УДК 796.966

Особенности технической подготовки хоккеистов на начальном этапе

Семенов Б.С.[1]*, Юламанова Г.М.[2], Макина Л.Р.[1], Казарьян Ю.Б.[1].*

[1]Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного университета физической культуры
г. Уфа, Россия
*ORCID 0009-0000-9528-2319, alienzzsemenov@gmail.com**
ORCID 0009-0001-1404-5504, mlr70@mail.ru
ORCID 0009-0006-2574-5027, kazaryan_yul@mail.ru
[2] Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы
г. Уфа, Россия
ORCID 0000-0003-4255-0644, gulamanmin@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются особенности технической подготовки хоккеистов на этапе начальной подготовки. Сравнительная характеристика имеющихся программ спортивной подготовки хоккеистов и анализ исследований, проведенных отечественными специалистами в данной области, выявил, что ведущим компонентом их содержательной составляющей является техническая подготовка. Также определено, что соотношение временных параметров, отведенных на техническую подготовку в программах, различается. Если обратиться к процентному соотношению подразделов технических приемов для освоения хоккеистами до 8 лет, то выявляется увеличение объема на освоение техники владения клюшкой и шайбой на 53% по сравнению с подразделом техники катания – 47 %. У хоккеистов до 10 лет при общей тенденции к снижению объёма технической подготовки прослеживается увеличение объема времени на освоение техники владения клюшкой и шайбой – 58% и снижение объема времени на освоение техники катания – 42 %. Такая тенденция объясняется увеличением тренировочных и соревновательных игр, которое по данным исследований доходит до 30, что согласуется с рядом программных изданий и календарем соревнований для спортсменов младшего возраста и необходимостью увеличения времени на техническую подготовку хоккеистов до 10 лет. Возникает проблемная ситуация, которая выражается в том, что часто игроки не овладели в совершенстве техникой катания, что приводит к недостаточной стабильности и вариативности всех технических приемов, обеспечивающих эффективность нападения и защиты. В данном аспекте техника катания имеет важное значение для эффективной реализации игровых и тренировочных задач, что подчеркивает **новизну работы**. **Практической значимостью** работы является выявление наиболее значимых для освоения хоккеистами этапа начальной подготовки технических приемов для дальнейшей разработки методики технической подготовки хоккеистов этапа начальной подготовки. **Материал и методы исследования**. Для выявления наиболее значимых для освоения хоккеистами этапа начальной подготовки технических приемов проводилось анкетирование тренеров. Экспертами явились 13 тренеров первой и высшей квалификационной категории регионов Российской Федерации, работающих с хоккеистами на этапе начальной подготовки. **Результаты**. Проведено анкетирование, выявлены значимые для освоения хоккеистами этапа начальной подготовки технические приемы и группы технических приемов. Также определено рациональное соотношение технических приемов для их освоения на этапе начальной подготовки. **Заключение**. В учебно-тренировочном процессе хоккеистов 8-10 лет следует уделять больше времени для освоения техники передвижения на коньках, в частности, таких приемов, как торможения и остановки, повороты, бег, в технике владения клюшкой и шайбой – ведение, передача, остановка и прием.

Ключевые слова: хоккеисты, этап начальной подготовки, техническая подготовка, техника катания, техника владения клюшкой и шайбой.

Для цитирования: Семенов Б.С.*, Юламанова Г.М., Макина Л.Р., Казарьян Ю.Б. Особенности технической подготовки хоккеистов на этапе начальной подготовки. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 21(1): 150-155.

Features of hockey players' technical training at the initial stage

Bogdan S. Semenov[1] *, Gyuzel M. Yulamanova[2], Liliya R. Makina[1], Yuliya B. Kazarian[1]*
[1] Bashkir Institute of Physical Education (branch) of the Ural State University of Physical Education
Ufa, Russia
*ORCID 0009-0000-9528-2319, alienzzsemenov@gmail.com**
ORCID 0009-0001-1404-5504, mlr70@mail.ru
ORCID 0009-0006-2574-5027, kazaryan_yul@mail.ru
[2] M. Akmulla Bashkir State Pedagogical University
Ufa, Russia
ORCID 0000-0003-4255-0644, gulamanmin@mail.ru

Abstract. This article examines the specifics of hockey players' technical training at the initial stage. A comparative analysis of existing hockey training programs and research conducted by Russian experts in this field revealed that technical training is the leading component of their content. It was also determined that the ratio of time parameters allocated to technical training in the programs varies. A breakdown of the percentage of technical technique subsections mastered by hockey players under 8 years of age reveals 53% increase in the volume devoted to mastering stick and puck handling techniques compared to 47% for skating techniques. For hockey players under 10 years of age, despite a general trend toward a decrease in technical training, an increase in the amount of time devoted to mastering stick and puck handling techniques (58%) and a decrease in the amount of time devoted to mastering skating techniques (42%) are observed. This trend is explained by the increase in training and competitive games, which, according to research, reaches 30. This is consistent with a lot of program publications and the competition calendar for younger athletes, as well as the need to increase the time for technical training of hockey players under 10 years of age. A problematic situation arises, manifested in the fact that players often have not mastered skating technique perfectly, resulting in insufficient consistency and variability of all technical moves that ensure effective offense and defense. In this regard, skating technique is essential for the effective implementation of game and training tasks, which emphasizes **the novelty of this work**. **The practical significance** of this study lies in identifying the most important technical moves for hockey players to master during the initial training stage, which can be used for the further development of technical training methods for hockey players during the initial training stage. **Material and methods** of the study. To identify the most important technical moves for hockey players to master during the initial training stage, a survey of coaches was conducted. The experts were 13 coaches of the first and highest qualification categories from regions of the Russian Federation working with hockey players during the initial training stage. **Results**. A survey was conducted to identify techniques and groups of techniques essential for hockey players to master during the initial training stage. A rational ratio of techniques for mastering during the initial training stage was also determined. **Conclusion**. During the training process for 8- to 10-year-old hockey players significant time should be devoted to mastering skating techniques, particularly braking and stopping, turning, running, and stick and puck handling techniques such as dribbling, passing, stopping, and receiving.

Key words: hockey players, initial training stage, technical training, skating technique, stick and puck handling technique.

For citation: Bogdan S. Semenov*, Gyuzel M. Yulamanova, Liliya R. Makina, Yuliya B. Kazarian. Features of technical training of hockey players at the initial stage. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2026; 21(1): 150-155.

Введение

Хоккей с шайбой является одним из самых популярных видов спорта в нашей стране и количество детей, постоянно занимающихся этим видом спорта, непрерывно растет [3], данное обстоятельство детерминирует постоянную модернизацию методик, технологий совершенствования учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов.

Известно, что эффективность соревновательной деятельности в хоккее, во многом, определяется сформированностью, надежностью и вариативностью использования технических приемов и действий в нападении и защите, фундамент которых закладывается на этапе начальной подготовки [4, 5]. Эффективность обучения и совершенствования технических приемов именно в раннем возрасте отмечают специалисты, занимающиеся данной проблемой [1, 2]. Ученые выяснили, что одним из факторов будущей успешности спортсмена является степень владения техническими навыками в раннем возрасте [1, 2,

8].

Однако, на современном этапе развития хоккея научных исследований, определяющих направления технической подготовки юных хоккеистов крайне мало [1, 7]. Поэтому требует внимания совершенствование структуры и содержания данного вида подготовки, значимой причиной для этого является то, что в юном возрасте обеспечивается эффективное формирование ведущих составляющих двигательной деятельности, определяющих в дальнейшем результативность игры.

Рациональная организация технической подготовки обеспечивается оптимальным распределением тренировочного времени на освоение ведущих технических приемов и их разновидностей, необходимых для данного возраста занимающихся, что позволит повысить эффективность при выборе средств и методов тренировки [6]. Поэтому выявление наиболее значимых для освоения хоккеистами 8-9 лет технических приемов и их разновидностей является актуальным.

Целью данной работы явилось выявление наиболее значимых для освоения технических приемов хоккеистами этапа начальной подготовки.

Материалы и методы

Для выявления наиболее значимых для освоения хоккеистами 9-10 лет технических приемов и определения особенностей построения учебно-тренировочного процесса на этапе начальной подготовки проводилось анкетирование тренеров. Экспертами явились 13 тренеров первой и высшей квалификационной категории регионов Российской Федерации, работающие с хоккеистами на этапе начальной подготовки. Эксперты ранжировали по значимости для освоения подразделы технических приемов и ранжировали технические приемы, входящие в каждый подраздел. Математическая обработка полученных данных осуществляли путем вычисления суммарного балла и дальнейшего определения рангового места каждому техническому приему.

Результаты и обсуждение

Определение наиболее важных подразделов технических приемов и группы технических приемов, входящих в подразделы для хоккеистов на этапе начальной подготовки проводилось путем анкетирования 13 тренеров первой и высшей квалификационной категории, работающих с данным контингентом спортсменов более пяти лет. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Наиболее значимые для освоения хоккеистами 9-10 лет технические приемы и их разновидности по результатам экспертной оценки (n = 13)/

№	Подразделы технических приемов и группы технических приемов входящих в подразделы	Ранговое место	Результат, %
1.	**Техника передвижения на коньках**	**1**	**81,8**
а)	бег	1	30,7
б)	старты	4,5,6	7,7
в)	повороты	2,3	23,1
г)	торможения и остановки	2,3	23,1
д)	прыжки	4,5,6	7,7
е)	финты	4,5,6	7,7
2.	**Техника владения клюшкой и шайбой**	**2**	**18,2**
а)	броски, удары	5	7,7
б)	ведение	1	30,7
в)	обводка	4	15,4
г)	передача	2,3	23,1
д)	остановка, прием	2,3	23,1

Анализ результатов ранжирования выявил, что специалисты, работающие с хоккеистами 9-10 лет, считают наиболее важным компонентом технической подготовки в группах начальной подготовки второго года обучения технику передвижения на коньках (81,8 %).

В результате ранжирования технических приемов, входящих в данный подраздел тренерами определено, что наиболее значимыми техническим приемом является бег (30,7 %). По-видимому, это связано с тем что, бег – это умение отталкиваться коньками от льда и скользить на высокой скорости и является основным техническим приемом, обеспечивающим эффективное выполнение всех атакующих и защитных технико-тактических действий.

На второе и третье ранговое место тренеры определили торможения и остановки (23,1 %), повороты (23,1%). По мнению специалистов в области хоккея торможение также является основой техники катания, так как после набранной скорости необходимо уметь останавливаться в определенном месте для выполнения технико-тактических действий в игровой ситуации и сохранять равновесие во избежание травм. А при помощи поворотов и виражей хоккеист своевременно меняет направление движения для решения создавшейся тактической задачи в игре.

Старты, прыжки, финты, по мнению тренеров, необходимо формировать на более поздних этапах подготовки, поэтому данные качества были определены ими как второстепенные (4-6 ранговые места) на этапе начальной подготовки.

Вторым по значимости (18,2%) подразделом технической подготовки юных хоккеистов экспертами определена техника владения клюшкой и шайбой. Среди групп технических приемов данного подраздела были выделены ведение (30,7%), передача, остановка и прием (по 23,1 %). Обводке, броскам, ударам специалисты отводят четвертое и пятое место (15,4% и 7,7% соответственно), а подправление и вбрасывание все специалисты считают не обязательным к освоению на этапе начальной подготовки первого и второго годов обучения. Опрошенные тренеры объясняют такое распределение тем, что на начальном этапе первого и второго года подготовки в хоккейных игровых ситуациях в приоритете качество и автоматизм выполнения базовых технических приемов, таких как ведение, передачи, остановка и прием, которые обеспечивают организацию атакующих действий. Поэтому на начальном этапе подготовки тренеры предпочитают формировать двигательный навык указанных технических приемов, так как, по их мнению, дальнейшее эффективное освоение всего арсенала технических приемов невозможно. Выявлено, что хоккеисты за счёт крайне быстрого темпа игры, прежде-всего, больше и эффективно используют простые и базовые технические приемы, но это происходит очень быстро, в идеальном техническом исполнении.

Технические приемы подраздела техники силовых единоборств, специалисты в области хоккея предпочитают к освоению на более поздних этапах многолетней подготовки. Это согласуется с мнением ученых, поскольку технические приемы этого подраздела, в большей степени, связаны с проявлением различных компонентов силовых способностей, а возраст хоккеистов этапа начальной подготовки второго года обучения составляет 9-10 лет, то есть не соответствует сенситивному периоду развития силы. Однако, из всех технических приемов, входящих в этот подраздел, приемлемым для освоения на данном этапе подготовки тренеры считают отбор клюшкой. Такая позиция тренеров объясняется тем, что силовая борьба в полном контакте в хоккее по официальным правилам соревнований допускается только с 12 лет. До этого возраста отбор шайбы происходит исключительно при помощи клюшки. Еще допускается прижимание соперника к борту для остановки нападающего игрока, и оттеснение его плечом в плечо. Более жёсткие силовые приёмы наказываются малым скамеечным штрафом.

Результаты исследования свидетельствуют о важности технической подготовки на этапе начальной подготовки для создания фундамента спортивной подготовленности хоккеистов и последующим обеспечении эффективности соревновательной деятельности.

На основе вышеизложенных результатов исследования было разработано соотношение средств технической подготовки хоккеистов этапа начальной подготовки второго года обучения в годичном макроцикле (таблица 2).

Таблица 2

Примерное соотношение средств технической подготовки хоккеистов этапа начальной подготовки второго года обучения в годичном макроцикле

№	Подразделы технических приемов и группы технических приемов входящих в подразделы	%
1.	**Техника передвижения на коньках, их них:**	**60**
	бег	30
	старты	10
	повороты	20
	торможения и остановки	20
	прыжки	10
	финты	10

2.	**Техника владения клюшкой и шайбой, их них:**	**30**
	броски, удары	5
	ведение	30
	обводка	15
	передача	25
	остановка, прием	25
3.	**Техника силовых единоборств**	**10**
	отбор клюшкой	80
	отбор плечом	10
	отбор грудью	5
	отбор бедром	5

Заключение

Таким образом, наиболее значимыми для освоения техническими приемами хоккеистами этапа начальной подготовки первого и второго года обучения являются: техника передвижения на коньках (торможения и остановки, повороты, бег), техника владения клюшкой и шайбой (ведение, передача, остановка и прием). Также, по мнению тренеров, можно включать в тренировочный процесс задания для освоения техники отбора клюшкой. При распределении средств технической подготовки в годичном макроцикле наиболее рациональным определено следующее соотношение: техника передвижения на коньках 60%, техника владения клюшкой и шайбой 30%, техника силовых единоборств 10%.

Список литературы

1. Абрамов А.А., Померанцев А.А. Структурирование подготовки юных хоккеистов на спортивно-оздоровительном этапе. *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт*. 2022; 3: 59-65. DOI 10.24412/2305-8404-2022-3-59-65. EDN XOJRWY.

2. Дегтярев А.В., Миргалимов Ф.Ф. Методика отбора юных хоккеистов на начальном этапе подготовки. *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2022; 5(207): 122-125. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p122-125. EDN KEEJVP.

3. Истомин С.О., Полозов А.А., Мурза А.С., Альмомани Б.Б.А. Дифференциация критериев выявления способностей детей 8 лет к виду спорта «хоккей». *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2025; 20(3): 42-47. EDN TEHWMA.

4. Кохно В.О., Черенков Д.Р. Методика комплексного совершенствования тактических оборонительных навыков юных хоккеистов *Спортивно-педагогическое образование*. 2025; 1: 41-49. EDN GNOZOP.

5. Кузнецова З.М., Косов В.В. Методика технико-тактической подготовки хоккеистов на учебно-тренировочном этапе. *Теоретические и практические проблемы физической культуры и спорта: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Ижевск, 22–24 ноября 2024 года. Ижевск: УИР ИжГТУ имени М. Т. Калашникова*. 2024: 311-315. EDN UWQVDD.

6. Левкин А. В., Коновалов В. Н. Планирование тренировочного процесса в малых циклах подготовки у хоккеистов 8-9 лет. *Теория и практика физической культуры*. 2022; 9: 93-95. EDN RIPWCB.

7. Полозов А.А., Лыжин М.А., Гофман А.А., Кудрявцев И.С., Альмомани Б.Б.А. Связь темпов роста игрока со сменой доминирующей мотивации. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2024; 19(3): 71-80.

8. Романенко Н.В. Нечаев. А.И., Зюкин А.А. Технология синхронизации освоения рациональной техникой катания и владения клюшкой юными хоккеистами. *Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур*. 2022; 1: 138-142. EDN KWIGVR.

References

1. Abramov A.A., Pomerantsev A.A. Structuring the Training of Young Hockey Players at the Sports and Health Stage. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura. Sport*. 2022; 3: 59-65. DOI 10.24412/2305-8404-2022-3-59-65. EDN XOJRWY [In Russ.].

2. Degtyarev A.V., Mirgalimov F.F. Methodology for Selecting Young Hockey Players at the Initial Stage of Training. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*. 2022; 5(207): 122-125. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p 122-125. EDN KEEJVP [In Russ.].

3. Sergey O. Istomin, Andrey A. Polozov, Aleksandr S. Murza, B.B.A. Almomani. Differentiation of Criteria for Identifying

8-Year-Old Children's Abilities in the Hockey Sport. *Pedagogiko- Psihologicheskie i Mediko-Biologiheskie Problemy fizicheskoy kul'tury I sporta = Russian Journal of Physical Education and Sport*. 2025; 20(3): 42-47. EDN TEHWMA [In Russ., In Engl.].

4. Kokhno V.O., Cherenkov D.R. Methodology for the Comprehensive Improvement of Tactical Defensive Skills of Young Hockey Players. *Sportivno-pedagogicheskoe obrazovanie*. 2025; 1: 41-49. EDN GNOZOP [In Russ.].

5. Kuznetsova Z.M., Kosov V.V. Methodology of Technical and Tactical Training of Hockey Players at the Educational and Training Stage. *Teoretichekie I prakticheskie problemy fizicheskoj kul'tury I sporta: Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, Izhevsk, 22-24 noyabrya 2024 goda* [Theoretical and Practical Problems of Physical Culture and Sports: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation, Izhevsk, November 22–24, 2024]. Izhevsk: UIR M.T. Kalashnikov State Technical University. 2024: 311-315. EDN UWQVDD [In Russ.].

6. Levkin A.V., Konovalov V.N. Planning the Training Process in Small Cycles of Training for 8–9-Year-Old Hockey Players. *Teoriya I praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and Practice of Physical Culture*. 2022; 9: 93–95. EDN RIPWCB [In Russ., In Engl.].

7. Andrey A. Polozov, Mikhail A. Lyzhin, Andrey A. Goffman, Igor S. Kudryavtsev, B.B.A. Almomani. Relationship between player growth rates and changes in dominant motivation. *Pedagogiko-Psihologicheskie i Mediko-Biologiheskie Problemy fizicheskoy kul'tury I sporta = Russian Journal of Physical Education and Sport*. 2024; 19(3): 71-80 [In Russ., In Engl.].

8. Romanenko N.V., Nechaev. A.I., Zyukin A.A. "Technology for Synchronizing the Mastery of Rational Skating Technique and Stick Handling by Young Hockey Players." *Aktual'nye problemy fizicheskoj I special'noj podgotovki silovyh struktur*. 2022; 1: 138-142. EDN KWIGVR [In Russ.].

Статья поступила в редакцию: 13.02.2026

Семенов Богдан Сергеевич *– аспирант, Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного университет физической культуры, 450008, Россия, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Ленина, дом 3, e-mail: alienzzsemenov@gmail.com*

Юламанова Гюзель Минниахметовна *– кандидат философских наук, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой теории и методики физической куль туры и спорта, Башкирский государственный педагогический университет имени М. Акмуллы, gulamanmin@mail.ru*

Макина Лилия Рафкатовна *– доктор педагогических наук, профессор, Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного университет физической культуры, 450008, Россия, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Ленина, дом 3, e-mail: mlr70@mail.ru*

Казарьян Юлия Борисовна *– кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики сложно-координационных и циклических видов спорта, Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного университет физической культуры, 450008, Россия, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Ленина, дом 3, e-mail: kazaryan_yu@mail.ru*