

Издатель  
ФГБОУ «Петрозаводский государственный университет»  
Российская Федерация, г. Петрозаводск, пр. Ленина, 33

Студенческий научный электронный журнал

# StudArctic Forum

<http://saf.petrso.ru>

## № 1(21) / 2021

Главный редактор  
И. М. Суворова

Заместитель главного редактора  
М.И. Зайцева

### Редакционный совет

В.А. Шлямин  
В.С. Сүнёв  
Г.Н. Колесников  
С.В. Волкова

### Редакционная коллегия

А.Ю. Борисов  
П.С. Воронина (ответственный  
секретарь)  
Р.В. Воронов  
Т.А. Гаврилов  
Е.О. Графова  
Л.А. Девятникова  
М.И. Зайцева  
А.А. Ившин  
А.Ф. Кривоноженко  
А.А. Кузьменков  
Е.Н. Лузгина  
Ю.В. Никонова  
М.И. Раковская  
А.А. Скоропадская  
Е.И. Соколова  
И.М. Соломещ  
А.А. Шлямина

### Редакция

А. Г. Марахтанов  
А. А. Малышев  
Р. А. Мацуев

ISSN 2500-140X

**Адрес редакции**  
**185910, Республика Карелия, г. Петрозаводск, ул. Ленина, 33.**  
**E-mail:saf@petsu.ru**  
**<http://saf.petsu.ru>**

Физическая культура и спорт

## Хоккей в школах европейского севера России на примере Республики Карелия

**ДРОЖЖИНА Дарья  
Алексеевна**

бакалавриат, Петрозаводский Государственный Университет, Институт Физической Культуры, Спорта и Туризма (Пушкинская,17),  
[darya.drozhzhina.99@bk.ru](mailto:darya.drozhzhina.99@bk.ru)

**Ключевые слова:**

виды спорта;  
общеобразовательные школы; развитие физических качеств; программа физической культуры

**Аннотация:** В двадцать первом веке общеобразовательные школы работают по стандартам системы образования. Таким спортивным дисциплинам, как легкая атлетика, футбол, волейбол, баскетбол и лыжная подготовка дети обучаются в школах ежегодно, но стоит рассмотреть, как изменились бы школы с включением в образовательную программу хоккея. Плюсы этого вида спорта, выявленные путем опроса профессиональных хоккеистов, а также минусы, названные участниками опроса, дают полноценное понимание о значении хоккея для жизни ребенка.

## Основной текст

Двадцать первый век. Развитие физкультурно-спортивной деятельности в школах с каждым годом набирает обороты. В 1-4 классе общеобразовательной школы в состав программы по физической культуре входит гимнастика, легкая атлетика, ритмическая гимнастика, футбол [3. с. 10]. Работа учителей нацелена на укрепление здоровья школьников, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению. В то время, когда в начальной школе учителя физической культуры не сосредотачивают внимание на комплексном развитии детского организма и его функциональных качеств, в 5-9 классах идет более подробное изучение видов спорта, где уже подростком обучающийся начинает узнавать и понимать особенности своего организма, корректировать его развитие в направлении того или иного вида спорта. Во многих школах к дополнительному изучению предлагаются такие дисциплины, как борьба, регби, лыжный спорт и плавание. В школах со спортивным уклоном преподаются те же виды спорта – меняется только объем программы по физической культуре.

Хоккей с шайбой — это спортивная командная игра на льду, целью которой является забрасывание шайбы в ворота соперника большее количество раз, чем это сделает другая команда в установленное время. Шайбу передают от игрока к игроку по ледяному корту хоккейными клюшками. Побеждает команда, забросившая большее количество шайб в ворота соперника.

В каждом муниципальном районе Карелии находится более двух залитых на зиму катков и хоккейных кортов – во всей республике их более пятидесяти [1]. Большинство из них сезонные и работают только зимой, есть стадионы, которые в зимний период дают детям возможность кататься на коньках после учебы. Однако, проведя мониторинг социальных сетей, мы выявили, что полноценного обучения хоккею в школах нет. В России стандарты образования стараются охватить как можно больше видов спорта, не концентрируясь на каком-либо отдельном виде. В школах можно выявить наличие спортивных команд по волейболу, футболу, баскетболу и даже регби, интерес к которому растет в северной части России.

Хоккей - динамичный вид спорта. Мы провели опрос, целью которого было выяснение влияния хоккея на уже состоявшихся игроков разных команд Республики Карелия (опрашиваемые занимались хоккеем с 4-6 лет). Опрос состоял из четырех вопросов, базу для нашего анализа составили два из них:

1. "Как хоккей повлиял на вашу жизнь?"
2. "Какие физические и умственные способности были развиты?"

Самые яркие ответы предоставлены ниже (стилистика, орфография и пунктуация принадлежат респондентам – прим. ред.).

" 1. Хоккей научил меня не сдаваться. Если что-то не получается, я стараюсь не

опускать руки и идти до конца. 2. Из физических качеств конечно же выносливость, быстрота, сила, координация, ловкость. Умственные: игровой мозг - заранее просчитываешь шаги и действия соперника, находишь выход из ситуации, читаешь игру как книгу, и чувствуешь игроков в своей команде."

А.П.

" 1. Хоккей стал для меня частью моей жизни. Я приобрел множество знакомств и завел хороших друзей. В какой-то момент времени, я даже не могу без него долго обойтись. Так как хоккей - это командный вид спорта, то коллективный успех, ответственность стоят близко по важности к личным достижениям. Опыт приобрел очень большой из за постоянных поездок на соревнования. Вся хоккейная жизнь воспитывает много положительных качеств. 2. Из физических - это выносливость, быстрая реакция, сила и скорость. Из личных качеств: смелость, решительность, отвага, честь, ответственность, сообразительность и даже забота. Еще правильная спортивная агрессия."

К.Р.

Развитие физических качеств хоккеистов начинается с детства, с самого начала спортивной жизни «на льду». Для хоккеиста важны четыре вида силы: быстрая сила, взрывная сила, абсолютная сила и силовая выносливость.

**Таблица 1. Понятия**

<b>Быстрая сила</b>	Проявляется в скоростных движениях и при преодолении небольших отягощений.
<b>Взрывная сила</b>	Обеспечивающая быстрое наращивание рабочего усилия. Взрывная сила характеризует возможность хоккеиста достигать максимальных показателей силы за короткое время <b>в ходе выполнения</b> двигательного действия.
<b>Абсолютная сила</b>	<b>С</b> пособность спортсмена преодолевать значительное сопротивление (отягощение). В движениях, <b>где</b> участвует небольшое внешнее сопротивление, абсолютная сила <b>неважна</b> ; если сопротивление значительно, то она приобретает существенное значение и связана с максимумом взрывного усилия.
<b>Силовая выносливость</b>	Способность организма противостоять утомлению, вызванному положительным мышечным напряжением значительной величины.

При воспитании силовых качеств юного хоккеиста следует учитывать, что наиболее активно мышечная система развивается в период полового созревания и после его окончания. У восьмилетнего ребенка мышечная ткань составляет 27% от всей массы тела, у 12-ти летнего она уже составляет 29% массы тела, у 15-ти летних - около 33%, у 18-ти летних - около 44%, у хоккеистов-профессионалов мышцы составляют 51% от всей массы тела [2. с. 5]. Большое внимание на тренировках направлено на такие мышцы, как сгибатели стопы, работающие при отталкивании, мышцы разгибатели туловища, голени и бедра, мышцы брюшного пресса и кистей рук, приводящие мышцы ног. Для развития этих мышц используют различные приемы: торможение, силовые единоборства, ускорение, броски, торможение с последующими рывковыми стартами, катание спиной вперед и зигзагом, работа на льду с весами.

Немаловажное влияние хоккей оказывает на умственные способности ребенка. Во время тренировок и игры развивается интуиция и стратегическое мышление, «правильная» спортивная агрессия, умение работать в команде. В современном мире эти качества могут помочь ребенку в дальнейшей учебе, познании и принятии себя, своих способностей, а также настроить на дальнейший жизненный путь, так как ребенок будет понимать, что ему нужно и чего он хочет достичь, сможет ли правильно распределить силы в работе. Также стоит отметить фактор укрепления здоровья и иммунитета ребенка.

Хоккей положительно влияет на ребенка и подростка, включение этого вида спорта в школьную программу могло бы благоприятно отразиться на развитии подрастающего поколения, которое, как нам известно, большое количество времени уделяет гаджетам. Введение новых видов спорта могло бы положительно повлиять непосредственно на инфраструктуру школ, например, появлением оснащенных стадионов на территории общеобразовательных учреждений, которые в зимний период будут переоборудованы под хоккейный корт; тренажеров и тренажерных залов. У школ Европейского Севера России есть перспективы развития новых спортивных дисциплин, создания благоприятной среды обучения детей и подростков, а хоккей может стать частью системы образования, что положительно скажется на будущих поколениях.

### **Список литературы**

1. Катки и хоккейные корты ждут жителей во всех районах Карелии// Официальный интернет-портал Республики Карелия. 11.01.2019. Режим доступа: <http://gov.karelia.ru/news/11-01-2019-katki-i-khokkeynye-korty-zhdut-zhiteley-vo-vsekh-rayonakh-karelii/>
2. Мельников И.//Особенности подготовки юных хоккеистов. Режим доступа: <https://www.powerskater.ru/stati-obzory-kommentarii/2019-02-02/i-v-melnikov-osobennosti-podgotovki-yunyx-khokkeistov>
3. Приказ Министерства образования и науки РФ N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта

начального общего образования". 6.10.2009. Режим доступа:  
<http://base.garant.ru/197127/#friends>

Physical culture and sport

## **Hockey is a sport for general education schools of the future in the European North of Russia on the example of the Republic of Karelia.**

**DROZHZHINA Darya**

undergraduate, Petrozavodsk State University  
(Pushkinskaya 17),  
[darya.drozhzhina.99@bk.ru](mailto:darya.drozhzhina.99@bk.ru)

**Keywords:**

sports; general education schools; physical development; physical education program.

**Abstract.** In the twenty-first century, general education schools operate according to the standards of the education system. Such sports as athletics, football, volleyball, basketball, skiing are taught in schools annually, but it is worth examining how schools would change with the incorporation of hockey into the educational curriculum. The advantages and the disadvantages of hockey, which have been identified via a survey of professional hockey players, give a full understanding of the importance of hockey in a child's life.

**References:**

1. Katki i hokkejnye korty zhdut zhitelej vo vseh rajonah Karelii// Oficial'nyj internet-portal Respubliki Karelija. 11.01.2019. Rezhim dostupa: <http://gov.karelia.ru/news/11-01-2019-katki-i-khokkeynye-korty-zhdut-zhiteley-vo-vsekh-rayonakh-karelii/>
2. Mel'nikov I.//Osobennosti podgotovki junyh hokkeistov. Rezhim dostupa: <https://www.powerskater.ru/stati-obzory-kommentarii/2019-02-02/i-v-melnikov-osobennosti-podgotovki-yunyx-khokkeistov>
3. Prikaz Ministerstva obrazovanija i nauki RF N 373 "Ob utverzhdenii i vvedenii v dejstvie federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta nachal'nogo obshhego obrazovanija". 6.10.2009. Rezhim dostupa: <http://base.garant.ru/197127/#friends>