

ГЛОССАРИЙ

Определение понятий и терминов имеет важное значение для проведения занятий на должном профессиональном уровне в образовательных учреждениях, в тренировке спортсменов-игровиков, для взаимопонимания специалистов-преподавателей и тренеров, научных работников. В понятиях и терминах раскрывается предмет изучения и преподавания любой дисциплины, в них концентрируются накапливаемые наукой знания. Понятие считается полным, если в нем сформулированы критерии отличия одного понятия от других, способы его повторения и употребления.

Ниже дается определение основных понятий и терминов, которые используются в учебном процессе по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта».

- ***Снаряды и экипировка:***

Шайба - спортивный снаряд для игры в хоккей с шайбой. Представляет собой диск из вулканизированной резины, толщиной 2,54 см (1 дюйм), диаметром 7,62 см (3 дюйма) и весом 156-170 грамм.

Клюшка - спортивный снаряд для игры в хоккей с шайбой, используемый для бросков, пасов и ведения шайбы. Представляет собой длинный тонкий черенок - shaft - с плоским расширением в одном конце - крюком. Размеры клюшки значительно различаются, поскольку они должны удовлетворять всем предпочтениям игрока, соответствовать его росту и весу. Изготавливается преимущественно из карбона или дерева.

Коньки - спортивный инвентарь для игры в хоккей с шайбой, который представляет собой совокупность ботинок и прикрепляемой к ним системе лезвий. Хоккейные коньки предназначены защищать стопу и лодыжку от травм, попадания шайбы и при этом обеспечивать комфорт.

Экипировка хоккеиста - специализированная одежда хоккеиста, включающая в себя: шлем, краги, нагрудник, налокотники, щитки, шорты, коньки, раковину, специальное бельё, гамаша или рейтузы, защиту горла и игровой свитер.

Шлем - элемент экипировки хоккеиста, предназначенный для защиты головы. Для защиты лица используются, прикрепляемые к шлему: металлическая маска; визор - специальный прозрачный пластиковый щиток; комбинированная маска, состоящая из визора и металлической сетки.

Краги - хоккейные перчатки, защищающие кисти рук, кистевые суставы и нижнюю часть предплечий игрока при ударах клюшкой по рукам, попаданиях шайбы, и в других подобных случаях.

Нагрудник (Панцирь) - элемент экипировки хоккеиста, обеспечивающий защиту спины, грудной клетки, позвоночника и плеч.

Налокотники - элемент экипировки, предназначенный для защиты локтевого сустава хоккеиста.

Щитки - часть экипировки, защищающая коленный сустав и голень хоккеиста

Хоккейные шорты - часть экипировки, предназначенная для предотвращения травмирования бёдр, копчика, поясницы и позвоночника хоккеиста при падениях, столкновениях, попаданиях шайбы и в других случаях.

Раковина (Ракушка) - пластиковое приспособление, защищающее паховую область от различных повреждений.

Капа - приспособление из гибкой пластмассы, надеваемое на зубы с целью защиты от различных повреждений, как повреждения челюсти, зубов, сотрясения мозга.

Блокер (Блин) - перчатка голкипера, предназначенная для отражения бросков шайбы тыльной стороной кисти, в которой находится клюшка.

Ловушка - перчатка голкипера, предназначенная для ловли и фиксации шайбы.

Свитер (Джерси, Сетка) - составляющая верхняя часть хоккейной формы игрока. Одевается поверх хоккейной экипировки и предназначен для обозначения принадлежности хоккеиста к команде и распознавания отдельного игрока по номеру и фамилии.

- **Основы игры:**

Хоккейный матч - игровое время, состоящее из трёх периодов по 20 минут чистого времени, а также перерывов между периодами, которые обычно составляют 15-17 минут. В случае ничейного результата по окончании матча возможно назначение овертайма и/или серии буллитов. Необходимость овертайма и буллитов, а также их продолжительность оговариваются отдельно в регламенте турнира.

Хоккейная площадка - поверхность льда, ограниченная бортами, являющаяся местом проведения матчей по хоккею. Максимальный допустимый размер площадки 61 x 30 метров, минимальный - 56 x 26 метров

Борт - специальное ограждение хоккейной площадки. Высота бортов, окаймляющих площадку по периметру, над уровнем льда составляет 102-122 сантиметров. Над бортами площадки по всему периметру расположены прозрачные заградительные щиты, сделанные из безопасного ударостойкого стекла.

Зона - определённая линиями разметки часть площадки. Различаются зона обороны (зона у своих ворот), зона атаки (у чужих ворот), средняя зона (нейтральная зона, находящаяся между зонами атаки и обороны каждой команды)

Пятак - особые зоны вбрасывания радиусом 4,5 метра, центр которых расположен в 6 метрах от ворот.

Усы - зоны, находящиеся по бокам пятаков. Считаются одними из самых убойных точек для броска.

Слот - область хоккейной площадки, расположенная напротив ворот от усов до синей линии.

Голкипер (Вратарь) - игрок, обязанностью которого является исключительно защита ворот.

Ворота - конструкция прямоугольной формы размером 1,83 x 1,22 метров, куда направляют шайбу.

Площадь ворот - специальная зона расположенная перед воротами и выкрашенная в голубой цвет. Если в момент взятия ворот игрок атакующей команды умышленно находился в площади ворот или держал там свою клюшку, то взятие ворот не засчитывается.

Гол (Взятие ворот) - попадание шайбы в ворота, при котором шайба полностью пересекает линию ворот и не было зафиксировано нарушения правил.

Дубль - два забитых гола, одним игроком, в одном матче.

Хет-трик - три забитых гола, одним игроком, в одном матче.

Хет-трик Горди Хоу - неофициальное название особого вида хет-трика, когда игрок в течение одного матча забрасывает шайбу, делает голевую передачу и участвует в драке.

Классический хет-трик - три гола, забитых одним игроком в течение одного периода; либо три подряд забитых шайбы одним игроком.

Покер - четыре забитых гола, одним игроком, в одном матче.

Автогол - гол, забитый игроком в собственные ворота.

Голевой пас - передача шайбы от одного или двух игроков одной команды, в результате которой был забит гол. Если шайба коснулась игрока соперника, то голевой пас не засчитывается.

Очко - условная награда, которую дают игроку, забросившему шайбу в ворота противников или отдавшему голевую передачу.

Показатель полезности (Плюс-минус) - характеристика игрока, отображающая соотношение заброшенных или пропущенных командой шайб, когда тот или иной игрок находился на льду. Этот показатель может вычисляться как в отдельной игре, так и в сумме всех игр за сезон. К вратарям не применяется.

Время на льду (Айс-тайм) - показатель, отражающий время проведённое непосредственно на льду конкретным хоккеистом.

Сухой матч (Шатаут, "Сухарь", Игра на "0") - матч, записываемый статистику вратаря, если тот на протяжении всей игры успешно отражал все атаки команды-соперника и не пропустил ни одной шайбы в свои ворота.

Арбитр (Судья) - обладающий специальными умениями и полномочиями участник хоккейного матча. Права и обязанности судьи определяются правилами турнира. Арбитры подразделяются на судей в поле (на льду) и судей в бригаде (за пределами льда).

Вбрасывание - ввод шайбы в игру, в начале матча или после остановки игры. С момента вбрасывания начинается отсчёт времени матча.

Вне игры (Офсайд) - возникает в том случае, когда оба конька атакующего игрока пересекут синюю линию (в зоне атаки) до того, как это

сделает шайба. При этом, если синюю линию пересекла только клюшка, или игрок заехал за синюю линию только одним коньком - нарушения нет и можно продолжать играть.

Проброс - бросок шайбы игроком со своей части поля, когда шайба пересекает красную линию у ворот противника, не зацепив никого из игроков. После проброса шайбу вбрасывают в зоне пробросившей команды.

Пас через две линии - хоккейный атавизм, суть которого состоит в том, что нельзя отдавать пас таким образом, чтобы шайба пересекала синюю и центральную линии. Большинство лиг отменило это правило около 10 лет назад.

Нарушение - несоблюдение правил игры в хоккей с шайбой. Карается различными штрафами в виде удаления или штрафного броска. Штрафы за различные нарушения прописаны в правилах игры в хоккей.

Игра в большинстве/меньшинстве - численное преимущество, либо наоборот меньшинство, команды, когда игрок одной из команд за нарушение правил удаляется с площадки.

Овертайм - добавочное время, которое выделяется судьями после окончания трёх периодов по 20 минут при равном счёте для выявления победителя и продолжается до первой заброшенной шайбы. Продолжительность овертайма определяется правилами.

Буллит - штрафной бросок шайбы. Буллиты бывают как послематчевыми, так и игровыми. Послематчевые могут назначаться для выявления победителя по окончании основного и дополнительного игрового времени. Игровой буллит назначается тогда, когда было совершено нарушение правил, против игрока, который вышел один на один с вратарем, и благодаря нарушению был лишен возможности забить гол.

Тайм-аут - перерыв в хоккее с шайбой, назначаемый по просьбе одной из команд. Каждой команде разрешено взять один 30-секундный тайм-аут в течение основного или дополнительного времени.

- ***Тактические и технические элементы игры:***

Атака - действия команды, направленные на забрасывание шайбы в ворота противника. Атака начинается, когда команда отбирает шайбу, и кончается с потерей шайбы, либо взятием ворот.

Защита - действия команды, направленные на защиту своих ворот. Действия в защите начинаются когда команда теряет шайбу, и кончаются с отбором шайбы, либо взятием ворот.

Бросок - общее название для действия в хоккее с шайбой, результатом которого является движение последней в том или ином направлении под действием удара клюшкой.

Щелчок (Слэпшот) - разновидность броска шайбы, особенностью которого являются замах клюшки и её удар об лёд перед шайбой. Благодаря этому удару, клюшка слегка прогибается перед ударом, а крюк скользит 3-5 см по поверхности льда перед тем, как достигает ребра шайбы. Таким образом,

скорость шайбы оказывается выше, поскольку на шайбу действует скорость движения крюка, масса хоккеиста, а также сила упругости клюшки.

Кистевой бросок - самый распространённый и наиболее точный бросок в хоккее. Выполняется внутренней стороной крюка за счет усилий, прилагаемых хоккеистом к клюшке через кисть "нижней" руки.

Бросок с неудобной руки - разновидность броска, при котором удар по шайбе наносится при помощи внешней стороны крюка. Считается одним из самых технически сложных видов броска.

Ван-таймер (Бросок в одно касание) - разновидность броска в хоккее с шайбой, при котором игрок бьёт по воротам без подготовки и без обработки шайбы в одно касание по скользящей шайбе. Вероятность забросить шайбу при таком броске очень высока.

Пас - важная составная часть действий игрока, в ходе которой шайба переправляется от игрока с шайбой партнеру.

Обводка - игровой прием, который направлен на обыгрывание противника в конкретной игровой ситуации. Обводка обеспечивается передвижением на коньках, ведением шайбы, а также обманными действиями.

Финт - движения хоккеиста, направленные на введение противника в заблуждение и обыгрывание в конкретной игровой ситуации.

Спин-о-рама (Вертушка) - очень эффективный, но технически сложный финт, связанный с резким разворотом игрока с шайбой на 360 градусов.

Силовой прием (Хит) - физические действия, направленные на отбор шайбы у противника.

Мельница (Хип Чек) - хит, проводимый путем приёма противника на бедро.

Отбор шайбы - переход шайбы от игрока одной команды к игроку другой. Происходит различными способами: с помощью отнятия шайбы клюшкой, силовых приёмов, перехватов.

Прессинг - ограничение действий соперника путём применения блокировок или силовых приёмов.

Технико-тактические действия - любые действия игрока, влияющие на ход игры. Например: обводки, передачи, броски, отборы шайбы.

Плотность игры - количество технико-тактических действий на площадке в минуту.

Расстановка - положение игроков друг относительно друга в рамках системы ведения игры

Игра в откат - пассивные оборонительные действия команды. При игре в откат игроки обороняющейся команды откатываются назад в оборону, слабо прессингуют соперника, а отбор шайбы происходит, в основном, в зоне обороны.

Форчекинг - активные оборонительные действия команды. Форчекинг подразумевает активную борьбу за шайбу и плотный прессинг противника в зоне атаки.

Чеккер - игрок контратакующего плана. Специализируется на активном ведении силовой борьбы на льду, отборе шайбы у соперника, форчекинге, убивании меньшинства.

Тафгай - игрок хоккейной команды, основной задачей которого является устрашение противника, кулачные единоборства, "выключение" из игры наиболее опасных форвардов команды-соперника и защита самых ценных игроков своей команды.

Домосед - защитник оборонительного плана

Бей-беги - тактика игры в атаке. Особенностью тактики "бей-беги" является вброс шайбы форвардом в зону атаки из средней зоны, после которого партнёры нападающего производят резкое ускорение с целью обогнать защитников соперника в борьбе за шайбу.

Сэйв - отражённый или заблокированный вратарём бросок шайбы.

Стойка (Стэндап) - первый в истории стиль игры вратаря. Основан на "вертикальном" перекрывании ворот - отражение бросков непосредственно из стойки. Позволяет надёжно перекрывать верхнюю часть ворот.

Баттерфляй - достаточно новый стиль игры вратаря. Основан на "горизонтальном" перекрывании ворот - оба щитка вратаря лежат на льду. Эффективен для закрывания нижней части ворот.

Гибрид (Полубаттерфляй) - нечто среднее между стилями "стойка" и "баттерфляй". Основан на "диагональном" перекрывании ворот - только одна нога перекрывает нижний угол ворот.

- **Хоккейный сленг:**

Сидеть на банке - безвылазно находиться в запасе.

Полировать банку - крайне редко выходить на лед в четвёртом звене. Всякий, прикативший со смены, подвигает такого игрока то вправо, то влево.

Открывать калитку - "сидеть на банке" для вратаря.

Катить по рельсам - играть слишком примитивно, бесхитростно. Игрока, который так действует, называют **трамваем**.

Кончились рельсы – хоккеиста остановили или прижали к борту соперники.

Пройти по борту - проскользнуть вдоль борта, обойдя соперника за счет силы и скорости.

Окаянщики – игроки с правым хватом клюшки.

Паровозик - оставление шайбы партнеру, который двигается за спиной отдающего.

Карусель - многочисленные оставления шайбы партнерам в зоне соперника. Проводится в ходе одной комбинации. Партнёры движутся по кругу.

Запустить бабочку - совершить неудачный, несильный бросок, когда шайба летит кувырком или скачет по льду.

Пустить бабочку - пропустить подобную кувыркающуюся шайбу.

Парашют - переброс шайбы через противника.

Нагрузить пятак — постоянно атаковать, лезть на ворота, много бросать.

Сбросить перчатки (Дать в пятак) - устроить драку.

Поднять на вилы - зацепить соперника клюшкой снизу вверх.

Попасть в домик - забить гол вратарю между ног.

Попасть в девятку - забросить шайбу в верхний угол ворот.

Наказать судью - якобы случайно толкнуть арбитра или попасть в него шайбой.

Увезти соперника - отвлечь на себя внимание противника.

Зашнуровать мозги - финтами и обводкой заставить соперника опустить голову, засмотреться на шайбу, растеряться.

Наполнять бутылочки - играть в команде второстепенную роль, выполнять функции администратора.

Смотреть кино - судья проверяет по телемонитору, пересекла ли шайба линию ворот.

Уйти в буфет - потерять ворота для вратаря.

Заехать на трибуны - увлечься атакой, забежать слишком далеко.

Плавить лед - часто падать; скользить на коленях, спине.

Зацепиться за линию - упасть при входе в зону.

Расколоть - применить силовой прием, поймав противника на противоходе.

Отдать на плаху - отдать пас в точку, где партнера обязательно "расколуют".