**Занятие 11**

**Тактические индивидуальные действия хоккеистов в обороне в различных зонах**

**Действия нападающих в зоне нападения**

В зоне нападения центральные нападающие борются за шайбу. Центральный нападающий вступает в борьбу первым. У крайних нападающих основные действия: атака ближнего игрока ведущего шайбу; опека соперника; подстраховка атакующего защитника. Для всех остальных нападающих – исключение возможности развития атаки по центру площадки.

Действие нападающих в средней зоне. Центральные нападающие быстро возвращаются в свою зону для участия в оборонительных действиях; смещение атаки противника к любому борту площадки. Крайние нападающие опекают крайних нападающих соперников; ведут атаку ближнего игрока, владеющего шайбой; подстраховывают атакующего защитника; в случае необходимости быстро возвращаются в зону защиты. Целью всех нападающих – исключение возможности развития атаки соперников по центру площадки.

Действие нападающих в зоне защиты. Центральные нападающие ведут опеку центрального нападающего команды соперников; выбирают место для оборонительных действий на пятачке; подстраховка защитников. Для крайних нападающих – опека защитника; атака ближнего игрока, ведущего шайбу.

**Тактика защитников в обороне**

В зоне нападения. Защитник обязан вступить в отбор шайбы на рубеже синей линии, выбрав для этого самый подходящий момент (в момент приема шайбы соперником, во время ведения шайбы соперником, когда он опустил глаза на шайбу или на мгновение потерял над ней контроль). Защитник должен подстраховывать своих партнеров.

В средней зоне. Затормозить движение хоккеиста с шайбой сместить направление развития атаки к какому-либо борту; выбрать лучший способ отбора шайбы при различных действиях атакующего; подстраховать партнеров.

В зоне защиты. Защитник должен активно действовать против опекаемого им игрока; в случае необходимости задержать атакующего у борта площадки или оттеснить его к борту, занять позицию между соперником и воротами.

На пятачке. Защитник должен расположиться на пятачке так, чтобы не закрывать обзор вратарю; опекать атакующего на пятачке; следить за всеми перемещениями шайбы; не упускать из вида своего подопечного; применять в случае необходимости силовые приемы против атакующего; поймать шайбу на себя; поднять, подбить, прижать клюшку; выбить, перехватить, отбросить шайбу с пятачка.

**Тактика при вбрасывании**

Важно четко и правильно сыграть при вбрасывании, для этого существует своя техника и тактика. Тактика зависит от того, где происходит вбрасывание. Таких мест может быть несколько: в средней зоне – у синей линии зоны соперника; в центре поля; на точке вбрасывания в зоне соперника; на точке вбрасывания в своей зоне.

Если у хоккеиста оказалась шайба после вбрасывания, то он может провести атакующую игру. Если вбрасывание проводилось у своих ворот, в таком случае игрок с шайбой может ликвидировать большую опасность для своих ворот. Если вбрасывание проходило в средней зоне, то можно сохранить контроль над шайбой. Результат вбрасывания зависит от мастерства хоккеиста, четкого и слаженного действия партнеров по команде и рационального способа борьбы за шайбу.

При вбрасывании важно соблюдать правильную стойку и правильно держать клюшку. Стоять на льду нужно широко расставив ноги. Хват шайбы выбирается от способа выигрыша шайбы и индивидуальных способностей хоккеиста. Чем ниже хват, тем больше сила и меньше скорость движения крюка, и наоборот. Чтобы создать мощный рычаг, руку, расположенную на клюшке внизу, передвигают ближе к крюку и внимательно наблюдают за шайбой в руке судьи. При возможности у ворот соперника, необходимо сразу бросать по воротам. Если вратарь не готов к отражению шайбы, можно добиться успеха.

Перед вбрасыванием хоккеист должен внимательно ознакомиться с положением партнеров по команде и убедиться, что они готовы к игре, занять как можно более выгодную позицию и добиться того, чтобы позиция соперника была намного хуже. Для этого применяют обманные и отвлекающие маневры.

При вбрасывании шайбы в зоне нападения, хоккеисты должны располагаться так, чтобы сразу начать атаку, а в случае потери шайбы, чтобы прикрыть соперника и при любом удобном случае начать контратаку.

Способ вбрасывания обычно выбирают в зависимости от индивидуальных способностей игроков, от действий соперника и в зависимости от ситуации, сложившейся на поле. Хоккеист должен сам выбрать способ вбрасывания, который ему больше подходит. При вбрасывании в своей зоне, шайбу лучше отбросить защитнику. В центре поля, тоже лучше всего воспользоваться этим правилом. При вбрасывании на рубеже синей линии зоны нападения, шайбу лучше отбросить на фланг свободному нападающему. В зоне нападения – в направлении бьющего игрока. На рубеже синей линии защиты шайбу следует отбросить вперед, чтобы вывести шайбу из своей зоны.

Некоторые хоккеисты стараются выиграть шайбу вперед самому себе. Если это удается, то за счет движения на хоккеиста защитников от опеки освобождается левый крайний нападающий.

*Чтобы правильно действовать в обороне, хоккеист должен правильно выбрать способ катания на коньках*

*При этом нужно помнить следующее:*

*1. в начале движения, при отрыве от соперника во время обводки лучше двигаться коротким ударным шагом;*

*2. если нужно избежать столкновения, силового приема, освободиться от опеки, выскочить из схватки, эффективно применять прыжок;*

*3. во время тактического маневра применять широкий скользящий шаг;*

*4. при обыгрывании соперника, когда есть место для маневра, надо перейти на скрестный шаг;*

*5. при большой скученности игроков лучше скользить на одной ноге, толкаясь другой;*

*6. для медленной остановки на малой скорости, когда нужно просто притормозить, надо тормозить «плугом», «полуплугом» или приемом «волокуша»;*

*7. для быстрой остановки не в борьбе лучше использовать торможение одним коньком.*

При выполнении торможения и остановки, хоккеист должен заранее предвидеть, что он будет делать дальше, он должен просчитать все возможные ходы. При торможении тем или иным боком, чтобы занять выгодную позицию, не нужно поворачиваться к шайбе спиной.

Как нападающий, так и защитник должны всегда быть готовы к выполнению других действий сразу после торможения.