**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**

**дополнительного образования**

**«Детско-юношеская спортивная школа № 1»**

**Методическая разработка**

**Тема: «ОСНОВНЫЕ ЗАКОНЫ ИГРЫ ВРАТАРЯ В ХОККЕЕ»**

Авто-составитель:

тренер - преподаватель по хоккею

МБОУ ДО «ДЮСШ №1»

Трифонов Юрий Александрович

Зачитан на педагогическом совете:

«22» февраль 2017г.

с оценкой отлично.

г. Прокопьевск

2017

**ОСНОВНЫЕ ЗАКОНЫ ИГРЫ ВРАТАРЯ.**

Хороший вратарь – это полкоманды (залог успеха)

Плохой вратарь – беда для команды.

Потому, чтобы не подводить своих товарищей, вратарь должен тренироваться **365 дней в году**.

1.Когда шайба находится в зоне соперника, вратарь может играть в высокой стойке, т.е. выпрямившись во весь рост, но ни в коем случае **не упускать шайбу из вида.**

2. Когда шайба пересекает красную линию (атакует соперник) – вратарь принимает основную стойку и перемещается соответственно положению шайбы.

3. Шайба находится вблизи 1-2 м.,3-8 м.: вратарь играет в низкой стойке (не ползает по льду на животе, коленях, спине или на боку). В этих положениях вратарь **не помощник** своей команде.

4. Шайба находится в углу площадки: основная стойка:

а) конек плотно у штанги, клюшка перед коньками;

б) контролировать свободных от шайбы игроков соперника;

в) подсказывать защитникам, например, «Витя – пятак, Вова – сзади, Стас – слева, и т.д.»

5. Шайба на синей линии: основная стойка. Вратарь играет, выдвинувший вперед на линию вратарской площадки 1м. – 1,5м. – 2м.,тем самым сокращая открытые части ворот.

6. При выходе1x0 - вратарь выдвигается на 2 - 3 м. вперед в основой стойке, тем самым сокращая открытые зоны ворот. По мере приближения игрока с шайбой, вратарь сохраняет такую дистанцию, при которой соперник не сможет обвести вратаря и забросить шайбу в пустые ворота. Поэтому, чем выше скорость атакующего, тем быстрее вратарь откатывается спиной, т.е. нужно как можно ближе уравнять скорости игрока с шайбой и вратаря.

7. При выходе 2х1 вратарь выдвигается на игрока с шайбой и играет с ним на все 100%:

а) ждет броска;

б) обводка;

в) передачи свободному игроку.

В случае передачи шайбы, вратарь мгновенно перемещается за ней. Поэтому **в лежачем положении** переместиться не получится.

8. Вратарь не должен бегать перед воротами, держа клюшку за конец ручки одной рукой (он не дворник с метлой), а играть в основной стойке, держа клюшку в широкой ее части.

9. Если шайба оказалась у вратаря, а соперника нет – отдай шайбу своему игроку, чтобы начать атаку.

10. Если шайба долго находится в твоей зоне, а игроки никак не могут ее выбросить, при возможности прижми ко льду. (Дай смениться пятерке).

11. Скользящие шайбы старайся отбрасывать в угол площадки. Если шайба отскочила перед тобой:

а) выбей клюшкой, но не вперед;

б) прижми ко льду.

**Это нужно делать всегда, даже на тренировках.**

12. При забитой шайбе твоими игроками бурно не радуйся (не бегай, не прыгай, не махай руками), а лучше сделай 1 – 2 – 3 вратарских движения:

13. При забитой шайбе в твои ворота не показывай сопернику свою слабость не кидай клюшку, не стучи ей по льду, по штангам…Не кричи на защитников. Приготовься к продолжению игры.

14. Вратарь должен знать и играть всегда по принципу каждый бросок – **предпоследний,** т.е. отразил шайбу: жди повторного броска, под направления, отскока от своих и чужих игроков, добивания.

15. **Перед игрой строго НЕЛЬЗЯ!!!**

а) читать;

б) смотреть ТВ;

в) компьютер;

г) игры на телефоне.

16. Разминка на льду должна быть максимально интенсивной (до пота) даже если ты сегодня в запасе.

17. Когда нет вратарских занятий, вратарь катается вместе с командой (по кругу, линиями и т.д.) **СПИНОЙ!**

18. Вратарь тренируется 365 дней в году (гимнастика, теннис, мячи, жонглирование и т.д.)

* **ПОМНИТЕ: ПЛОХОЙ ВРАТАРЬ – БЕДА ДЛЯ КОМАНДЫ, КАЖДЫЙ БРОСОК – ПРЕДПОСЛЕДНИЙ.**
* **365 ДНЕЙ ПОМНИ, ЧТО ТЫ ВРАТАРЬ.**