

АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Впервые в мире уникальные профессиональные технологии ст

АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Впервые в мире уникальные профессиональные технологии стали доступны широкому кругу тренеров, игроков, родителей юных хоккеистов. Вы можете заказать анализ Вашей игры, Вашего ребёнка, Вашего подопечного. Хоккей по-американски Антон Кульчицкий Январь 2010 Сборная США стала победителем молодежного чемпионата мира. Антон Кульчицкий рассказывает о системе детского хоккея в Америке. Занятия хоккеем в США обычно начинают в 4 года, но мой средний сын начал в 6 с половиной, что не помешало ему стать одним из лучших к возрасту девяти с половиной лет. Но 4 года – обычная практика, и мой младший начнет именно так. Сначала весь тренировочный процесс акцентирован только на одном – катание. Это самое-самое главное лет до 7 включительно. Power Skating. Ключка перед собой в одной руке, низкий старт лицом вперед, колени сильно согнуты, острый начальный угол коньков. Быстро учат делать перебирания ногами (по-английски называется cross-overs). Так же рано учат катанию спиной вперед. Главный упор делается на низкой стойке. Конечно, все основы преподаются. Очень часто, однако, такие основы особенно интенсивно изучают в специальных кэмпх (учебных лагерях) летом или весной сразу после сезона. Приезжают разные известные люди, которые учат конкретно катанию, контролю шайбы, силовым приемам, вратарскому делу или чему-то еще специфическому. На неделю, иногда на две. Можно записаться - это добровольно. Обычно стоимость около 300 долларов за неделю. Это включает несколько часов льда в день и какое-то время драй-ленда. Очень полезно. Некоторые ездят в такие лагеря в нижние штаты или в Канаду. Занятия в зале и теория до 7 лет не проводятся, потом – умеренно. Начиная с 9 лет в AAA командах грузят уже по-черному. Занятия в зале 1 раз в неделю в 9-10 лет, без утяжелений, одна плиометрика или драй-ленд – ведение теннисного мяча клюшкой и т.п. Но это только в командах AAA (аналог наших СДЮШОР). На более низких уровнях нагрузки куда меньше. Попастись в команду трудно – проводится отбор в течение недели, и конкурсные требования очень высоки, а результаты объективны. Мой сын приезжал в Россию на пару месяцев и тренировался в Электростали, в СДЮШОР с ребятами на два года старше. Он был средним по уровню. Думаю, в ЦСКА он бы не смог прыгнуть на два года вперед. Упражнения многие похожи, но в России акцент сделан на индивидуальные умения, а в США – на командные взаимодействия. И смещение акцента очень большое. Возрастные группы включают два года, а не один, как в России. Существует 4 уровня: два "соревновательных" (competitive hockey): Tier I и Tier II, и два "невыездных" (house hockey): Tier III и Tier IV. Tier I, иногда называются A team, AAA league, или Elite Division. Это самый высокий уровень детского хоккея в США. Каждую весну или осень, в зависимости от

Ссылка на статью: [АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Впервые в мире уникальные профессиональные технологии ст](#)