиться в движении.

1. Эстафета с мячом от ворот к центру поля и обратно.

2. Удары по воротам. Делать с короткого разбега (3, 5, 7 м), стараясь бить из-за штрафной.

3. Защитники отрабатывают остановки мяча. После остановки летящего верхом мяча клюшкой или корпусом надо быстро опустить мяч на лед и сделать короткий рывок влево или вправо и после этого ударом подсечкой передать мяч партнеру, который также должен стремиться обработать этот мяч в движении.

3. Передачи друг другу в парах, в тройках. Это наиболее часто применяемое упражнение, без которого не должна проводиться ни одна трени-

ровка. Начинайте упражнения в невысоком темпе. Передача должна быть точно на крюк клюшки партнера, которую нужно держать на льду.

Основная ошибка заключается в том, что многие перед тем, как отдать мяч партнеру, встают на обе ноги и после этого дают пас. Выполняя это упражнение в парах, тройках, привыкайте не смотреть на мяч во время движения на коньках, чтобы видеть обстановку на поле. Этому упражнению надо каждую тренировку уделять 10—20 мин.

4. Удары по воротам, когда один нападающий от центра поля идет к штрафной, а ему препятствуют два защитника. Надо попытаться дойти до линии штрафной и пробить. То же, но два нападающих против трех обороняющихся, трое против четырех защитников. Игроки, свободные от упражнения, на другой половине поля бьют по воротам в движении, передают мяч верхом друг другу.

5. Двусторонняя игра,

3-й вариант урока

1. Прокатиться 2 круга, сделать гимнастику на коду. Упражнения для рук, плечевого пояса, ног вам уже знакомы. Теперь вы уже более энергично можете делать приседания, наклоны вперед, назад, повороты туловища влево, вправо, вращательные движения левой, потом правой ногой. Упражнения делать на ходу, не останавливаясь. После каждого упражнения делать небольшую паузу для восстановления дыхания и отдыха мышц (10—12 мин).

2. Группа движется в колонну по одному. Интервал — 3 м. Последний обегает «змейкой» всю колонну и становится впереди, сохраняя интервал. Повторить каждому 4—5 раз.

3. Расположившись в шеренгу вдоль линии ворот, по команде сделать рывок на 15—20 м, потом свободно прокатиться по прямой 20—25 м и сделать еще рывок на 20—25 м. После упражнения группа организована, за направляющим следует на исходное положение. Повторить 3—4 раза.

4. Из этого же исходного положения движение спиной вперед 15—20 м, поворот на 180 градусов, рывок 5—7 м, снова движение спиной вперед 15—20 м, поворот, рывок. Повторить 2—3 раза.

После небольшого отдыха (2—3 мин.) переходить к упражнениям с мячом.

5. Передачи в парах. Разбившись на пары, двигаясь по кругу поля, делать передачи в два касания. Следить за тем, чтобы передачи чередовались по силе, чтобы мяч во время приема не отскакивал от клюшки, а «прилипал» к ней. Мяч нужно направлять точно на крюк клюшки партнера, а партнер должен держать ее на льду (10—12 мин.).

Следует выбирать ближайшего по линии партнера. Например, два центральных полузащитника, центральный нападающий и крайний нападающий, защитник и крайний полузащитник...

6. Разыгрывание стандартных положений. Угловой. В команде должны быть 1—2 игрока, постоянно подающих угловой.

Мяч должен быть послан очень расчетливо (чтобы игрок, выбегающий на перехват, не достал его) и не сильно, чтобы игрок, бьющий после углового, успел ударить. Поэтому на тренировке надо отработать силу и точность удара на расстоянии 12—14 м от ворот.

Рядом с бьющим располагаются 2 игрока. Один ближе к направлению мяча, другой — дальше. Если игрок плохо подал угловой и видно, что выбегающий игрок соперника перехватывает мяч, то свой игрок, стоящий ближе к передаче с углового, перехватывает мяч и либо сам бьет, либо разыгрывает его с партнерами.

Дальний игрок страхует бьющего игрока; в случае, если он промахнется, он бьет сам или разыгрывает с партнерами.

При разыгрывании углового удара надо добиваться высокой точности попадания в ворота. У одних лучше получается удар с левой стороны, у

других — с правой. Поэтому при подаче углового слева бьет один игрок, справа — другой.

7. Разучивание свободных ударов.

Обычно у мяча при розыгрышах свободного удара 3 игрока — один разыгрывает мяч, двое с поднятыми клюшками готовы к удару. Вариантов розыгрыша свободного удара много. Можно и отдать пас игроку, подбрасывающемуся в атаку, перебросить мяч через «стенку» открывающемуся игроку или непосредственно произвести удар. Этот удар наиболее опасен, так как расстояние до ворот небольшое — 17 м, перед воротами группа игроков, которая не дает вратарю смотреть, куда летит мяч, и вратарь также не знает, какой игрок точно будет бить.

При розыгрыше игрок, дающий мяч своему партнеру, должен сделать это очень точно. Здесь должна быть договоренность между собой. Одни любят «наезжать» на мяч и бить с ходу, другие, наоборот, чуть отъезжают от мяча, с тем чтобы удар пришелся мимо «стенки».

Очень хорошо выполняли свободные удары главные «бомбардиры» нашего хоккея Евгений Папугин и Николай Дураков. Удары у них были хлесткие, сильные и точные. Дураков как раз любил «наезжать» на мяч, т. е. ехать навстречу передаче и бить по «встречному» мячу, а Папугин любил как раз мягкие, точные пасы. Хорошо разыгрывал свободный удар Юрий Афанасьев. Трудно было угадать, кому он отдаст пас, вправо или влево. Это очень важно — «замаскировать» передачу, сделать ложное движение будто отдаешь мяч одному, а на самом деле передаешь другому игроку.

При выполнении ударов по воротам надо посылать мяч не просто в сторону ворот, а в определенную точку. Так будет вырабатываться точность и стабильность удара.

Обычно для тренировок свободных и угловых ударов используется одна половина поля. На другой половине поля нападающие и полузащит-

ники производят поочередно удары с ходу по воротам. Защитники передают мяч верхом друг другу, остановка — передача.

По времени разминка, беговые упражнения, упражнения с мячом, передачи, удары должны в этом уроке занимать 40—45 мин. После небольшой паузы — двусторонняя игра 30—35 мин.

На что обратить внимание в двусторонней игре? Прежде всего надо действовать на том месте, которое вы занимаете всегда.

Хоккей с мячом — игра очень подвижная, и здесь игроки должны очень дружно атаковать и защищаться, поэтому с первых тренировок надо приучить себя к постоянному движению на коньках. Конечно, отдыхать надо, но и для отдыха надо правильно находить время. Это может быть время, когда мяч выходит из игры, когда идет подготовка к подаче углового, когда устанавливается «стенка». Умейте расслабляться в эти короткие паузы, и вы приучите организм выносить большие физические нагрузки.

Игра в пас — основа хоккея. От игры в пас получают удовольствие и игроки и зрители. А то бывает, что один «водится» до усталости, а остальные стоят и смотрят. Что же получится, если каждый будет «таскать» мяч в одиночку! Поэтому с первых двусторонних игр приучайтесь играть в пас, а основой и будут те упражнения, которые вы разучивали на тренировках.

В хоккее с мячом не разрешаются такие силовые приемы, как в хоккее с шайбой. И тем не менее, как и во всякой игре, здесь подчас не избежать падений на лед, столкновений, ушибов, да и мяч или клюшка иногда может довольно больно ударить. Так что прислушаемся к тому, что советует врач сборной СССР Михаил Михайлович Кузнецов:

— Особенно часты в игре на льду ушибы, растяжения, ссадины. Немедленно обращайтесь при этих травмах к врачу или медицинской сестре —

на стадионе, в школе, поликлинике, медпункте. Там вам окажут нужную помощь. Но если такой возможности сразу нет, к ушибленному месту сами приложите что-нибудь холодное — лед, бутылку или флягу с холодной водой. Холод заметно убавит боль. Ссадину нужно промыть раствором перекиси водорода и смазать или раствором йода, или «зеленкой» — раствором бриллиантовой зелени.

Мужественного спортсмена не испугать царапиной или легким ушибом, но ни одно серьезное повреждение оставлять без врачебной помощи нельзя. И еще помните: нельзя тренироваться, если вы больны. При плохом состоянии немедленно обращайтесь к врачу.

Чудо-приз — награда сильнейшим

Взгляните на этот оригинальный приз (рис. 70), который, несмотря на «детский возраст» (приз вышел из-под рук народных мастеров в 1972 г.), совершил немало интересных путешествий. Он успел побывать на Волге в Ульяновске, замерзал в архангельскую стужу, пересек Балтийское море, чтобы перезимовать в Стокгольме. Оттуда, с севера Европы, перелетел на Дальний Восток, к берегам Амура, в Хабаровск, побывал в Сибири, в Кемерово, чтобы снова вернуться в нашу столицу.

Да, старинному русскому медному, с чернью ковшу, на дне которого «упрятан» искусно ограненный камень, подвластны любые расстояния. Ковш этот интересен и тем, что во многом напоминает по форме старинную русскую ладью. И где бы ни причаливала эта ладья, она становилась желанной наградой для сильнейших мастеров хоккея с мячом. А как иначе? Ведь этот ковш-ладья — переходящий приз редакции популярной



Рис. 70

газеты «Советская Россия», учрежденный для победителя традиционного международного турнира сборных четырех стран, проводимого в нашей стране.

Честь проведения первого турнира на приз «Советской России» была предоставлена Ульяновску. Произошло это в 1972 г. И уже в год дебюта турнир «Советской России», в котором участвуют национальные команды СССР, Швеции, Финляндии и Норвегии, стал интереснейшим событием в спортивной жизни. Старожилы с трудом вспоминали, когда еще был такой мороз, что налетел в Ульяновск в дни матчей четырех сборных. Но, не боясь пурги и январских морозов, десятки тысяч зрителей внимательно следили за поединками лучших мастеров оранжевого мяча.

Играть было трудно. К примеру, матч сборных СССР и Норвегии начался, когда уличный термометр показывал — 32 градуса. Согласно правилам, судьи разделили встречу на

три тайма. В этих необычных условиях лишь один гол решил судьбу встречи. Победный мяч в ворота норвежцев, которые отлично защищал Свен Граттум (из-за плохого зрения он вынужден выступать в очках), провел Анатолий Фролов. 1:0. Зато в остальных встречах — против сборной Финляндии (4:0) и Швеции (6:3) — наши нападающие были удачливее. Так «русская ладья» пристала к волжскому берегу.

Успех состязаний в Ульяновске обеспечил турниру долгую жизнь. Международная федерация хоккея с мячом решила сделать соревнования традиционными и проводить их в сезон между очередными чемпионатами мира.

II турнир «Советской России» проходил в 1974 г. Гостеприимно принял спортсменов Архангельск. Снова сильнейший январский мороз, и снова переполненные трибуны стадиона. К сожалению, наша команда выступила неважно, выглядела усталой после трудных матчей первенства страны, действовала на поле без обычной энергии. Два поражения — от сборных Финляндии (2:3) и Швеции (1:4), — лишь одна победа над норвежцами (5:0) — вот таковы показатели хоккеистов СССР на берегах Северной Двины. А победительницей стала команда Швеции.

Два года пришлось ждать нашим игрокам, чтобы вернуть себе награду. Команды четырех стран встретились на малом чемпионате мира, как стали называть этот турнир, в январе 1976 г. в Хабаровске. Любопытно, что для первой сборной Швеции поездка на Амур была одним из самых дальних путешествий в ее истории. Расстояние в девять часовых поясов впервые преодолели норвежцы. Дальневосточники постарались сердечно встретить гостей. Эмблемой турнира был забавный тигренок Прохор, обитель дальневосточной тайги (рис.).

Советские хоккеисты играли здорово — смело, быстро, результативно. Не выдержала предложенного темпа сборная Норвегии — 11:1, затем была



Рис. 71

вынуждена уступить сильная команда Финляндии — 3:2, а за ней и шведы — 3:1. Приз «Советской России» остался у нас в стране!

Быстро промчались еще два года, хозяином турнира стал сибирский город Кемерово. Матчи проходили в конце февраля 1978 г. на стадионе «Химик». Снова полные трибуны, зрителей не испугали ни неожиданная для этой поры оттепель, ни резко сменившиеся ее морозы.

Квартет сильнейших команд постарался порадовать сибиряков отличной игрой. И зрители были довольны. Сборная СССР, несмотря на значительно обновленный состав, вновь оказалась сильнее соперников: 17 мячей побывало в воротах скандинавских сборных. Со счетом 1:6 уступили нашей дружине норвежцы, пять мячей против одного — таков победный для нас результат в игре с финнами. Наконец советская команда наносит поражение «Тре крунур» — 6:4.

Встречи в Кемерово вызвали большой интерес за рубежом. В качестве наблюдателей на играх присутствовали представители Голландии, США, Японии. Тренеры всех сборных опробовали на этом турнире немало молодых игроков, еще раз подтвердив, что турниры «Советской России» являются отличной репетицией мировых чемпионатов.

V турнир на приз газеты «Советская Россия» проходил в 1980 г. в столице Коми АССР Сыктывкаре.

Этот растущий город отмечал в февральские дни свое 200-летие и постарался отлично встретить гостей. Среди тех, кто не пропускал ни одного матча традиционного турнира, были и юные хоккеисты из местного клуба «Строитель» — неоднократные призеры соревнований на приз «Плетеного мяча». Ребята внимательно наблюдали за играми выдающихся мастеров, а когда у тех были свободные

часы, пригласили к себе в гости, рассказали о школьных и спортивных успехах, обменялись значками.

Быстро прошли дни соревнований. И вот пришла пора решающей встречи на обновленном стадионе общества «Труд» в центре города.

Свыше 25 тысяч зрителей стали свидетелями финальной игры, в которой встретились сборные СССР и Швеции. Выступая в заметно обновленном составе, советская команда убедительно победила — 6:2 и в четвертый раз стала обладателем главного приза. Три гола провел в этом матче Сергей Ломанов, а всего на счету нападающего из красноярского «Енисея» оказалось восемь мячей, забитых в ворота соперников.

Шведы остались вторыми в общем зачете, финны — третьими.

«Спасибо за гостеприимство! До новых встреч», — говорили, уезжая домой, спортсмены из Скандинавии.





Правила игры

Состав команд, игроки

В игре одновременно участвуют две команды. В каждой из них на поле стандартных размеров должно быть по 11 игроков, включая вратаря. Знайте, что команда может быть допущена к соревнованиям, если в ее составе не меньше 8 человек. Если же во время игры в составе на поле остается меньше 8 человек, то матч

прекращается и команде засчитывается поражение.

В течение игры можно производить в любое время неограниченное число замен из состава не более 17 человек.

Но существуют и упрощенные правила игры на площадках любых размеров, но не менее 50×24 м. То-

гда в зависимости от длины и ширины поля состав команды может быть из 6, 7 или 8 человек. Думается, что эти правила, ребята, вас вполне устраивают.

В последнее время все чаще матчи по хоккею с мячом проходят на полях для хоккея с шайбой. В этих случаях каждая команда играет в составе 6 человек, включая вратаря.

Наш совет: когда вы собираетесь провести товарищескую встречу, старайтесь, чтобы команды были примерно равны по силам. Не стоит в одну дружину собирать всех хорошо играющих ребят, а в другую тех, кто послабее. Быть может, победный счет и принесет кому-то мгновенную радость, но польза от такого неравного соперничества будет невелика, мастерства у вас не прибавится.

Мы уже говорили о том, что в хоккее с мячом в команде в зависимости от площадки, на которой вы играете, может быть на поле от 6 до 11 человек. А вот выезжать на лед для приветствия соперников и зрителей должна вся команда, вместе с запасными (на большом поле это 17 человек).

Вы вышли в составе команды на лед. У вас чистая, опрятная форма. Впереди интересный матч, где, конечно, хочется победить. Но, став игроком, помните, что вы обязаны вести себя дисциплинированно — это первейшая обязанность настоящего спортсмена. Необходимо строго выполнять все указания судьи, ни в коем случае не пререкаться с ним. Нельзя играть грубо или опасно. Если уж вы сыграли грубо, то немедленно извинитесь перед спортсменом, а в случае травмы окажите ему возможную помощь.

Замена игроков

На поле острый поединок. И вот приходит момент, когда тренер или капитан решает по заранее обдуманному плану заменить какого-либо хоккеиста, дать отдохнуть уставшему, ввести, как говорится, свежие си-

лы или по ходу игры скорректировать тактику. Тогда производится замена игрока. Каждая команда имеет право в течение игры производить неограниченное число замен из состава 17 человек. В неофициальных встречах по договоренности между обеими командами может быть разрешена замена игроков из большего состава, чем предусмотрено правилами. Об этом условии надо до начала встречи предупредить арбитра. Замена должна производиться со своей половины поля или от флага средней линии, только когда уходящий игрок покинул лед.

Вратари могут меняться неограниченное количество раз. Они выходят на поле через линию своих ворот и обязательно с разрешения судьи. Любой игрок команды может во время матча заменить вратаря, известив об этом судью. Если вратарь удален с поля, то его можно заменить запасным вратарем, но в этом случае поле обязан покинуть один из полевых игроков. Заменявший вратаря хоккеист должен облачиться во вратарские доспехи.

Время игры

Игра между командами взрослых, юниоров и юношей 17—18 лет продолжается 90 мин. (два тайма по 45 мин. с перерывом на 10 мин.). Матч между командами юношей 15—16 лет длится 70 мин. (два тайма по 35 мин.) с 10-минутным перерывом. Игра подростков 13—14 лет и младше не должна превышать 60 мин. (два тайма по 30 мин., которые также разделяют 10 мин. отдыха).

Если вы проводите кубковые встречи или игры, где по условиям состязаний не может быть ничьих, может случиться, что основное время не выявит победителя. Во встречах мужских команд и у юношей 17—18 лет спустя 10 мин. после основной игры судья назначает добавочное время из двух таймов по 15 мин. каж-

дый, без перерыва, но со сменой ворот. У юношей 15—16 лет назначается два дополнительных тайма по 10 мин. Ну, а в играх тех, кто возрастом еще меньше, добавочного времени не дается, а победитель определяется при помощи серии 12-метровых ударов.

Если по истечении дополнительного времени матч снова оканчивается вничью, он переигрывается на следующий день. Редко, но бывает, что и другой день приносит ничью, тогда в силу вступает жребий.

Многое в игре зависит от погоды. То оттепель, превращающая лед в сплошную лужу, то злой мороз кусает нос. Правила предостерегают: вам, ребята, нельзя играть при температуре ниже 20—22 градусов. Взрослые спортсмены более подготовлены, и им разрешается играть, когда термометр показывает до 30 градусов ниже нуля, причем судья с согласия обеих команд проводит игру не в два, а в три равных тайма с перерывами по 10 мин.

Штрафные наказания

История хоккея с мячом знает немало игроков, которые на протяжении всей своей спортивной жизни всегда были образцом отличного поведения на поле, строгого соблюдения правил, постоянного уважения соперника, какой бы силы он ни был. Назовем хотя бы Николая Дуракова, Валентина Атаманчычева, Валерия Маслова, Валерия Бочкова и др. У таких и надо учиться вам, юные хоккеисты. Ведь грубая нетехническая игра, недисциплинированное поведение могут привести к серьезной травме соперника.

Обычно нарушение правил и последовавшее за ним наказание провинившегося заметно ослабляют его команду, зачастую сводят на нет все усилия товарищей, их стремление к победе.

За нарушение правил назначают такие штрафные наказания:

1. Свободный удар.
2. 12-метровый штрафной удар.
3. Удаление игроков.

Свободный удар. Это наиболее часто применяемое наказание. Оно назначается за грубую игру, технические нарушения правил и недисциплинированное поведение игроков. Игрок штрафуются свободным ударом, если он, например, ударил или остановил клюшкой мяч, летящий выше плеча, зацепил клюшкой соперника или его клюшку, толкнул или задержал его, бросил клюшку, пытаясь отбить мяч.

Вот одна из ситуаций. Игрок «чужой» команды устремился к мячу, а ваш партнер загораживает ему путь, катясь перед ним или пересекая путь к мячу. Что решит судья? Он, конечно, назначит свободный удар в пользу ваших соперников.

Другой пример. Кто-то из хоккеистов подыграл себе мяч на клюшку коньком, ногой или туловищем больше одного раза. Требуется наказание? Да, свободный удар. Он же назначается и в «адрес» вратаря, если тот задержал мяч в руках более 5 сек. или проехал по льду, не выпустив мяча, более 5 м.

Свободный удар должен производиться с места нарушения, а при нарушении обороняющейся командой в ее штрафной площади — с отметки для свободного удара. Ни один игрок команды, нарушившей правила, не имеет права находиться ближе чем в 5 м от мяча до момента удара.

Свободный — наказание весьма неприятное. Ведь мяч, попавший в ворота непосредственно после удара, засчитывается.

Еще один случай назначения свободного удара. Поскольку при игре по упрощенным правилам не назначается угловой удар, то мяч вводится в игру именно свободным ударом с линии ворот, где он вышел за пределы поля.

Особо скажем о свободном ударе, который судья дает согласно правилу «вне игры». Хоккеист считается в положении «вне игры» на чужой

половине поля, если в момент удара по мячу другим игроком своей команды он находится ближе к линии ворот противника, чем мяч. Но если хотя бы 2 игрока другой команды находятся ближе к линии ворот, чем нападающий игрок, то положение «вне игры» не фиксируется. «Вне игры» не будет считаться, если последним ударил по мячу или коснулся его противник.

Принято, что правило «вне игры» действует только на больших полях стандартных размеров и при игре в «коробке» для хоккея с шайбой. На всех других площадках при упрощенных правилах положение «вне игры» не фиксируется и, значит, свободный удар не назначается.

12-метровый штрафной удар. Многие из вас, конечно, знают, что такое в футболе 11-метровый штрафной удар (пенальти). Хоккей с мячом тоже взял в свой арсенал это оружие борьбы с грубостью, с умышленными нарушениями правил на своей штрафной площади, но на льду пенальти пробивается без помех с 12-метровой отметки против ворот.

Вот один из вариантов игры. Близко к воротам прорвался нападающий одной из команд, он вот-вот пробьет по цели, но защитник зацепляет или подсекает своей клюшкой конек или ногу атакующего. Судья неумолим — 12-метровый. Через несколько минут новая атака, и вот уже другой обороняющийся, спасая положение, бросает клюшку или шлем в соперника. Стоп! Так нельзя! Снова 12-метровый!

Случается, что игрок обороняющейся стороны умышленно зацепляет клюшку или конек, руку противника, бросает клюшку в мяч или противника, ударяет и останавливает клюшкой мяч, летящий в ворота выше плеч, останавливает мяч ногой или коньком, оторвав его ото льда. За эти нарушения, помешавшие мячу попасть в ворота, последует наказание — 12-метровый.

До удара игроки обеих команд, кроме выполняющего 12-метровый и

вратаря (он до удара обязан быть на линии ворот между стойками), находятся за пределами штрафной. Тот, кому команда доверила бить пенальти, не может делать ложный замах и не имеет права коснуться мяча вторично, прежде чем его коснется другой игрок. Если назначен 12-метровый, а время половины игры или всего матча истекло, прибавляется время для выполнения 12-метровой.

Удаление игроков. «Извините, товарищ судья! Знаете, в глаза ребятам смотреть стыдно!» Эту фразу можно было услышать после игры от хоккеиста, который во время матча грубо нарушил правила и был удален на 10 мин. Соперники, воспользовавшись преимуществом, забили гол, который принес им победу. Подвел парень своей невыдержанностью всю команду. Конечно, после игры он чаще всего раскаивается, но поздно, правила строги. Да, за грубое нарушение правил игры арбитр имеет право удалить игрока на 5, 10 мин., а то и до конца матча.

Что же приводит к таким строгим мерам? Чего необходимо избегать каждому из вас на поле в любой, пусть даже самой рядовой, встрече на льду?

Пятиминутный штраф накладывается за преднамеренный удар по клюшке соперника, за умышленное (не грубое и не опасное) нападение на соперника. Так же наказывается повторная умышленная остановка мяча рукой и отказ от выполнения указания судьи (например, за отказ отойти от мяча на 5 м).

Грозит нарушителю и **10-минутный штраф**, если он грубо и опасно наехал на соперника, совершил подножку или подсечку, ударил его по рукам, не подчинился решению судьи или вступил с ним в пререкания. Умышленный бросок клюшки по мячу или в соперника также карается 10-минутным удалением.

Если в этом матче игрок уже был удален на 5 мин. и повторно нарушил правила, судья может удалить его на 10 мин.

И уже совсем не пристало вести себя на поле так, чтобы дать арбитру основание удалить вас до конца игры. Это суровое наказание выносится за опасное и преднамеренное нападение на соперника (например, открытый удар клюшкой, рукой или ногой). Не вздумайте оскорблять судью на поле и других членов судейской бригады, игроков, зрителей, тренеров — тут же последует удаление до конца встречи. Если в одной игре хоккеист уже был удален дважды и опять нарушил правила, следует удаление до конца матча.

В праве судьи делать и предупреждение игроку. Арбитр ограничивается на первый раз предупреждением, если игрок пытается вступить с ним в пререкания, вышел на поле или ушел с него без разрешения арбитра, симулировал повреждение или затягивал время игры. Предупрежденный ранее игрок при повторном нарушении может быть удален с поля на время.

Как видно, свод наказаний очень строг. Помните: хоккей с мячом — игра смелых, мужественных, честных — не терпит никаких отклонений от правил.

Жесты и сигналы

А теперь познакомим вас с основными жестами и сигналами, с помощью которых арбитр в поле руководит игрой, сообщает игрокам и зрителям о важнейших моментах матча. Напомним при этом, что игры мальчишек может проводить один (главный) судья на поле с двумя судьями на линии ворот.

1. Начало игры и начало второй половины игры. Судья поднимает руку вверх и в момент подачи протяжного сигнала свистком резко ее опускает (рис. 72).

2. Конец игры и конец первой половины игры. Судья поднимает обе руки вверх, а затем после протяж-



Рис. 72

ного свистка скрещивает руки вверх (рис. 73).

3. Взятие ворот. Арбитр поднимает руку и указывает на центр, подавая свистком двукратный сигнал: короткий, а потом длинный. Одновременно он направляется к центру поля (рис. 74).

4. Угловой удар. Судья указывает на ближайший угловой сектор, откуда и производится удар. Игроки защищающейся команды до выполнения углового должны располагаться



Рис. 73



Рис. 74



Рис. 75

за линией ворот в любом месте (но не ближе 5 м от углового сектора) и выходить на поле только после выполнения углового удара. До углового игроки нападающей команды не должны входить в штрафную площадь.

5. Свободный удар. Остановка игры по сигналу свистка — протяжного и короткого. Арбитр подъезжает к месту нарушения и, встав лицом в направлении провинившейся команды, поднимает руку в направлении

ворот и после установки мяча быстро отходит в сторону (рис. 75).

6. 12-метровый штрафной удар. После свистка арбитр быстро подъезжает и показывает рукой на точку, откуда будет пробит 12-метровый (рис. 76).

На полях малых размеров при игре по упрощенным правилам судья не обязательно должен быть на коньках. Он может находиться за пределами поля в удобном для него месте.

Запомните, что судья (его форма должна отличаться от формы хоккеистов) следит за точным выполнением правил игры и принимает окончательное решение по всем вопросам, возникающим в ходе матча. Решения судьи обязательны для всех игроков.



Рис. 76

«Ринк-бенди»

И за рубежом, и все чаще у нас в стране хоккей с мячом перемещается в «коробки» для хоккея с шайбой. Такой хоккей называют «ринк-бенди».

Правила этой игры несколько другие. Во-первых, само поле имеет длину 51—61 м, а ширину — 24—30 м, разметка льда та же, что для хоккея с шайбой, но дополнительно

против середины ворот наносится синяя точка 9-метрового штрафного удара. Сами ворота по стандартам канадского хоккея (высота 122, ширина 183 см). Инвентарь, костюмы и коньки игроков соответствуют требованиям правила игры с мячом на большом поле. У команд на поле по 6 игроков, в том числе один вратарь, и в ходе игры каждая дружина может в любое время произвести неограниченное количество замен из состава не более 17 человек. Игра хоккеистов 11—14 лет длится 50—60 мин. (два периода по 25—30 мин.) с перерывом 10 мин. Юноши 15—16 лет проводят на льду два тайма по 35 мин. с таким же перерывом.

Почти все правила игры с мячом на этом поле с бортами соответствуют правилам игры в хоккей с мячом на большом поле. Но есть и большие различия. К примеру, разрешается играть за воротами. Нарушения правил хотя и караются в соответствии с законами хоккея с мячом, но удаления игроков производятся на 2 (как пример — за умышленное прижатие мяча у борта) или 5 мин. В случае повторного удаления на время на хоккеиста накладывается штраф 5 мин. Если кто-то удаляется в третий раз, то он автоматически покидает лед до конца матча. Игрок, удаленный на все время, может быть заменен через 5 мин. Но вот создалась ситуация, когда удаляется на время третий игрок из команды, у которой уже два хоккеиста несут наказание. Что тогда? Оставаться втроем? Нет! Провинившийся отправляется на место для оштрафованных и временно заменяется другим игроком до окончания штрафа одного из двух удаленных прежде. Время штрафа третьего нарушителя правил отсчитывается с того момента, как истекло время наказания одного из двух удаленных до него игроков.

Удаленный может и досрочно вернуться на лед, если он был оштрафован на 2 мин. и в это время его команда пропустила гол, а также если он был удален на 5 мин. и после ис-

течения 2 мин. его команда пропустила гол. Игрок, заменяющий по истечении 5 мин. удаленного на всю игру, не может досрочно выйти на поле.

Любопытны в таком хоккее правила для вратаря. Он может в площадке, заключенной между синей линией и лицевым бортом, играть руками, коньками, а также любой частью тела, чтобы отбить или бросить мяч. Но бросить так, чтобы он коснулся льда, борта или игрока в пределах своей половины поля. Если вратарь бросил мяч по воздуху через среднюю половину площадки, то назначается штрафной удар с места пересечения мяча средней линии. За нарушения правил, в частности если он умышленно сдвинет ворота, чтобы спастись от гола, вратарь наказывается 2-минутным штрафом и 9-метровым штрафным ударом.

А как быть со свободным ударом? При его выполнении до удара никому из соперников нельзя быть ближе 5 м к мячу. Свободный пробивается с места нарушения, за исключением трех случаев:

1. Свободный был назначен в пользу атакующей команды внутри площадки от синей линии до лицевого борта. Тогда свободный производится с синей линии на расстоянии 5 м от бокового борта.

2. Свободный был назначен за линией ворот в пользу обороняющейся команды. В этом случае его надо бить с линии ворот.

3. Мяч ушел за лицевой борт от игрока защищающейся команды. Свободный пробивается с синей линии.

9-метровый штрафной удар выполняется по правилам «большого хоккея», но в момент удара все игроки должны быть за синей линией.

А как вводится мяч в игру от ворот? Это делается, когда мяч вышел за лицевой борт от игрока нападающей команды или когда он попал на сетку ворот. При этом вратарь удерживает мяч на лед не далее 5 м от ближней стенки ворот и выбрасывает его в поле.



На лед зовет «Плетеный мяч»

Если подойти к большой карте нашей страны и взглянуть в ту ее часть, что примыкает неподалеку от озера Байкал к границе с Монгольской Народной Республикой, можно увидеть тянущуюся на северо-восток ниточку реки с красивым названием Ингода. Даже на карте видно, как неширокая речка вырастает постепен-

но в представительную водную дорогу. Вот Ингода домчалась до столицы области — Читы, повернула на восток и, одолев сотни километров, отдала свои воды реке Шилке, которая вливается в Амур. Что и говорить, далеко бегут волны Ингоды. Но вот в первые дни 1978 года забайкальская Ингода словно перенеслась за тысячи

километров в гости к своей архангельской сестре — Северной Двине. Звучное слово «Ингода» можно было услышать на улицах древнего Архангельска и его соседа — Северодвинска, на стадионах двух городов и в школах, в музеях. А объяснялась эта загадка довольно просто. В зимние каникулы на беломорскую землю съезжались 16 лучших детских команд страны, чтобы на здешнем льду поспорить за награды IX Всесоюзных игр на приз клуба «Плетеный мяч». Были среди этих мальчишеских дружин и ребята из далекого забайкальского поселка Первомайский, что стоит на таежной Ингоде. Она-то и дала название дружной команде из школы № 5.

Кроме «Ингоды», в гости к северянам приехали юные хоккеисты куйбышевской «Волги», подмосковных «Алых парусов» и «Обуховца», ленинградского «Гайдаровца» и курского «Космоса», красноярского «Алмаза» и кировского «Вымпела», московского «Текстильщика» и сыктывкарского «Строителя». А радушными хозяевами соревнований стали архангельская «Моряна» и северодвинский «Огонек». Огромная территория нашей страны была представлена в Архангельске и Северодвинске. Так что ребятам с Северной Двины и их гостям можно было провести занимательнейший урок географии.

...Ребята не только тренировались и играли. Их веселые каникулы были заполнены встречами с друзьями со всех концов СССР в школах, музеях, домах пионеров, на предприятиях. Заботливые шефы — комсомольцы с выдумкой организовали каждый день каникул, не забыли ни одного гостя.

Так что же это за интереснейший турнир, который собрал столько будущих мастеров? Стар он или молод? Кто сделал его таким привлекательным? Почему память о неделе на берегах Северной Двины остается на долгие годы?

В 1968 г. по предложению Московского комитета комсомола впер-

вые в стране был организован клуб юных игроков в хоккей с мячом. Ему дали имя «Плетеный мяч». Самое активное участие в создании клуба принял пятикратный чемпион мира, прославленный наш вратарь Анатолий Мельников, ставший первым президентом столичного клуба «Плетеный мяч». В том же году московские школьники провели первые соревнования на приз нового клуба. Об интересной новинке москвичей быстро узнали и в других городах и районах страны. Детские хоккейные клубы появились на Урале, в Сибири, на Дальнем Востоке.

Уже на следующий год «Плетеный мяч» вышел на всесоюзную орбиту. Федерация хоккея с мячом и на траве совместно с ЦК ВЛКСМ организовали Всесоюзные соревнования на приз клуба «Плетеный мяч». В финале первых состязаний выступали 12 команд школьников 13—14 лет. Прошло еще три года. Был организован Центральный штаб клуба «Плетеный мяч». В его состав вошли заслуженные мастера спорта, работники ЦК ВЛКСМ, Всесоюзного спортивного комитета, Министерства просвещения СССР, журналисты «Комсомольской правды», «Советского спорта», «Пионерской правды», представители спортивных обществ, нынешний почетный президент Международной федерации хоккея с мячом Г. П. Гранатуров. Какие задачи ставит штаб, организуя Всесоюзные соревнования на приз клуба «Плетеный мяч»? Задач несколько: укреплять здоровье пионеров и школьников, вовлекать их в регулярные занятия спортом, подготавливать ребят к сдаче норм ГТО, улучшать спортивно-массовую работу по месту жительства, популяризировать хоккей с мячом и готовить резервы для юношеских команд.

Стало традицией, что каждый год соревнования ребят проходят в три этапа.

На I этапе, еще до наступления зимы, а затем и в первые морозные дни создаются команды дворов,

улиц, домоуправлений, классов и школ. Их тренерами могут быть хоккеисты производственных коллективов, спортсмены-разрядники, обучавшиеся на специальных семинарах.

Важный момент — выборы капитанов команд и комсоргов (среди старших ребят). Это должны быть самые авторитетные ребята, подающие пример и в учебе и в спорте.

В тот же период с помощью городских и областных штабов клуба «Плетеный мяч» идет подготовка спортивных площадок и инвентаря. Эти же штабы и местные федерации хоккея с мячом должны провести семинары для юных судей и тренеров-общественников.

Ребята организуют команды, заботятся о форме, оборудуют ледяные площадки. Начинаются тренировочные занятия, массовые турниры в домоуправлениях, ЖЭКах, школах, детских домах.

II этап состязаний клуба «Плетеный мяч» начинается в январе-феврале и проходит всю зиму. Тренировки на льду продолжают, ребята учатся хорошо бегать на коньках, владеть клюшкой, внимательно изучают правила игры. Местные штабы клуба, федерации хоккея с мячом вместе с комитетами комсомола организуют соревнования на первенство школ, поселков, районов, городов.

III этап, март. Это областные, краевые и республиканские финальные соревнования.

На всех этапах состязания могут проводиться по упрощенным правилам, на полях не стандартных размеров.

А Всесоюзные финальные соревнования в последние годы проходят в дни зимних каникул — с 3 по 10 января. В соревнованиях участвуют команды, сформированные в классах, школах, детских домах, по месту жительства (на территории одного ЖЭКа или одного домоуправления). В финале играют победители областных, краевых и республиканских первенств предыдущего зимнего се-

зона. Сборные команды к состязаниям не допускаются. Начиная с 1973 г. финальные турниры «Плетеного мяча» проводятся по двум возрастным группам: младшая — 11—12 и старшая — 13—14 лет.

Продолжительность игры в младшей группе — два тайма по 25 мин., в старшей — два тайма по 30 мин., в обоих случаях перерыв 10 мин.

У решающего этапа турнира хорошее правило: при определении финалистов обязательно учитывается, как широко развит хоккей с мячом, массовость соревнований в области или крае, четкость их организации, успеваемость и дисциплина, общественно полезная работа юных хоккеистов, периодичность участия во Всесоюзных соревнованиях. Как видите, требования у «Плетеного мяча» высокие. Какие же призы ожидают финалистов Всесоюзных соревнований?

1-е место — памятный приз ЦК ВЛКСМ, золотые медали и дипломы Центрального штаба клуба «Плетеный мяч».

2-е место — памятный приз Спорткомитета СССР, серебряные медали и дипломы «Плетеного мяча».

3-е место — памятный приз, диплом редакции газеты «Пионерская правда», бронзовые медали и дипломы «Плетеного мяча».

Призов в каждой группе лишь три, но без награды не остается никто. Все участники финала получают памятные значки и вымпелы Центрального штаба клуба «Плетеный мяч».

Больше 10 лет — таков возраст ребячьего хоккейного клуба. Но имя первого победителя помнят все школьники, которые в марте 1969 года съехались в Архангельск (тогда финал проводился в весенние каникулы в одной возрастной группе). Это был местный «Соломбалец». Через год первый приз отправился из Архангельска в Первоуральск вместе со школьниками «Огонька». 1971 год: Гости принимает Северодвинск, и здешние хоккеисты из «Алых пару-

сов» оказываются вне конкуренции. На следующий год снова сильнее всех первоуральский «Огонек».

1973 год можно по праву выделить в истории «Плетеного мяча». С этого времени финальные игры стали проводиться по двум возрастным группам. Интерес к состязаниям стал настолько велик, что прежние возрастные границы стали тесны. Так семья финалистов увеличилась вдвое — до 16 команд. Среди младших ребят в Северодвинске победила команда «Алые паруса» (Первоуральск), а в группе старших в Архангельске первое место было также за «Алыми парусами», но из города Калининград Московской области.

Неукротимая воля к победе, смелость, коллективизм — все это увидели зрители решающего турнира юных хоккеистов в 1974 году. В морозной Инте, что в Коми АССР, отличились воспитанники ульяновской «Волги» (старшая группа), а у «малышей» в Печоре победил курский «Метеор».

Заполярные Инта и Печора еще раз радушно встретили юных гостей в 1975 году. Здесь в почетный список лауреатов были вписаны новые имена. У старших школьников первый приз достался иркутскому «Космосу», а у младших лучше всех сыграли хоккеисты «Нейтрона» из Димитровграда Ульяновской области.

Еще год — и снова расширилась география «Плетеного мяча». Своих посланцев впервые направили в финал школьники далекого Сахалина и Башкирии. Они без страха боролись с другими командами, уже имевшими опыт таких соревнований. Но лучше всех дворовых и школьных дружин была на этот раз в Архангельске команда «Текстильщик» из Москвы (старшая группа), а в Северодвинске — сыктывкарский «Строитель» (младшая группа).

Зима 1976—1977 годов. Никогда еще всесоюзный турнир не имел такого размаха, никогда еще не выходила на лед столь многочисленная армия юных спортсменов. К сожалению, из-

за внезапной оттепели финалы провести не удалось.

1978 год. IX финал опять пригласил к себе Архангельск и Северодвинск. Уже знакомая вам «Ингода» из поселка Первомайский в Читинской области неудержимо рвалась к победе. За пять лет до этого приехал в Первомайский выпускник Омского института физкультуры Юрий Симонов и стал тренировать местных мальчишек. Годы не прошли даром. Завидная скорость, умение не отступать даже в мороз, метель, хорошая техника, помогали забайкальцам в каждом матче. И вот они — чемпионы в старшей группе. Капитан «Ингоды» Юра Самойлов назван лучшим бомбардиром турнира, а Саша Недозеров стал лучшим нападающим.

В группе младших хоккеистов впервые победителями оказались игроки кировского «Вымпела».

На следующий год «столицами» турнира были Ульяновск и соседний Димитровград. В финале младшей группы первыми были ребята из красноярского «Искателя», а в старшей победил «Нейтрон» из Димитровграда.

...Совсем недавно в январе 1980 года победителями очередных соревнований стали на льду Омска ребята из команды «Голубь мира», организованной ЖЭКом Первоуральского водотрубного завода. Тренировал чемпионов в младшей группе инструктор заводского комитета ВЛКСМ С. Плешков. У хоккеистов старшего возраста первыми в Кирове были юные спортсмены из жилого микрорайона Кировского машиностроительного завода им. Лепсе. Эту команду готовил к соревнованиям Н. Городченков.

Вот все эти дружные коллективы становились с 1969 по 1980 год лауреатами «Плетеного мяча».

Дадим слово Сергею Ломанову:

— Мне было 12 лет, когда вместе с друзьями отправился я в Архангельск на Всесоюзный турнир дворовых и школьных команд «Плетеный мяч». Там мне удалось стать лучшим нападающим. После этого успеха я

был принят в юношескую команду «Енисей», стал чемпионом страны среди сверстников. Потом пришла победа на первенстве мира, где не было равных юношеской сборной СССР, за которую я играл. Вот какие ступени пришлось одолеть, прежде чем я оказался в главной команде страны — первой сборной. Ну, а уроки, полученные в детском хоккее, научили меня не бояться трудностей на тренировках, не страшиться возможных ошибок.

От дворовой команды «Бригантина» до сборной СССР



В добрый путь!

Юных спортсменов напутствует старший тренер сборной СССР, заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер СССР Василий Дмитриевич Трофимов:

— Каждый год в моей жизни есть день, которого я жду с нетерпением и радостным чувством, жду как праздник. Это — день открытия первенства страны по хоккею с мячом. Где бы я ни был — в Москве или Свердловске, Алма-Ате или Кемерово, Хабаровске или Красноярске, — наблюдая красочную церемонию подъема флага чемпионата, снова увидев мощные атаки заслуженных мастеров, я невольно вспоминаю славную историю этой игры и ищу новые приметные фигуры.

Что там за паренек лихо объехал всю зациту соперников? Или вот тот совсем молодой вратарь, смело и точно бросившийся в ноги нападающему? И узнаю, что лишь недавно и тот, и другой пришли в команду масте-

ров, а до этого гоняли мяч на площадке возле дома, играли в школьной команде, потом в юношеской, клубной и вот — они на поле первенства страны.

— У каждого советского школьника есть прекрасные возможности для занятий спортом, и, конечно, хоккеем с мячом. Появляются новые стадионы и площадки, больше производится инвентаря, чаще стали устраивать интереснейшие турниры для ребят, и прежде всего на приз клуба «Плетеный мяч». И, право, нельзя не ответить на эту заботу.

Шагайте в спорт уверенно, не боясь и не стесняясь первых ошибок! «Добрый молодец», русский хоккей, поможет вам обрести мужество, смелость, честность. И, конечно же, он на долгие годы даст вам здоровье, силу, выносливость, готовность к труду и защите Родины.

Всегда дружите со спортом!
Играйте на здоровье!

Содержание

Вступление	5
Немного истории	7
Вот что такое хоккей с мячом	10
Ты и команда	15
Слабых на льду нет	18
С чего же ты начнешь?	24
Техническая подготовка	33
Кем ты будешь на поле?	48
Сборная, которая не знает поражений	58
Тактика игры	68
Сильнейшие клубы	86
Стреляющие клюшки	89
Как организовать тренировочные занятия	90
Чудо-приз — награда сильнейшим	96
Правила игры	99
На лед зовет «Плетеный мяч»	106
В добрый путь!	110

Серия «Азбука спорта»

*Вячеслав Евгеньевич Соловьев
Владимир Алексеевич Вагутин*

ХОККЕЙ С МЯЧОМ

Заведующий редакцией *А. Ю. Гринштейн*
Редактор *Н. С. Новожилова*
Художник *О. К. Вуколов*
Художественный редактор *В. А. Галкин*
Технический редактор *С. С. Васипова*
Корректор *З. Г. Самылкина*

ИБ № 229. Сдано в набор 07.08.79. Подписано к печати 31.08.80. Формат 70×100/16. Бумага офс. № 1. Гарнитура «Школьная». Офсетная печать. Усл. печ. л. 9,1. Уч.-изд. л. 8,89. Тираж 50 000 экз. Издат. № 5769, Зак. 9-809. Цена 76 коп.

Ордена «Знак Почета» издательство «Физкультура и спорт» Государственного комитета СССР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли. 101421. Москва, К-6, Калаяевская ул., 27.

Харьковская книжная фабрика «Коммунист» республиканского производственного объединения «Полиграфкнига» Госкомиздата УССР. 810012, Харьков-12, Энгельса, 11.

Как освоить первые шаги в спорте — вначале, это первые шаги, когда бывает и самым трудным, — с чего начать первую тренировку, как складывать простыми элементами технику — об этом рассказывает серия книг под общим названием «Азбука спорта».

Авторы — известные спортсмены, опытные тренеры, видные спортивные журналисты в своем деле, известные по форме

Т. В. Душительных по-прежнему, помогут детям приобщиться к большому, увлекательному миру спорта.

Журнал «Тренировочные задания для детей» и самостоятельным систематическим занятиям обретенным видом спорта, научит их основным навыкам, помогут им совершенствовать свои знания и навыки.

Книгу «Хоккей с мячом» написала заслуженный мастер спорта СССР, многократный чемпион мира Валентина Соколова и журналист Владимир Валуцкий. Она предназначена прежде всего для ребят, которые желают самостоятельно постигнуть основы популярной спортивной игры.

