

**Зими́на Злата Рами́левна**

студентка

*Научный руководитель*

**Черны́шева Лариса Гео́ргиевна**

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

## **ИСТОРИЯ, ЭВОЛЮЦИЯ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ХОККЕЯ С ШАЙБОЙ**

***Аннотация:** в статье хоккей с шайбой рассматривается как сложное полифункциональное явление, сочетающее элементы спортивной игры, технического творчества и социального института. Анализируются этапы становления хоккея, эволюция экипировки и инвентаря, технико-тактические элементы, физиологические требования к спортсменам, а также социокультурное значение в современном мире. Особое внимание уделяется роли хоккея в системе национальных спортивных традиций России и Канады, а также современным тенденциям развития вида спорта. Статья может быть полезна тренерам, педагогам дополнительного образования и студентам физкультурных вузов.*

***Ключевые слова:** хоккей с шайбой, история спорта, технико-тактические действия, физическая подготовка, социология спорта, травматизм, национальная идентичность, эволюция экипировки, современные тенденции, национальные школы, КХЛ, НХЛ.*

Хоккей с шайбой – один из самых динамичных, технически оснащённых и командных видов спорта в мире. По скорости перемещения игроков, частоте смены тактических ситуаций и силовому воздействию он уступает лишь немногим дисциплинам [1, с. 14]. В отличие от футбола или баскетбола, хоккей требует не только выдающейся физической выносливости и координации, но и способности мгновенно принимать решения в условиях жёсткого ограничения времени и пространства [2, с. 47].

Хоккей с шайбой ведёт происхождение от европейских игр с мячом и клюшкой, однако в современном виде он сформировался в Канаде. Ещё в начале XIX века английские солдаты и переселенцы завозили в Новый Свет игру «банди» (разновидность хоккея с мячом). Суровый канадский климат и естественные ледовые покрытия способствовали рождению новой игры – с шайбой, а не с мячом [3, с. 22]. Ключевая дата – 3 марта 1875 года. В этот день в Монреале (на катке «Виктория») состоялся первый официально зафиксированный матч, правила которого задокументировал студент Макгиллского университета Джеймс Крейтон [4, с. 9]. Именно он предложил заменить мяч деревянным диском – шайбой, ограничить количество игроков на площадке и ввести судейство. В начале XX века хоккеем активно распространяется по Канаде и США. В 1908 году в Париже основана Международная федерация хоккея на льду (ИИХФ), что знаменует выход хоккея на мировую арену [5]. В России регулярные соревнования начали проводиться с 1946 года. Первый чемпионат СССР состоялся в декабре 1946 года – эта дата считается днём рождения отечественного хоккея [6, с. 45].

Значимым фактором развития стало совершенствование экипировки. В первых матчах конца XIX века игроки использовали полевую клюшку и не имели защитного снаряжения, что приводило к высокому травматизму. Постепенное внедрение шлема (в НХЛ обязательным с 1979 г. для новичков), щитков, нагрудников и вратарской маски (Жак Плант, 1959) изменило характер игры: она стала более силовой и скоростной [18, с. 34]. Технологическая эволюция клюшек – переход от дерева к алюминию, затем к композитным материалам (карбон, кевлар) – позволила увеличить точность и силу броска при снижении веса инвентаря [19, с. 56].

Хоккей – строго регламентированная командная игра. Матч проходит на ледовой площадке стандартного размера (60×30 м) с бортами и тремя разметочными зонами (защитная, нейтральная, атаки). В каждой команде на лёд выходят шесть полевых игроков и один вратарь [7, с. 108].

Технические элементы включают:

- катание на коньках (базовое и специфическое – спиной вперёд, повороты, торможения);
- ведение шайбы (контроль клюшкой на высокой скорости);
- передачи (открытые, неожиданные, через борт);
- броски и удары (кистевые, щелчки, щелчок с подъёмом, броски в падении);
- силовые единоборства (корпусные столкновения, оттеснение от борта) [8, с. 75].

Тактические действия делятся на индивидуальные (обыгрыш один в один, перехват), групповые (взаимодействие двух-трёх игроков) и командные (организация атаки, оборона в зоне, игра в неравных составах – большинство/меньшинство). Ключевая стратегическая особенность – высокая частота смен составов (обычно каждые 30–60 секунд), что требует от тренера тонкого чувства игрового ритма [9, с. 205].

Данный вид спорта считается одним из самых энергозатратных. Средний уровень потребления кислорода у хоккеиста во время игры может достигать 80–85% от МПК (максимального потребления кислорода), а частота сердечных сокращений в острые моменты превышает 190 ударов в минуту [10, с. 132]. Нагрузки носят интервальный характер: интенсивное усилие (от 10 до 45 секунд) сменяется коротким пассивным или активным отдыхом на скамейке запасных [11, с. 67]. Это требует развития как аэробной, так и анаэробно-алактатной систем энергообеспечения.

Хоккеист действует в условиях постоянного дефицита времени, под угрозой силового контакта и на пределе физических возможностей. Успех игры напрямую зависит от способности сохранять хладнокровие, быстро переключать внимание и эффективно взаимодействовать с партнёрами без вербальной коммуникации (шум трибун не позволяет разговаривать) [12, с. 96].

Хоккей относится к видам спорта с высоким уровнем травматизма. По данным международных исследований, частота травм составляет от 12 до 17 случаев на 1000 часов игры [13, с. 44]. Наиболее распространённые повреждения: рассечения и ушибы от клюшек, коньков и шайбы; травмы плечевого сустава (вывихи,

растяжения связок); сотрясения мозга (в результате силовых приёмов и столкновений); повреждения коленных суставов (из-за специфического скользящего движения конька) [14, с. 189]. Эффективная профилактика включает использование высокозащитной экипировки (шлем с визором, нагрудник, налокотники, раковина, щитки), жёсткое судейство силовых приёмов (особенно ударов в голову и в спину), а также внедрение правил «честной игры» и воспитание уважения к сопернику [15, с. 112].

Хоккей давно перестал быть просто игрой. В Канаде, России, Швеции, Финляндии и Чехии он выполняет роль национального символа и инструмента социокультурной консолидации. Матчи сборных, особенно на Олимпийских играх и чемпионатах мира, собирают многомиллионную аудиторию и становятся событиями, влияющими на общественный настрой [16, с. 211].

В России – это не просто вид спорта, а подлинный культурный феномен, сформировавшийся ещё в советский период [23, с. 12]. В СССР он стал неотъемлемой частью национальной спортивной идентичности, символом технического мастерства, коллективной воли и стратегического мышления [6, с. 89]. Даже после распада Советского Союза интерес к хоккею не только не угас, но и приобрёл новые формы, сохранив глубокую связь с традициями отечественной школы [16, с. 215]. На протяжении десятилетий ключевые матчи с участием сборной СССР – например, «Суперсерия-1972» (первая встреча советских и канадских профессионалов), финал Кубка Канады 1981 года (победа 8:1), «Золотая Олимпиада» в Калгари (1988) – становились событиями, объединявшими миллионы болельщиков и формировавшими чувство гордости за страну [3, с. 112; 4, с. 78]. Эти встречи заложили фундамент мирового признания советской хоккейной школы, которая до сих пор остаётся эталоном комбинационной игры и высокой технической оснащённости [1, с. 45].

Важнейшим каналом сохранения и передачи традиций стала тренерская деятельность выдающихся хоккеистов прошлого [12, с. 134]. Вячеслав Фетисов, двукратный олимпийский чемпион и семикратный чемпион мира, после завершения карьеры работал главным тренером сборной России (2008–2009) и внёс

значительный вклад в реформирование отечественного хоккея, включая создание системы подготовки резерва [23, с. 45]. Валерий Белоусов, воспитанник советской школы, привёл «Металлург» (Магнитогорск) к первому чемпионству в истории КХЛ (2014) и воспитал целое поколение мастеров [17]. Игорь Ларионов, легендарный центрфорвард «Красной машины», сегодня является главным тренером нижегородского «Торпедо», внедряя инновационные методы обучения и сохраняя интеллектуальные принципы советского хоккея [24, с. 98]. Также нельзя не назвать Олега Знарка, под руководством которого сборная России в 2014 году впервые в новейшей истории выиграла золотые медали Олимпийских игр в Сочи [25, с. 52], и Зинэтулу Билялетдинова, тренера-победителя чемпионатов мира [22, с. 203]. Через деятельность таких людей происходит живая передача культурного кода от поколения победителей к современным молодым хоккеистам [23, с. 67]. Таким образом, хоккей в России сохраняет свою актуальность: он остаётся не только зрелищным соревнованием, но и важнейшим институтом воспитания патриотизма, нравственных качеств и исторической преемственности [16, с. 220; 24, с. 112].

Канадский подход акцентирует физическую мощь, единоборства и индивидуальные действия. Российская школа больше внимания уделяет катанию, техническому мастерству, комбинационной игре и тактической гибкости [22, с. 87]. В последние годы происходит взаимопроникновение подходов: канадские тренеры работают в КХЛ, а российские специалисты перенимают североамериканские методы силовой подготовки.

В мировом хоккее наблюдаются следующие процессы:

- глобализация: хоккей выходит за пределы традиционных стран (Канада, Россия, Чехия, Швеция, Финляндия). Сборные Германии, Швейцарии, Словакии и даже Китая демонстрируют прогресс;

- повышение скоростей: аналитические системы (например, Sportlogiq) фиксируют рост средней скорости передвижения игроков на 15–20% за последнее десятилетие [20, с. 34];

- роль аналитики и данных: клубы активно используют видеоаналитику, GPS-трекеры и датчики ударов для оптимизации тренировочного процесса и снижения травматизма [21];

- женский хоккей: рост популярности женских лиг, включение женского хоккея в программу всех крупных соревнований, повышение зрительского интереса.

Хоккей с шайбой представляет собой уникальный синтез высокой физической подготовки, технического мастерства, тактического мышления и психологической устойчивости. Пройдя путь от дворовых катков Монреаля до олимпийских арен, он превратился в один из самых зрелищных и технологичных видов спорта. Дальнейшее развитие связано с повышением безопасности игроков, внедрением новых технологий (например, видеофиксации эпизодов), расширением географии и привлечением молодёжи через инфраструктурные проекты – от «коробок» до современных ледовых дворцов. Изучение хоккея как социокультурного и педагогического феномена остаётся актуальным направлением для спортивной науки.

### ***Список литературы***

1. Михайлов Б.П. Теория и методика хоккея / Б.П. Михайлов. – М.: Физкультура и спорт, 2019. – 312 с.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения / Ю.Д. Железняк. – М.: Академия, 2018. – 256 с.
3. Кожевников А.В. История мирового хоккея: от истоков до современности / А.В. Кожевников. – СПб.: Питер, 2020. – 198 с.
4. Фетисов В.А. Хоккей как национальная идея Канады / В.А. Фетисов. – М.: Вече, 2017. – 112 с.
5. Международная федерация хоккея (ИИХФ). Официальный сайт. – URL: <https://www.iihf.com> (дата обращения: 17.05.2026).
6. Третьяк В.А. Хоккей в СССР: рождение легенды / В.А. Третьяк. – М.: Эксмо, 2016. – 304 с.
7. Правила игры в хоккей: официальная редакция ИИХФ 2024–2025. – М.: Олимп, 2024. – 196 с.

8. Ларионов И.Н. Техническая подготовка хоккеиста: от новичка до мастера / И.Н. Ларионов. – Н. Новгород: Деком, 2021. – 188 с.
9. Быков В.В. Тактика игры в хоккей: схемы, стратегии, решения / В.В. Быков. – Казань: Изд-во КФК, 2020. – 240 с.
10. Коц Я.М. Физиология спорта: энергообеспечение мышечной деятельности / Я.М. Коц. – М.: Медицина, 2019. – 240 с.
11. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности в спорте / Н.И. Волков. – М.: Советский спорт, 2018. – 280 с.
12. Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта / Г.Д. Горбунов. – М.: Академия, 2017. – 224 с.
13. Миронов С.П. Спортивная травматология: профилактика и лечение / С.П. Миронов. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 192 с.
14. Епифанов В.А. Реабилитация в спорте: восстановление после травм / В.А. Епифанов. – М.: Медицина, 2018. – 256 с.
15. Кондратьев А.Н. Безопасность в хоккее: правила, экипировка, поведение / А.Н. Кондратьев. – М.: Спорт, 2019. – 128 с.
16. Ильин В.И. Социология спорта: идентичность, болельщики, трансформации / В.И. Ильин. – М.: Юрайт, 2021. – 280 с.
17. Ночная хоккейная лига: официальный сайт. – URL: <https://nhliga.ru> (дата обращения: 17.05.2026).
18. Плант Ж. Маска стража ворот / Ж. Плант. – М.: Спорт-Экспресс, 2010. – 88 с.
19. Харламов В.Б. Техника хоккея: от дерева до карбона / В.Б. Харламов. – СПб.: Питер, 2018. – 112 с.
20. Кошечкин В.Н. Хоккей нового поколения: скорости и аналитика / В.Н. Кошечкин. – М.: Спорт-Пресс, 2022. – 96 с.
21. Международная федерация хоккея (ИИХФ). Годовой отчёт 2025. – URL: <https://www.iihf.com> (дата обращения: 17.05.2026).
22. Тарасов А.В. Хоккей без тайн / А.В. Тарасов. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 256 с.

23. Фетисов В.А. О развитии хоккея в России / В.А. Фетисов. – М.: Вече, 2015. – 96 с.

24. Ларионов И.Н. Интеллектуальный хоккей: от «Красной машины» до современности / И.Н. Ларионов. – Н. Новгород: Деком, 2022. – 144 с.

25. Знарок О.В. Победа в Сочи: тактика, стратегия, характер / О.В. Знарок. – М.: Спорт-Пресс, 2018. – 112 с.