



ХОККЕЙ



- ❖ В хоккее с шайбой можно начинать играть мальчикам с 5-6 лет. В первое время игру в хоккей рекомендуется проводить без коньков. Ключка для ребенка – дошкольника должна доходить до подбородка (поставленная вертикально на лед), если малыш стоит на коньках. Если без коньков, то верхний конец достигает примерно уровня носа. Вес шайбы для малышей 50-70 грамм. Шайбу вырезают из резины. Диаметр ее 5-6 см, высота 2-2,5 см.
- ❖ Залейте каток размером 10 на 10 м и обнесите его 50-сантиметровым снежным валом.
- ❖ При отработке бросков распределите детей так, чтобы сразу четверо (каждый – в одну из сторон прямоугольника) могли отрабатывать бросок, не мешая друг другу. Остальные наблюдают, пока не подойдет их очередь. Упражняются в бросках не по поворотам, а в борт.
- ❖ Заметив, что игра «Порази ворота» наскучила детям, предложите им новые игры «Сбей фигуру», «Попади в ком снега». Вместо кома снега, чтобы усилить интерес игре, ставят шайбу, кеглю, городок, кубик, мяч. В четырех сторонах катка ставят разные (или одинаковые) фигуры. Дети упражняются в сбивании этих фигур (каждая команда – свою фигуру) с любого количества бросков. Вначале поразить фигуру нужно с пяти бросков, потом с трех, с одного. Соответственно увеличивается и расстояние до предметов. Не забывайте отмечать самых метких игроков и всю команду в целом. Помогите советами и практически тем, у кого шайба «не послушна» или не ладится бросок. Обычно у ребят броски слева получаются лучше, чем справа. Тогда дайте им такое задание: цель (предмет) следует поражать один раз – справа, причем за попадание справа игроку вместо одного очка засчитывается два очка.
- ❖ Для более успешного овладения вторым способом шайбы устройте игру «Не сбей кеглю». Она заключается в следующем: на льду устанавливают несколько кеглей (до десяти) или кубиков, льдинок и т.п. в линию, или по кругу, или в квадратах. Задача состоит в том, чтобы, обводя в заданном направлении предметы, не сбить их шайбой или клюшкой (или сбить, но минимальное количество).
- ❖ После показа третьего способа ведения шайбы – «ведения с переключиванием» - устройте игру «Обведи игроков». Все участники игры

с клюшками располагаются по кругу в двух шагах друг от друга. В центре лежит шайба. Вы называете чье-либо имя. Мальчик, имя которого произнесено, выходит из круга и ведет шайбу, обводя участников игры слева и справа за наименьшее количество времени. И так по очереди каждый игрок (но вызывают их не по порядку). Обводка производится сначала в левую сторону, а затем в правую.

- ❖ Следующая игра – «Загони льдинку в круг». В центре катка вырубается лунка диаметром 15 см и глубиной 8 см. четверо или пятеро ребят с клюшками охраняют лунку от попадания в нее шайбы. Другая команда, владея шайбой, наоборот, стремится, перетасовывая шайбу друг, другу, закатить ее в лунку. После того как им удастся это сделать, команды меняются ролями. Защищающейся стороне разрешается, отняв шайбу, только отбивать ее подальше от лунки, не припасовывая один другому.
- ❖ Взрослым необходимо следить за своевременной сменой игроков обеих команд, заменяя уставших запасными хоккеистами.
- ❖ Объясните детям, что во время игры не разрешается толкаться, ударять клюшкой по рукам, ногам товарища, поднимать клюшку выше плеча, перебрасывать шайбу по воздуху.
- ❖ Игра «Передай шайбу» состоит в том, что шайбу нужно передать своему партнеру по команде за считанные секунды. Обе команды стоят в шеренге друг против друга в 5 м. расстояние между участниками игры – два шага. Последний игрок, получив шайбу, отправляет ее через все поле игроку, первым начавшему передачу. Игра на этом заканчивается. Если игру усвоили, ее можно усложнить: передавать шайбу через игрока, затем каждому, но держать клюшку одной правой рукой. Поставив ноги на ширину плеч, передавать шайбу между ног назад, затем сидя на корточках, но держа клюшку обеими руками, и т.д.
- ❖ Очень эмоциональная игра «Сбей кегли». Поперек катка на одной линии ставят кегли по количеству участников в команде. Команда располагается в 5-7 м от цели, у каждого игрока – шайба. По свистку все игроки первой команды одновременно бросают шайбу, стремясь попасть в кеглю, расположенную ближе всего к игроку. Подсчитывается количество сбитых кеглей. Затем бросает вторая команда. Выигрывает та из них, которая собьет после трех бросков наибольшее количество кеглей.
- ❖ Хоккей – игра коллективная. Она должна сплачивать детей. Если кто – ни будь из малышей, забросив шайбу в ворота, кричит: «Это я забросил!», объясните, что это не только его заслуга, что без помощи товарищей играть трудно.
- ❖ Не стремитесь делать из детей «чемпионов». Самое важное – привить им любовь к этому виду спорта.