# лёд плавится! ОСССССОВ В ГОРОДЕ





Ассопиация любительского хоккея

Росгвардия - первая пятерка



**Андрей Батурин** 

#### ВОЛЬВО «ГРУПП»

ЗАПАСНЫЕ ЧАСТИ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ДИАГНОСТИКА И ПОЛНОЦЕННЫЙ РЕМОНТ Тел: +7 499 342 77 86 Моб: +7 964 642 77 86 МКАД 53 км, стр.6 www.volvo-group.ru









Российская Федерация, 107076, Москва, ул. Стромынка, 27

Тел.: +7 (495) 534 61 83 Факс: +7 (495) 534 61 53 E-mail: roe@roe.ru Www.roe.ru «Рособоронэкспорт» — единственная в России государственная компания по экспорту всего спектра продукции, услуг и технологий военного и двойного назначения. На долю «Рособоронэкспорта» приходится более 85% зарубежных поставок российского вооружения и военной техники. География военно-технического сотрудничества — более 100 стран.

#### BHOMEPE

Здесь помогут спортсменам	3
Уникальный хоккейный турнир	4
Болгарские игры	5
Абилимпикс	6
А. А. Михеев	10
И.Н. Тузик	14
Мотиваторы и методисты	18
Ностальгия — чувство светлое	20
Росгвардия	24
«Град» 20 лет	26
АЛХ	28
25 лет женскому хоккею	30
50 команд в сезоне	34
Андрей Батурин	36
Следж-хоккей	40
Игорь Захаркин	42
Золотая шайба	46
Морские львы	48
Секция хоккея	50
Режим питания	52
Желание и счастье	53
Статистика хоккея	54
Ядреные технологии	60







#### — ПРИВЕТ СВОИМ!

#### — ПРИВЕТ, СВОИ!



овый сезон начался на всех уровнях довольно успешно. Лето не прошло даром. В этом номере мы рассказываем о многих юбилейных датах как событийных, так и людских. Затронули тренерскую тематику, не забыли о следж-хоккее и детях. Ещё проявился один момент по публикациям журнала, напечатанным в разное время в предыдущих номерах. Всё время приходят письма и идут звонки о продолжении старых рубрик или повторении некоторых рассказов: «Стрижи на льду», перепечатка из старых газет о Харламове, Жлуктове и Фитисове, «Как ЦСКА съездил в Японию», «10 правил любительского хоккея» и многих других материалов. Подумаем над этим вместе с новым нашим партнером — «Рособоронэкспорт». Теперь у нас, при тесной работе с РОЭ, открываются новые возможности по увеличению тиража в несколько раз, расширению географии распространения по всей России и, соответственно, увеличению читательской аудитории для популяризации здорового образа жизни и нашего хоккея, продвижения товаров и услуг, связанных с любимым видом спорта.

Успехов вам в работе с нами в Новом году!

Юрий Блинов Виктор Чириков



Генеральный спонсор издания АО «Рособоронэкспорт»





## ΒΛΑΔИΜИΡΥ ΠΟΛΥΠΑΗΟΒΥ 70 ΛΕΤ

августе 2019 года на льду ГБУ «СШОР № 1» прошел турнир по хоккею с шайбой посвященный 70-летию Мастера спорта, Заслуженного тренера России Владимира Андреевича Полупанова, среди командюношей 2003 г. р. на приз МСМК ЗТР. В турнире принимали участие коман-

ды: «Армада» Одинцово, московские «Созвездие», «Северная звезда», «Белые медведи». В организации турнира активное участие приняло руководство школы и общественность из ветеранов «Динамо» в лице Пашкова А. С., Алексеенко М. И., Арбекова В. Б.





#### НОВЕЙШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ АРЕНЫ

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОРТ С ВЫСОКИМ ОСТЕКЛЕНИЕМ

звуковое оборудование

ЯРКОЕ ОСВЕЩЕНИЕ (500, 800, 1200 LUX)

МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ МЕДИАТАБЛО

**АРЕНДА ЛЬДА: 8 (903) 797 09 00** 



#### СЕВЕРО-ЗАПАД

Москва, ул. Вилиса Лациса, вл. 26

- ЛЕДОВАЯ ПЛОЩАДКА 58X26
- РАЗМЕТКА КХЛ
- СПОРТЗАЛ
- БРОСКОВАЯ ЗОНА
- УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ЗАЛ
- МАХМАТНАЯ ШКОЛА
- СУШКА ФОРМЫ
- ▶ КАФЕ С ПАНОРАМНЫМИ ОКНАМИ
- СЕРВИС (ЗАТОЧКА, РЕМОНТ)
- МАГАЗИН ХОККЕЙНОЙ ЭКИПИРОВКИ
- ДЕТСКАЯ КОМНАТА

#### BOCTOK

Москва, ш. Энтузиастов, вл. 33

- 2 ЛЕДОВЫЕ ПЛОЩАДКИ 58Х26, 26Х14
- РАЗМЕТКА КХЛ
- СПОРТЗАЛ
- БРОСКОВАЯ ЗОНА
- СУШКА ФОРМЫ
- 🕨 КАФЕ С ПАНОРАМНЫМИ ОКНАМИ
- СЕРВИС (ЗАТОЧКА, РЕМОНТ)

#### **3ΔΕCЬ ΠΟΜΟΓΥΤ BCEM CΠΟΡΤΟΜΕΗΑΜ!**



илиал № 5 Главного военного клинического госпиталя имени академика Н.Н. Бурденко, который находится недалеко от станции метро Курская, работает по европейским стандартам лечения. Современное диагностическое оборудование, высокий профессионализм врачей и четкая организация лечебной работы — залог высокой эффективности лечения, обратившихся к нам за медицинской помощью. Обследование пациентов проводится в минимальные сроки, после чего высококвалифицированный врач подбирает индивидуальную тактику лечения. Благодаря правильной диагностике и качественной медицинской помощи сроки лечения любых заболеваний существенно сокращаются.

Учитывая травмоопасность многих видов спорта, особенно востребованными у спортсменов могут стать медицинские услуги травматологического отделения. Здесь оказывается полный спектр высокотехнологичной помощи при спортивных травмах, а также травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Мы используем самые современные методики хирургического и консервативного лечения. Среди них:

- артроскопия суставов (тазобедренный, голеностопный, плечевой, локтевой) — малоинвазивная операция на суставах (без разрезов) с минимальными сроками восстановительного периода;
- остеосинтез оперативное лечение переломов, операция по соединению костных обломков, позволяющая восстановить функции поврежденных костей и суставов;
- реконструктивные операции восстановление деформированных костей и возвращение им возможности нормально функционировать;
- PRP-терапия высокотехнологичный метод лечения травм и ортопедических заболеваний инъекциями собственной обогащенной тромбоцитами плазмы крови, стимулирующими регенерацию тканей (поврежденных связок, хряща суставной сумки и др.)

Для скорейшего восстановления двигательной активности пациентов мы предлагаем индивидуальные программы реабилитации после переломов и растяжений, которые могут включать в себя проведение массажа, физиотерапевтические процедуры, занятия на специальных тренажерах и лечебную гимнастику.

В период лечения и восстановления можно воспользоваться медицинскими услугами специалистов хирургического, урологического, оториноларингологического, терапевтического, неврологического, физиотерапевтического, эндоскопического, рентгеновского, лабораторного, стоматологического отделений, а также отделений ультразвуковой и функциональной диагностики.

Информацию о нас Вы можете найти на нашем сайте: burdenko5.ru

Всем спортсменам — скидки!!!

#### ФИЛИАЛ № 5 РАБОТАЕТ В СИСТЕМЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ

МНОГОПРОФИЛЬНОЕ ВОЕННО-ЛЕЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ФИЛИАЛ № 5 ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ГЛАВНЫЙ ВОЕННЫЙ КЛИНИЧЕСКИЙ ГОСПИТАЛЬ ИМЕНИ АКАДЕМИКА Н. Н. БУРДЕНКО»

МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Филиал № 5 основан в 1951 г. как многопрофильное военно-лечебное учреждение. С 1993 г. является клиническим. В многоэтажном лечебном корпусе располагаются отделения терапевтического, хирургического, диагностического и специализированного профиля. В филиале работают 3 доктора и 14 кандидатов медицинских наук, 2 профессора, 4 доцента, 8 заслуженных врачей Российской Федерации, 2 заслуженных работника здравоохранения, более половины врачей и медицинских сестер имеют высшую квалификационную категорию.

Адрес: г. Москва, Яковоапостольский переулок, д. 8А. Приемное отделение филиала: 8 (495) 9177202

Оказание медицинских услуг: +7 (916) 007-76-84 Адрес электронной почты: gvkg\_f5@mil.ru www.burdenko5.ru Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ФС-99-01-008908 от 05.08.2014 г.

Двери госпиталя открыты для всех желающих, кто готов получить квалифицированную медицинскую помощь



## УНИКАЛЬНЫЙ ХОККЕЙНЫЙ ТУРНИР

По России идет уникальный детский хоккейный турнир с главным призом в 5000000 рублей — такого ещё не было!

егиональная товарищеская хоккейная лига (РТХЛ) на протяжении 12 лет занимается популяризацией и развитием любительского и детского хоккея. За эти годы лигой было проведено более сотни турниров, в числе которых и международные. В сезоне 2017—2018 в рамках чемпионата РТХЛ состоялся первый турнир среди детей 2009 года рождения.

Сейчас в десятках городов России проходят отборочные этапы турнира «Кубок чемпионов РТХЛ». Победитель каждого города получит приглашение на финал, который пройдёт в Москве.

#### Александр Сергеевич Якушев, Президент РТХЛ:

— Детский хоккей — это наше будущее. Сегодня ребята играют в Барнауле, Воркуте, Сыктывкаре, Мурманске, а завтра могут стать игроками КХЛ и сборной. Им нужно дать возможность играть в хоккей, проявить себя. Пусть развиваются, выходят на новый уровень. На таких турнирах проверяется не только мастерство команды, но и каждого игрока.

#### Владимир Грачев, Генеральный директор РТХЛ:

— В прошлом сезоне мы вновь повторили турнир уже для детей 2011 года рождения. Цель этих турниров — подготовить команды к Кубку Москвы, где дети начнут играть на следующий год. Задача лиги не просто проводить турниры среди подрастающего поколения, а сделать их доступными и охватить максимальное число участников. В 2018 году к нам поступило предложение расширить наш турнир до федерального



уровня с соответствующей поддержкой, и мы, конечно же, приняли это предложение. Эту инициативу охотно поддержал президент Клуба «Легенды хоккея СССР» Александр Сергеевич Якушев.

#### Денис Луговой, член Совета Фонда «РТХЛ»:

— Очень приятно, что интерес к «Кубку чемпионов РТХЛ» растет. Наша задача сделать этот турнир интересным, а главное — доступным. Ведь не у всех родителей есть возможность выезжать на турниры далеко от дома. А юным хоккеистам для повышения своего мастерства нужно играть с разными командами. Проведение финального этапа чемпионата будет полностью профинансировано лигой. Хочется, чтобы «Кубок чемпионов РТХЛ» стал радостным событием в жизни каждого ребенка в России. Масштабы турнира впечатляют. Но это только первый шаг, дальше — больше.

«Кубок Чемпионов РТХЛ» проводится в два этапа:

- 1. Отборочный этап турнир проходит в населённых пунктах России, Европы и Азии. Команды победители получают приглашение на Финальный этап.
- 2. Финальный этап проводится в Москве. Все участники Финального этапа получают памятные призы от спонсоров РТХЛ. Игрокам команды, занявшей первое место, вручается переходящий «Кубок Чемпионов РТХЛ» и призовой фонд в размере 5000000 рублей.

Проводя Чемпионат с таким внушительным призовым фондом, РТХЛ делает ставку на то, что юные хоккеисты будут более ответственно подходить к тренировкам, рекомендациям тренера и, конечно же, к результату в каждой игре!

Как будут развиваться события на хоккейных площадках, кто первым возьмет главный приз и чьи имена станут надеждой российского хоккея, мы скоро узнаем на сайте турнира — www.5000000.su





## БОЛГАРСКИЕ ИГРЫ

В сентябре в городе Кранево (Болгария) состоялся 3-й Международный любительский турнир по хоккею с шайбой. В нем принимали участие команды из России, Германии и Болгарии. Победителем турнира стала команда из Москвы ХК Ghostbucters, выиграв все свои матчи.



урнир проходит два раза в год и является для команд завершением хоккейного сезона в мае, и перед началом следующего в сентябре. Болгария встречает команды ярким солнцем и чистым морем, великолепным отелем и прекрасным персоналом.



В турнире принимают участие любительские команды в возрасте от 18 лет.

Соревнования набирают популярность среди российских и европейских команд и следующий турнир планируется с участием 9 команд из России и Европы.





## Межнациональная Хоккейная Лига Юниор

## имени Роберта Дмитриевича Черенкова

проводит турнир 21– 22 декабря в Москве на базе УТЦ «Новогорск»





Роберт Черенков, Заслуженный тренер СССР, Заслуженный тренер России, кандидат педагогических наук, создал Межнациональную Хоккейную Лигу для объединения всех команд бывшего СССР в едином турнире.

1992 год

Становление Межнациональной Хоккейной Лиги

Межнациональная хоккейная лига впервые объединила в себе команды из бывших республик СССР в едином чемпионате.
Президент лиги Роберт Черенков положил начало созданию КХЛ.

1996 Годы процветания и развития

год

С 1992 по 1996 год в МХЛ участвовали команды: «Динамо» Москва, «Лада» Тольятти, «ЦСКА» Москва, «Динамо» Рига, «Динамо» Минск, «Торпедо» Усть-Каменогорск и многие другие.

МХЛ носила международный статус и 3 года подряд была главным чемпионатом России по хоккею с шайбой.

2019 год Перезапуск МХЛ для юниоров

Сегодня мы возрождаем советские турниры, используя годами проверенные методики советской школы хоккея.

Наша цель - сделать детский хоккей независимым от политики и дать возможность детям с самого раннего возраста принимать участие в международных играх и постигать особенности школ хоккея других стран.

Приглашаем команды 2002 — 2011 года рождения принять участие в турнирах МХЛ Юниор. Подать заявку можно по телефону +7 (495) 782-39-32 или на сайте mhljunior.ru

#### С нами уже играют:













# УНИКАЛЬНЫЙ ХОККЕЙНЫЙ МАТЧ ОТКРЫЛ «АБИЛИМПИКС-2019».

Пятый Московский чемпионат профессионального мастерства для людей с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс-2019» стартовал в Москве 19 ноября 2019 г. Этот чемпионат был открыт уникальным товарищеским матчем между командами «Московский ураган» и женской сборной «Луч РГСУ». Команда «Московский Ураган» состоит из спортсменов с нарушением слуха. В составе команды есть хоккеисты-кандидаты в Сборную Москвы и сурдолимпийские чемпионы мира 2013 и 2015 годов, а возглавляет команду Валерий Шакирович Петров — двукратный сурдолимпийский чемпион в составе сборной СССР. «Луч РГСУ» — это первая в России женская студенческая команда, а ее идейным вдохновителем и создателем стала ректор РГСУ Наталья Борисовна Починок. Не обошли вниманием этот матч и почетные гости. Это директор спортивной школы № 2 Москомспорта Олег Иванов и префект СВАО Алексей Беляев. Они выступили с напутственными словами для спортсменов и приняли участие в символическом вбрасывании.

то замечательно, что мы можем провести такую игру у нас в спортивном комплексе. Сегодня мы доказываем, что для спорта нет никаких преград», — сказал Алексей Беляев.

Наталья Починок:

«Сегодня состоится дебют первой и единственной в стране женской студенческой команды. Хоккей объединяет всех. Я впервые буду участвовать в матче в качестве капитана. Ректоры тоже любят хоккей. Надеюсь, что нашему примеру последуют и другие Университеты».

Несмотря на то, что этот матч был товарищеским, на льду развернулись настоящие ледовые баталии. Первыми удалось открыть счет «Урагану» в первом периоде, во втором преимущество возросло до четырех шайб. А вот третий период выиграли девушки, забросив шайбу и сократив разрыв в счете. Победу в матче отпраздновала команда «Московский Ураган» со счетом 4:1. По окончании матча всех участников ждали памятные подарки.

С победой «Ураган»! С дебютом «Луч РГСУ»! Браво «Абилимпикс»!







## СПОРТИВНЫЕ ОРИЕНТИРЫ РОСОБОРОНЭКСПОРТА

В СССР институт государственного посредника в сфере военно-технического сотрудничества был учреждён 8 мая 1953 года, когда распоряжением Совета Министров СССР при Министерстве внутренней и внешней торговли было создано Главное инженерное управление. По мере расширения сфер военного сотрудничества был создан ряд специализированных внешнеторговых организаций. К концу 1990-х годов в России действовали два государственных посредника по экспорту и импорту продукции военного и двойного назначения: «Государственная компания «Росвооружение» и «Промэкспорт». Путём их слияния в 2000 году был образован «Рособоронэкспорт». «Рособоронэкспорт» — российская государственная компания, единственный в России государственный посредник по экспорту и импорту всего спектра конечной продукции, технологий и услуг военного и двойного назначения.

#### — Александр Александрович, в Рособоронэкспорте любят спорт? Как Ваши работники относятся к занятиям спортом?

- Ритм жизни, в котором мы проводим дни, недели, месяцы напряженной работы, к сожалению, очень напряженный и далеко не щадящий. С учетом того, что география нашего экспорта более 100 стран мира, большинство работников Рособоронэкспорта много времени проводят в командировках, при этом часто меняя часовые пояса, климат, на себе испытывая жару, влажность или высокогорье. Поэтому, конечно, как здесь не задуматься о здоровье, правильном спортивном образе жизни? Спорт мы поддерживаем у себя в Рособоронэкспорте, привлекая к участию в спортивных командах как можно больше работников. Более того, у нас есть свои сборные по футболу, хоккею, теннису, волейболу, баскетболу. Сегодня для многих моих коллег здоровый образ жизни, физические нагрузки, полезные для организма, стали частью жизни, помогающей всегда находиться в тонусе, в хорошей форме. Мы знаем, что посещение бассейнов, утренние пробежки или тренировки в фитнес-центрах также включены в ежедневный график значительной части сотрудников Рособоронэкспорта.

#### — Какие масштабные спортивные проекты поддерживает Рособоронэкспорт?

— Если же вести речь о поддержке спорта в России, так называемого большого спорта, то нам, действительно, есть о чем рассказать. Участвуя в многочисленных спонсорских проектах с различными спортивными федерациями, помогая сборным командам или организаторам крупномасштабных соревнований, мы вносим свой вклад в развитие и достижения отечественного спорта.

Взять, к примеру, сотрудничество с Федерацией хоккея России. На протяжении более чем 10 лет мы являемся спонсором сборной России по хоккею и фактически вместе с прославленными хоккеистами страны радуемся их победам и переживаем за поражения. Федерация хоккея России всегда идет нам навстречу и делится с нами своими заслуженными трофеями, разрешая на проводимых в Москве выставках на своем стенде демонстрировать, например, Кубок Чемпионов мира. Это очень почетно и привлекает многих посетителей к нам на стенд для фотографирования с хоккейной реликвией.

#### ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

#### Михеев

#### Александр Александрович

Генеральный директор АО «Рособоронэкспорт» Родился 18 ноября 1961 года в Москве.

#### Образование

- в 1985 году окончил Московский институт инженеров гражданской авиации по специальности «Эксплуатация летательных аппаратов и авиадвигателей»;
- в 2005 году аспирантуру (адъюнктуру) Военной академии Генерального штаба Вооруженных Сил РФ;
- в 2006 году Финансовую Академию при Правительстве РФ по специальности «Финансы и кредит». Кандидат экономических наук.

#### Работа

- с 2001 по 2013 годы работал в ОАО «Рособоронажспорт» на разных должностях. До назначения в 2007 году на должность заместителя генерального директора ФГУП «Рособоронэкспорт» был начальником департамента экспорта специмущества и услуг ВВС ФГУП «Рособоронэкспорт»;
- в сентябре 2013 года назначен на должность генерального директора ОАО «Вертолеты России»;
- в январе 2017 года возглавил АО «Рособоронэкспорт».

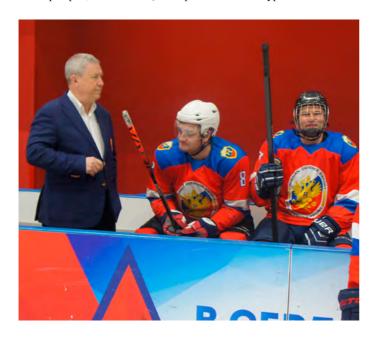
#### Государственные награды

Награжден орденом «За заслуги перед Отечеством» IV ст., орденом Александра Невского, орденом Почета, медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II ст., отмечен благодарностью Президента Российской Федерации и Почетной грамотой Президента Российской Федерации, а также более 10 ведомственными наградами.





Хочу заметить, что в Рособоронэкспорте не только болельщики. У нас много играющих в хоккей работников, есть даже своя команда. А, вообще, в спонсорской «копилке» Рособоронэкспорта — проекты по поддержке пляжного футбола, волейбола, альпинизма, футбола, тенниса, марафона, парашютного спорта. Мы стараемся откликаться на просьбы и проекты не только федерального значения, реализуемые при поддержке Госкорпорации «Ростех», но и регионального уровня.



#### Есть ли у Рособоронэкспорта какие-либо строительные спортивные проекты?

- Сейчас таких проектов нет. Но они могут появиться в рамках новых спонсорских ориентиров Рособоронэкспорта. При этом скажу, что мы много раз оказывали помощь в создании и оснащении спортивных городков в ряде учебных заведений.
  - В каких соревнованиях участвует компания?
- Главными соревнованиями вот уже несколько лет для нас являются «Корпоративные Игры «Ростех», проводимые ВФСО «Трудовые резервы» при поддержке Госкорпорации «Ростех» и Минспорта России. В них наши работники ежегодно принимают участие. Только в 2019 году мы участвовали в состязаниях в Сочи, Москве и Алуште. Среди дисциплин мини-футбол, волейбол, баскетбол, парусная регата, практическая стрельба, шахматы, дартс, большой теннис и легкая атлетика.

Личный пример участия руководителей разных уровней в спортивных соревнованиях положительно сказывается на формировании командного духа, стремлении к здоровому образу жизни, самосовершенствовании. Сильны мы людьми и успехами во всех дисциплинах. Ни одно из соревнований для Рособоронэкспорта не проходит без высоких наград.

Конечно, своей спортивной базы мы не имеем, но вопросы проведения тренировок и игр решаем через аренду площадок для хоккея, мини-футбола, волейбола, баскетбола и плавания или делаем это в кооперации с нашими партнерами. Это важно, так как уже на 2020 год у нас утвержден график участия Рособоронэкспорта в спортивных мероприятиях.



— Александр Александрович, вернемся к хоккею, о котором Вы уже не раз упомянули. Для нашего журнала этот вид спорта — очевидный приоритет. Какое место хоккей занимает лично в Вашей жизни, в жизни компании?

— Если говорить обо мне, то сейчас я больше горячий болельщик, так как непосредственно на тренировки и игры просто не остается времени. Но все-таки я периодически провожу время на льду, мне нравится его чувствовать. Даже совсем недавно я готовился к командной игре, для этого у меня есть всё необходимое спортивное снаряжение: шлем с маской, щитки, краги, налокотники, коньки, клюшки и многое другое. Но пока этого не произошло. В юности я болел хоккеем, играл во дворе, потом тренировался в спортивной школе. С той поры любовь к хоккею сохранилась по сей день.

Два года назад, в 2017 году, мы создали хоккейную команду Рособоронэкспорта, в которую входят, ни много ни мало, мой заместитель Александр Щербинин, другие руководители и простые работники компании. А в спорте как говорят — в раздевалке все равны! Вот так и на тренировках и во время



игр бок-о-бок бьются за победу и начальники, и их подчиненные. Команда регулярно тренируется и принимает участие в различных соревнованиях, включая Гранд-финал г. Сочи.

В этом году наши хоккеисты принимают участие в Чемпионате по хоккею «Трудовые Резервы — РТХЛ» сезона 2019/20. Среди постоянных участников чемпионата корпоративные команды различных секторов экономики и промышленности: Государственная корпорация «Ростех», ПАО «Сбербанк», ПАО «ВТБ» и другие.

#### — Что бы Вы пожелали читателям журнала и коллегам по Рособоронэкспорту?

— В первую очередь хотелось бы всем пожелать не бояться активного образа жизни в любом возрасте, брать своих детей и внуков, жен, мужей и приходить к нам, в спортивные команды Рособоронэкспорта, становиться игроками, болеть за своих родных, подбадривать их и нацеливать на победы.

Желаю каждому из вас крепкого здоровья, бодрости духа, хорошего настроения и больших спортивных достижений.





#### КЛУБ «ЛЕГЕНДЫ ХОККЕЯ СССР»



Уже более 13 лет клуб "Легенды Хоккея" проводит товарищеские матчи в Москве и Московской области, регионах России и ближнем зарубежье. Все они направлены на поддержку и развитие современного спорта, расширение хоккейной географии, популяризацию здорового образа жизни. Визитной карточкой клуба являются мероприятия с участием легендарных советских и российских хоккеистов олимпийских чемпионов, чемпионов мира, участников Суперсерий, обладателей Кубка Канады, кубка Стэнли. Среди них - Александр Якушев, Юрий Ляпкин, Вячеслав Фетисов, Сергей Макаров, Владимир Лутченко, Юрий Лебедев, Виктор Шалимов, Алексей Касатонов, Владимир Мышкин, Илья Бякин, братья Голиковы и другие.



Менеджмент клуба с удовольствием ответит на все ваши вопросы и подготовит наиболее интересное предложение в соответствии с вашими пожеланиями.

ОРГАНИЗАЦИЯ МАТЧЕЙ И МАСТЕР-КЛАССОВ:



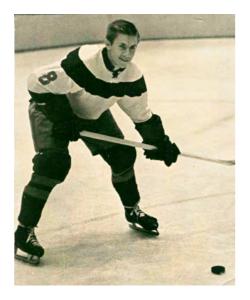
## ВАЖНО ПОНЯТЬ, ВНИКНУТЬ, ОБДУМАТЬ

#### Виктор ЧИРИКОВ

Не каждый может похвастаться — прожить на свете 76 лет и из них 70 дружить со спортом. Он кладезь знаний и баек ещё тех далеких времён о которых сейчас и не пишут, но он помнит их. Помнит и тяжелые послевоенные, веселые шестидесятые, застойные и перестроечные, а куролесица сегодняшних у всех перед глазами.

#### Вы один из «долгожителей» в спорте, в хоккее. С чего все начиналось?

- Я воспитанник московского «Динамо», я жил рядом. В послевоенное время основная масса детей шла на стадионы. В районе стадиона «Динамо» было много спортивных сооружений, где дети проводили всё свободное время. Летом футбол, городки, что угодно, но всё время на стадионе. Спасибо тем послевоенным тренерам, которые заменили нам отцов, вся воспитательная работа шла от них. Я лично благодарен Блинкову, Численко, Семичастному, Квасникову, Толмачеву. Эх, какие имена!
  - Игрок с 1961 по 1971 годов 10 лет.
- Создавалась новая команда «Динамо» Киев и я был по тем временам 3e-4e звено в «Динамо» у Аркадия Ивановича. Но руководство Центрального Совета общества приняло решение по мне.





И я с военной формой (не с хоккейной!) поехал в Киев. Определенное время отыграл в Киеве, стал капитаном, закончил вуз. Были приглашения, но я побоялся пойти к Аркадию Ивановичу на роль защитника в хоккее, хотя он мне предлагал. В футболе я когда-то играл как защитник, но в хоккее я уже был нападающим и принял решение уйти в «Крылья Советов». В этом переходе большую роль сыграл Игорь Дмитриев. Поиграл в «Крыльях», но частая смена тренеров внесла чехарду в эту команду. Ла это и сейчас болезненно бьет по многим коллективам. С приходом Кулагина команда возродилась. Он мне всегда говорил: — Я верю, что ты играть будешь, но ты мне нужен как помощник. И сделал меня помощником для работы с молодежной командой.

#### — Тренер с 1971 по 2001 годов — 30 лет.

— Я непросто отношусь к слову «тренер». У меня тренеры были как отцы, взаимоотношения с ребятами были отцовскими. Тренер должен понимать, когда можно требовать, а когда нужно

объяснить. Надо найти подход к человеку. У нас всегда были трудные ребята, в «Крыльях Советов», когда я стал тренировать, и надо было как-то выплывать. Когда я был где-то капитаном в командах, всегда помогал тренеру устанавливать взаимоотношения с коллективом изнутри. В таких взаимоотношениях можно решить какие-то проблемы. Тренер ищет подход к коллективу и только он может найти сильную сторону в команде.

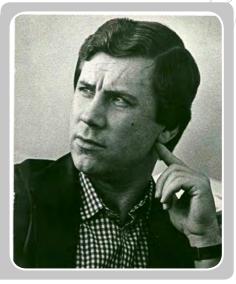
#### Функционер с 2002 года по настоящее время.

- Уже более 40 лет приходится работать со сборными командами, организовывать учебно-тренировочный процесс. Мне важно сейчас, чтобы для сборных команд был создан единый календарь и тренировочная работа по нему. В советское время план создавался сразу на год, являлся основой, под него подкладывался фундамент знаний и денег. Сейчас в финансовом плане стало полегче. Успехи сборных дают о себе знать.
  - О детях, замолвите слово.

#### ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

#### Игорь Николаевич Тузик

(род. 13 ноября 1943 года, Москва) — советский и российский хоккеист, играл в «Динамо» Москва, «Динамо» Минск, «Крылья Советов». Тренировал сборную России, ЦСКА, «Динамо», «Крылья Советов», Кур (Швейцария), хоккейный функционер. Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, Мастер спорта и заслуженный тренер СССР, Заслуженный работник физической культуры. Награжден орденами: «Почета», «За заслуги перед отечеством», «Знак Почета»





Удивитесь. Тяжелее в работе с детскими командами из-за влияния родителей на детей. Они, родители, знают все «лучше» тренеров. На родителей влияют коммерсанты от спорта и на деятельности юных спортсменов. Они «отсасывают» деньги от родителей. Здесь основная сложность заложения фундамента у детей. Сейчас большие вложения, чем хоккей имеют художественная гимнастика, спортивная гимнастика, синхронное плавание. Нет массовости ребят в хоккее, сколько бы катков ни строилось. Точечная застройка домов загубила наши дворовые территории, где можно выйти и покататься ребенку

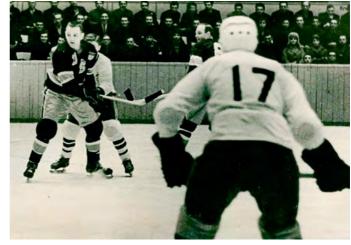
и самому определиться, чем заняться на них. Не стало игровой базы. Я в свое время говорил Фетисову, когда он стал министром, что важно создать условия для детских общеобразовательных школ. Чтобы при каждой общеобразовательной школе был большой стадион. В Москве создали несколько таких школ. Так же все промышленные предприятия имели раньше свои стадионы, чтобы сотрудники и народ мог заниматься спортом на них. При ЗиЛе «Торпедо», АЗЛК «Москвич» и многие другие стадионы «Красный Октябрь», «Буревестник», «Авангард» все были разбросаны по районам Москвы

- Пару слов о «Музее хоккея».
- Музей Хоккея это большой шаг вперед. Это наша история и наше будущее. Много сделано и много предстоит ещё сделать. Да мы отмечаем там разные даты и делаем меняющиеся экспозиции. Но у нас столько различного материала, документов которые разместить пока негде. Надеюсь появится такое большое место в будущем
  - О наболевшем от сердца.
- Во времена быстрых средств массовой информации, таких как интернет и телевидение, печатные издания важны глубиной своей информации. Читая журнал или книгу важно понять,









вникнуть, обдумать, и значит получить больше знаний и образования. Я не могу не сказать о тех журналистах, которые работали и формировали мнение, ещё не совсем далекие времена. Тот же Рубин, Володя Дворцов, Федосов. Это люди, которые формировали направление в спорте, отношение к спорту, футболу, к журналистике. Сейчас я пытаюсь сделать в Сириусе «Введение в профессию». Не все же станут хоккеистами и ребенок-хоккеист должен знать, что не только на хоккее можно закончить свой трудовой путь. Занимаясь хоккеем, мы зача-

стую даже не знаем историю своего клуба. Вот где беда! С нами тоже работали тренеры без образования, прошедшие войну, но они вкладывали в нас желание к жизни, к лучшему для нашего поколения. В хоккей дети приходят как в общеобразовательную школу — с разным уровнем подготовки. И всех надо обучать, а не выгонять. А их в 7 лет уже отчисляют. И это называется вымогательством из родителей на всех этапах. Да много, что лежит на душе о чем могу рассказать, но это не печатное...





## РЕКОРДНЫЕ ИГРЫ «ЗИМНЕЙ КЛАССИКИ» ВНОВЬ ПРОЙДУТ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Тамерлан МИЛЬДЗИХОВ

В декабре в Санкт-Петербурге во второй раз пройдут уникальные хоккейные турниры на футбольном стадионе «Санкт-Петербург».

15 декабря финских и российских болельщиков ждет незабываемое зрелище: игра любимых команд при рекордном количестве зрителей.

19 декабря состоится армейское дерби, в ледовом сражении сойдутся сильнейшие соперники: московский ЦСКА и питерский СКА.



#### КАК ЭТО БУДЕТ И БЫЛО

Стадион «Санкт-Петербург» вмещает 56000 зрителей, но в прошлом году помимо штатных мест были установлены дополнительные выносные трибуны, что позволило увеличить количество зрителей до 60 тысяч. Был установлен рекорд посещаемости хоккейных матчей — игры «Зимней классики» собрали на двух матчах более 139 тысяч зрителей. Действующий рекорд был установлен более 60 лет назад в матче чемпионата мира 1957 года СССР — Швеция, который собрал 55 тысяч зрителей.

#### НЕМНОГО ИСТОРИИ

В середине 40-х хоккей с шайбой в СССР начинался на футбольных стадионах. Ленинградские армейцы проводили матчи на «Динамо», стадионе имени Ленина (нынешний «Петровский), стадионе имени Кирова (предшественник «Газпром-Арены»). Хоккей на месте футбольного поля — это и есть возвращение к истокам. Да, теперь и в футбол иногда играют под крышей, но с точки зрения декабрьской погоды в Петербурге — это только плюс.

#### УНИКАЛЬНЫЕ МАТЧИ

Классические матчи на открытом воздухе — не редкость. Так каждую зиму играют в НХЛ, в европейских лигах и даже в ВХЛ. А вот хоккей на огромном стадионе под крышей может стать уникальной визитной карточкой КХЛ и Кубка Первого канала.

В 2010 году матч открытия чемпионата мира провели в Гельзенкирхене на «Арене АуфШальке». Это аналог зенитовского стадиона — с полностью закрывающейся крышей, выкатным полем и возможностью регулировать температуру внутри помещения. 8 лет тот матч был единственным в своем роде, но в Петербурге повторили немецкий опыт — провели две хоккейных игры за неделю.

«АуфШальке» больше не принимала хоккей, а вот для «Газпром-Арены» ледовый спорт вполне может стать вторым после футбола. Ведь Россия гораздо более хоккейная страна, чем Германия. Впервые хоккейные состязания на футбольном стадионе прошли в 1957 году, когда команду возглавлял Анатолий Тарасов. В 2018 году всем хоккейным сообществом отмечался 100-летний юбилей «отца русского хоккея» Анатолия Тарасова. Анатолий Тарасов и Аркадий Чернышев установили рекорд, который так и не удалось превзойти никому: 9 лет под их руководством советская сборная становилась чемпионом во всех международных соревнованиях.

Ко дню рождения юбиляра был приурочен хоккейный матч Кубка Первого канала по хоккею между сборными России и Финляндии.

Эти матчи стали популярней матчей ЧМ-2018. Чтобы убедиться в этом достаточно взглянуть на цифры посещаемости двух хоккейных «классик» в Петербурге. За противостоянием сборных России и Финляндии следил 71381 зритель, а армейское дерби посетили 67770 болельщиков. Самые кассовые игры — встречу сборных России и Египта в группе и полуфинал между французами и бельгийцами посетили по 64,5 тыс. болельщиков.

#### ЕЩЕ НЕМНОГО ЦИФР

Для создания искусственного льда было использовано более 60 тонн воды и 61 тонна коктейльного льда. Вокруг коробки были возведены выкатные трибуны. Желающих попасть на эти матчи оказалось огромное количество. Только через официальный сайт СКА болельщики раскупили 62% всех билетов.

Это были первые официальные игры сборной России и команды СКА на футбольном стадионе.

Хоккейный клуб СКА даже стал лауреатом национальной экспертной премии Sport Leaders Awards в номинации «Лучшая зимняя классика» за уникальный хоккейный матч между командами «СКА» и «ЦСКА», проведенный на футбольном поле «Газпром Арены», преобразованным в ледовую арену.

Совокупная ТВ и интернет-аудитория матча составила 11 млн человек, более 10 миллионов болельщиков и Рекордные игры «Зимней классики» вновь пройдут в Санкт-Петербурге.

Капризная питерская погода болельщикам и любителя хоккея не грозит — в случае осадков, как и в прошлом году зрителей укроет крыша арены.



# МОТИВАТОРЫ И МЕТОДИСТЫ. ИЛИ ПОЧЕМУ У КУДАШОВА НЕ ПОЛУЧИТСЯ НИ В СКА, НИ В СБОРНОЙ

Максим Лебедев

Все человечество делится на две неравные категории. Категории эти называют по-разному: лидеры и все остальные, полководцы и заместители, ведущие и ведомые. В игровых видах спорта наиболее подходящее определение — мотиваторы и методисты.

ервых в несколько раз меньше, чем вторых. Первым достаются основные лавры в случае победы, но в случае поражений их головы летят тоже первыми. Вторые предпочитают оставаться в тени, но тащат весь огромный пласт черновой работы. Скажем, в СССР, после боев на Халхин Голе, со всех сторон славили комкора Жукова. И совсем немногие слышали про комбрига Богданова, который тогда был у Жукова начальником штаба. А богдановская заслуга в той победе ничуть не меньшая, чем у будущего легендарного маршала.

Первые не могут обходиться без вторых. Даже самый легендарный полководец не сможет одержать ни одной победы, если его армия неделю не ела. Или, скажем, его войскам привезут патроны не того калибра. Или танки наткнутся на неизвестное ранее болото. У каждого полководца должен быть свой штаб, предоставляющий ему всю информацию для принятия решения, и этой информации лидер должен полностью доверять.

Что же касается хоккея, то практически все наши победы ковались не единоличным гением главного тренера, а идеально работающей связкой мотиватора и методиста. У мотиватора Тарасова был методист Чернышев, у мотиватора Тихонова — методист Юрзинов. У Быкова был Захаркин, у Знарка — Витолиньш. И каждый раз вклад второго тренера в победу был ничуть не меньше, чем первого.

Но и вторые не могут обходиться без первых. Потому что только лидер может поставить на карту все, а заместитель в большинстве случаев не рискнет этого сделать, как раз потому, что лучше других умеет взвешивать риски. В 2008-м году, в овертайме квебекского финала на лед в составе российской сборной вышли четыре нападающих и ни одного защитника — «вашингтонская» тройка и Ковальчук. Можете не сомневаться, это было 100% быковское решение. Захаркин в это время в лучшем случае молчал, в худшем — хватался за голову, потому что прекрасно понимал, к чему это может привести. Быков рискнул — и победил. А вот рискнул бы точно так же на его месте Захаркин — вопрос, как говорится, дискуссионный. Скорее всего, вряд ли. Именно поэтому у легендарного Аркадия Чернышева одиннадцать титулов чемпиона мира и лишь два — чемпиона СССР. У не менее легендарного Владимира Юрзинова-старшего тоже золотая россыпь медалей чемпионатов мира и Олимпиад, но ни одного титула чемпиона СССР. А ведь во времена Советского Союза возможностей у МВД было ничуть не меньше, чем у армии. Кстати, Владимир Вуйтек — тоже пример методиста кристальной чистоты, но во время его работы в Ярославле лямку мотиватора тянул (и неплохо тянул) президент «Локомотива» Юрий Яковлев и память о затянутых Петром Ильичем Воробьевым гайках — да, бывает и так. Кстати, комбриг Богданов так и закончил Великую Отечественную войну генерал-майором, командуя дивизиями и корпусами без Жукова у него тоже не пошло.

Было бы верхом наивности предположить, что полководец должен уметь только махать шашкой, а главный тренер петь гимны в раздевалке. Уровень знаний и опыта первого человека в команде должен соответствовать уровню знаний второго. Только в этом случае и рождаются легендарные связки, вписывающие свои имена в историю золотыми буквами. Когда руководители понимают друг друга с полуслова, а еще лучше — с полувзгляда. Когда нет необходимости объяснять этимологию своего решения или предложения — особенно в горячке боя. А это нарабатывается годами, и быстрых рецептов для этого не существует. Еще и потому, что будущий лидер должен пройти все ступеньки, в том числе и методические, и обломать все лишние зубы.

Последним мотиватором у сборной России по хоккею был Олег Знарок, сменивший на тренерском мостике великолепного методиста Зинэтулу Билялетдинова. Кстати, единственная тренерская победа Билла на чемпионате мира случилась тогда, когда роль мотиватора уже по ходу турнира принял на себя Евгений Малкин. Потом мотиватора в сборной Билялетдинова не было, не было и приличных результатов.

На смену весьма неплохой связке Знарок — Витолиньш, явно не выработавшей весь свой потенциал (к слову, потенциал дуэтов Тарасов — Чернышев и Тихонов — Юрзинов был в свое время выжат до капли, а дуэту Быков — Захаркин в сборной требовалась банальная перезагрузка) при-

шел 100-процентный методист Илья Воробьев. Именно по этой причине угробивший два чемпионата мира, в том числе и тот, который очень трудно, практически невозможно было угробить. Мы не знаем и никогда не узнаем, как поступил бы реальный мотиватор в ситуации с «автобусом» в исполнении финских ноунеймов. Потому что такие решения всегда бывают спонтанными, мгновенными и работают лишь один раз, а само умение быстро сгенерировать такое единственно верное решение и отличают мотиватора от методиста. Мы лишь знаем, что Воробьев не смог ничего сделать, и это стоило ему золота чемпионата мира и последующей работы.

На место Воробьева пришел Алексей Кудашов. Который ведет себя на скамейке — в «Локомотиве», СКА и сборной, — как Воробьев. То есть, как чистейший методист. Он может достаточно быстро выстроить команду и подвести ее под общий физиологический знаменатель. Он способен поставить команде игру. Но он не способен заставить своих хоккеистов играть «на разрыв аорты» и, скорее всего, принципиально не способен на нестандартные решения повышенного уровня риска. А без этого в современном хоккее не способен в решающих матчах побеждать даже набор самых высококлассных игроков.

Остались ли в нашем хоккее еще «неокученные» сборной мотиваторы? Их немного, но они есть. Как показывает практика, на одного условного «полководца» приходится 8-10 «заместителей». К хоккейным «полководцам» следует отнести Дмитрия Квартальнова и Петериса Скудру (другой вопрос и тема отдельного исследования: как они не сожрали друг друга во время совместной работы в Череповце и Новосибирске), чуть в меньшей степени — Александр Гулявцев и Андрей Разин. У последних двоих еще не было реальной возможности показать себя, и к тому же, скорее всего, они так пока и не нашли своего «начальника штаба». Как всегда бывает в таких случаях, наверняка есть будущие лидеры и в числе нынешних методистов, то есть, вторыхтретьих тренеров команд, причем не обязательно КХЛ (например, можно обратить внимание на работающего в красноярском «Соколе» Дениса Баева). Кто-то стартует раньше, у кого-то дар прорывается позже.

То есть, земля русская талантами не скудеет. Другое дело, что настоящий лидер практически всегда крайне неудобная фигура. Для всех — и для игроков, и для клубного руководства. Он умеет ходить по головам и эти самые головы рубить, но и в вышестоящий кабинет он, как правило, заходит, выбивая дверь ногой. Как к великим тренерам относятся великие же спортсмены, лично я по молодости понял в подсобке Ледового Дворца ЦСКА на Ленинградском проспекте. Где трехкратный олимпийский чемпион Александр Рагулин, «Большой Раг», уже старый, больной и на костылях, после двух рюмок коньяка страшно, по-черному матерился при упоминании фамилии Тарасова, под руководством которого он завоевал 22 золота Олимпиад и чемпионатов мира — больше, чем кто-либо в мире. Кстати, Чернышева при этом семиэтажном построении Рагулин называл «душкой».

Настоящий лидер — это всегда ходячая проблема. А проблемы нынешнему СКА не нужны. Поэтому вряд ли в обозримой перспективе мы увидим мотиватора на тренерской скамейке сборной. Но это уже совсем другая тема.



### НОСТАЛЬГИЯ — ЧУВСТВО СВЕТЛОЕ

Жизнь беспощадна и ветеранов остается все меньше. Понимая это, но, не желая сознаться, многие ветераны испытывают чувство ностальгии, используют почти любой случай, чтобы собраться, повидаться и улыбнуться своей молодости.



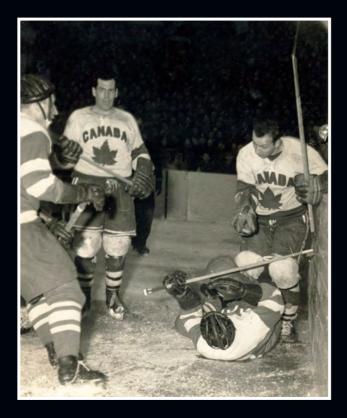
появлением Музея хоккейной славы такие встречи стали проходить чаще, чем раньше. И становятся все больше значительным событием для истинных звезд и их истинных болельщиков. Как говорится, было бы желание, а повод найдется. И вот таким поводом стал выход новой книги Всеволода Кукушкина с весьма претенциозным на-

званием «Легендарные победы большого хоккея».

Вопреки не самым красивым реалиям сегодняшнего дня, настоящие болельщики — фирма «PATRON» со штаб-квартирой в Минске — поддержала идею издания книги. В век интернета это довольно смелый шаг. Сейчас, действительно, можно почти всё найти в этой всемирной сети,

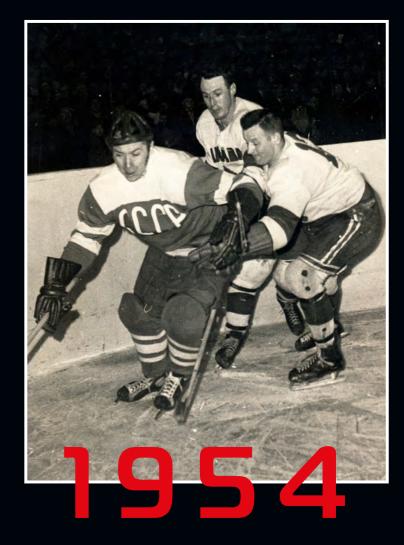






начиная с информации и завершая самыми неожиданными фото. Но все больше людей начинают сознавать, что удовольствие от книги в руках несколько особое, а тем более, если книга еще и хорошо иллюстрирована.

Презентация собрала хоккеистов разных поколений, в том числе и героев самой книги. Щедрые спонсоры вручили всем по экземпляру, а кто спросил, то и по два. И мальчишки из школы «Динамо» оказались, как говорят, не промах, тут же











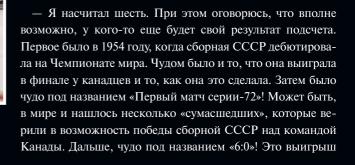


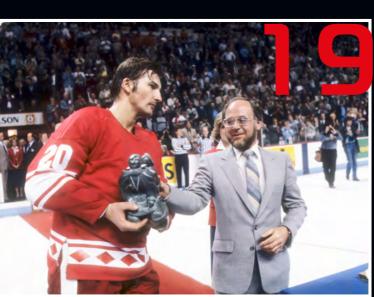


стали брать автографы Бориса Михайлова, Александра Якушева, Владимира Юрзинова и многих других.

#### Откуда взялась идея этой книги?

— Мне надоели американцы. Выиграли разок в 1980 году и вот одолевают вопросом, а как вы переживали тогда? Столько лет прошло, а они никак не угомонятся. Их с тех пор и не видно толком на пъедестале, а всё трещат о «чуде на льду». Чуда никакого не было — сильная команда тогда поплатилась за свое небрежное отношение к сопернику, — так считает Всеволод Кукушкин, который был в тот вечер в Лейк-Плэсиде на стадионе и видел матч воочию. — Но они натолкнули меня на идею посчитать, а сколько чудес сотворили сборная СССР и сборная России.









Кубка вызова в третьем матче, когда решалось всё, а наши ворота доверили защищать, молодому и еще мало кому известному, Владимиру Мышкину. А 8:1 в финале Кубка Канады в сентябре 1981 года! Понятно, канадцы об этом готовы забыть, но нам-то чего стесняться? Так можно заиграться до того, что забудем и Петра I с Полтавой!

- И в новейшей истории есть что вспомнить, чем гордиться. Олимпиада-92, когда нас лишили гимна и флага, но не лишили Родины. И за нее бились и побеждали. Завершил этот ряд автор победой в финале Чемпионата мира 2008 года, когда через 15-летнюю паузу сборная России выиграла золото Чемпионата мира.
- Были ли другие успехи? Конечно, были. И каждый может составить свой список «чудес», и будет прав. Ибо, что называть «чудом»? Это очень личное, у каждого свои воспоминания. Но ностальгия затрагивает чувства каждого, и на душе становится в этом случае светлее.

Презентация книги-альбома (соотношение текста и иллюстраций почти 50:50) стала событием в «Парке легенд». Хочется надеяться, что мимо ярких дат мы не будем проходить. «Иваны, не помнящие родства», это не про нас!

Фото из личных архивов Владимира Набокова, Владимира и Алексея Беззубовых





Не хоккейная предыстория. Первоначальным военизированным органом правопорядка в России была опричнина, сформированная в 1565 году царём Иваном Грозным и расформированная в 1584 году. Затем долгое время в стране не существовало внутренних войск и лишь во времена Российской империи появились гарнизонные войска, а после неё, в 1811 году — Внутренняя стража. С этого момента отсчитывается официальное появление внутренних гарнизонных войск в стране. Затем, 10 мая 1827 года, служба была преобразована в Отдельный корпус жандармов Русской императорской армии, который, в дальнейшем, перешёл под командование МВД Российской империи. После русской революции 26 апреля 1917 года жандармерия была упразднена и разделилась на Красную и Белую гвардии. После победы большевиков в гражданской войне Красная гвардия была переформирована в Конвойную стражу НКВД СССР, которая позднее была реформирована во Внутренние войска МВД СССР. Непосредственно предшествующим Национальной гвардии формирования Внутренние войска МВД России, созданные в 1992 году. В состав войск вошли все бывшие формирования Внутренних войск МВД СССР, дислоцированные на территории РСФСР. Созданные Указом Президента в 2016 году под руководством генерала армии В.В. Золотова войска национальной гвардии Российской Федерации сплотили в себе мощный кулак полицейских и военных подразделений специального назначения.



Бриль П.А., полковник полиции, заместитель начальника отдела служебно-боевой подготовки Управления подразделений полиции специального назначения Росгвардии

#### — Что значит спорт в Росгвардии?

— Спорт в Росгвардии, а тем более в подразделениях полиции специального назначения, основа всей боевой подготовки. Без хорошей физической формы, владения одним или несколькими видами единоборств, поступить на службу в подразделения СОБР или ОМОН практически не возможно. Во всей дальнейшей деятельности сотрудников, начиная с поступления на службу, спорт проходит красной полосой. Сотрудники СОБР и ОМОН при выполнении задач по противодействию правонарушителям должны быть на голову выше в физической подготовке. Здесь же очень важным моментом является командный дух, который присущ выполнению задач в составе подразделения. Поэтому все виды



командных единоборств очень популярны среди подразделений полиции специального назначения.

#### — В какой момент было принято решение о создании хоккейной команды?

— Изначально команда создавалась на базе ОМОН Главного управления МВД по городу Москве. В состав входили 25 сотрудников указанного подразделения. В 2016 году переименована в хоккейную команду «Росгвардия». В 2018 году создан любительский хоккейный клуб «Русь» — сборная сил специального назначения Росгвардии.



#### — Из кого она состоит?

- В настоящее время в команду входят сотрудники и военнослужащие подразделений специального назначения Московского региона, сотрудники и военнослужащие центрального аппарата и вневедомственной охраны.
  - Каким по номеру видом спорта считается хоккей у вас?
- В настоящее время хоккей у нас считается очень перспективным видом спорта. В региональных подразделениях по всей стране существуют свои любительские хоккейные команды и, конечно же, у нас есть одна скромная мечта: проводить свои чемпионаты в системе войск национальной гвардии Российской Федерации.
  - Служат ли знаменитые спортсмены в ваших войсках?
  - Надеюсь такие пополнят наши ряды.

#### Кулагин Д.М., капитан полиции, Главное управление Росгвардии по г. Москве

#### — Какие трудности были при формировании хоккейной команды?

— Больших не было. Сразу нашлись играющие ребята. Самое трудное было создать настоящий, сплоченный коллектив. В настоящее время костяк команды сформирован из ХК «Русь». «Росгвардия» является крепким коллективом, с которым можно смело выполнять поставленные задачи.

#### Какие командные виды спорта являются специализирующими в Росгвардии?

- В Росгвардии из командных видов спорта хорошо развиты хоккей и мини футбол.
  - Есть ли понятие «генеральское» присутствие на играх?
- Безусловно, когда наши руководители приезжают поддержать команду и болеют за бойцов, это сильно мотивирует! Особенно ценно, когда руководство на личном примере демонстрирует волю к победе. Тогда ребят просто не остановить. С каждым годом вовлеченность в хоккей среди командиров Росгвардии продолжает расти и мы с этого года создали команду руководителей, которая активно участвует в соревнованиях.

#### Как поддаются обучению хоккею те, кто раньше просто катался на коньках?

— Когда я впервые собрал ребят, только у двоих-троих была форма полностью, у остальных были только коньки. Мне с ними очень повезло — работоспособность у игроков на высоте, никто ни разу не жаловался на то, что тяжело, хотя тренировались мы с удвоенной силой. Наши соперники были мастеровитые, и давно сформированные, команды! Хотя мои бойцы и были все физически крепкие ребята, в технике и тактике мы первое время отставали. Сделав акцент на отработке технических элементов и увеличив количество игр, мы добавили и в понимании своего поведения на площадке.

#### — В каких соревнованиях участвует команда?

— На данный момент 5 игроков привлекаются в сборную Офицерской хоккейной лиги для участия в НХЛ (Москва). Команда «руководителей» в возрастной группе 35+ играет в Офицерской Хоккейной Лиге в дивизионе «любитель». Команда игроков в возрастной категории 18+ играет в Офицерской Хоккейной лиге в дивизионе «спортшкольник».





# 20 ЛЕТ СООБШЕСТВА КОМАНА «ГРАА»

Одна из самых старых любительских команд в России отмечает свой юбилей. Команда была создана любителями игры в хоккей при поддержке Префекта Юго-Восточного Административного Округа города Москвы в 1999 году и называлась по месту расположения — ЮВАО. Первым боевым крещением стало участие в турнире на Кубок мэра Москвы среди префектур города. Каток в Марьино стал счастливым — заняли первое место. Она много лет подряд становится призёром Кубка префектур Москвы.

пустя 10 лет команда была переименована в XK «Град», а еще через год обрела свой дом под крышей торгового комплекса «Город Лефортово» — полноценную площадку (канадский вариант) с трибуной на 840 мест. Команда побеждала на международных соревнованиях среди пожарных коллективов в США, брала серебро на турнире во Франции, провела серию международных игр в Канаде.

Особое внимание руководство клуба «Град» уделяет воспитанию подрастающего поколения хоккейстов. На базе клуба уже восемь лет функционирует детская хоккейная школа. Возрождение массового детского спорта является одним из главных приоритетов деятельности клуба. По инициативе руководства хоккейного клуба «Град» и хоккейного комплекса были проведены десятки спортивных праздников и турниров, в которых приняли участие сотни юных спортсменов.

В 2013 году благодаря помощи и усилиям руководства хоккейного клуба «Град» образовалась женская команда. Назвали команду «Москвичка». До её основания, многие девушки тренировались и играли в профессиональных и любительских командах (Скиф, Торнадо, Спартак, МХК Лайт, и др.) и принимали участие в различных профессиональных и любительских турнирах, в том числе и в составе мужских команд. В мае 2014 года ХК «Москвичка» принял участие в III Всероссийском фестивале по хоккею среди любительских команд в Сочи, где занял почетное второе место. В том же году команда поменяла название. На данный момент именуется, как женский хоккейный клуб «Град». Он принимает участие во многих региональ-

ных и международных турнирах и не раз становился их победителем и призером.

Особая заслуга клуба и его руководства — это поддержка ветеранов хоккея СССР и России.

#### Приветственное слово А. С. Якушева:

— Дорогие друзья! Случай играет одну из решающих ролей в жизни человека. Так получилось, что именно случай познакомил и подружил наши две команды — «Легенды хоккея СССР» и «Град». Корпорация ТЭН — наш генеральный спонсор, предложил нам в качестве домашней арены прекрасный каток в комплексе «Город» на шоссе Энтузиастов, где уже базировался «Град». С этих пор наши команды идут параллельным









курсом. Приятно общаться на льду и в жизни с близкими тебе по духу людьми. Именно такие — игроки «Града». Это люди, которые любят хоккей, разбираются в нем и делают всё для его популяризации. И не случайно, при клубе открыта СДЮС-ШОР «Град», где детей не только обучают азам хоккея, но, что еще важнее, прививают уважение к традициям отечественного хоккея, своим личным примером показывая силу и благородство этого вида спорта.

Дорогие друзья, желаю вашему замечательному коллективу успехов. Уверен, что и в дальнейшем деятельность XK «Град» будет направлена на укрепление престижа хоккея и его развитие.

#### Павел Буре:

— Хоккейные традиции в Москве всегда были очень сильными. Сейчас этот, по истине, народный вид спорта переживает настоящий подъем. ХК «Град» стоит в авангарде любительского хоккея Москвы, а по количеству организованных турниров является абсолютным лидером. Но самым большим достижением клуба я считаю создание СДЮСШОР «Град». Восхищаюсь энтузиазмом и профессионализмом тренерского состава школы, который за непродолжительное время ее существования уже завоевывает первые места в различных турнирах. Желаю им вырастить новых Олимпийских чемпионов и чемпионов мира. Здоровья вам, побед на льду и в жизни.

#### Г. Н. Мыльников Главный тренер:

— Незаметно бежит время. Кажется, что еще вчера собирались и обсуждали, какой будет наша команда, где она будет играть, в каких соревнованиях примет участие, какой у нее будет статус. Вопросов, без которых немыслима жизнь хоккейной команды, было множество, но одно отцы-основатели знали точно, команда будет существовать за счет энтузиазма

и на основе самофинансирования. Первый шаг на пути к мечте был сделан. С тех пор минуло уже 20 лет. За эти годы нам удалось добиться многого: появилась собственная арена с трибунами для зрителей, команда неизменно становилась призером Кубка мэра Москвы среди префектур, участвовала в международных турнирах, была создана специализированная детская школа, женская команда. Появился официальный сайт, на котором можно оперативно узнать результаты игр и новости команды, посмотреть фото и видео отчеты о матчах. Нам есть чем гордиться, и мы с оптимизмом смотрим в будущее. Клуб продолжает развиваться, впереди нас ждут много интересных и увлекательных проектов. Уже сейчас ведутся переговоры об участии команды в нескольких престижных международных любительских турнирах. Не скрою, приятно чувствовать такое внимание к команде и сознавать насколько вырос авторитет нашего клуба. Со своей стороны, мы открыты для сотрудничества со всеми, кто любит хоккей так же, как любим его мы.



## ΛΕΔ И ΠΛΑΜЯ Β ΑΛΧ

Зинаида БУРАКОВА

Ассоциация любительского хоккея — обратимся к интернет-источникам, которые могут рассказать намного больше, чем сами люди. Большое количество информации, достижения, статьи в СМИ и на ведущих телевизионных каналах — всё это появляется в один момент при запросе названия «АЛХ». И крайне сложно поверить, что во главе Ассоциации стоит не просто президент, а женщина-президент Алина Бородаева. Более двух лет она управляет Ассоциацией любительского хоккея.



#### Алина Юрьевна, Ассоциации Любительского Хоккея уже 2 года. Каких результатов вы достигли за это время?

— Да, в сентябре нам исполнилось 2 года. До сих пор не верится. За 2 года мы приложили титанический труд для того, чтобы организация заработала в полную силу, стала узнаваемой и вела четкую деятельность в сфере любительского спорта. На протяжении двух лет от основания организации, членами АЛХ стали более 150 любительских хоккейных команд, региональные федерации хоккея и 50 крупных организаций, таких как: СПАО «РЕСО-Гарантия», «Росатом», СК «Югория», «КВАЗАР-Лизинг», Saumal, сеть медицинских центров «А-Линия». Также, АЛХ подписало партнерские соглашения с Федерацией спортивных журналистов. В том числе, есть договоренности с ведущими СМИ на освещение мероприятий различного уровня. Социальные ресурсы АЛХ насчитывают более 10000 целевой аудитории, а официальный сайт Ассоциации входит в Рамблер топ-100 и находиться на лидирующих позициях. Ассоциация любительского хоккея занимает первые места среди организаций по проведению любительских спортивных мероприятий и организации хоккейных турниров. Это не может не радовать.

#### — Алина Юрьевна, расскажите об организации мероприятий, которые наиболее Вам запомнились.

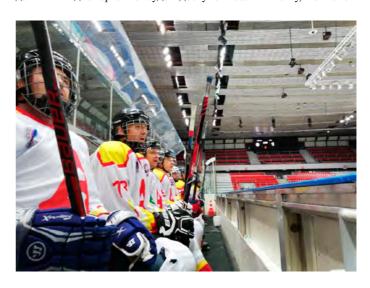
— За эти 2 года прошло огромное количество мероприятий под эгидой АЛХ. Но, наверное, за последнее время наиболее запомнились два мероприятия: Открытие первой выставки в России, посвященной любительскому хоккею в Музее Хоккея и открытие хоккейного сезона 2019-2020 гг. Но обо всем по порядку. Первая в России выставка, посвященная любительскому хоккею, была открыта под эгидой АЛХ и на базе нашего генерального партнера — В Музее Хоккея. Стоит заметить, что данный музей является не менее уникальным, чем АЛХ. Это единственный музей в России, в котором собраны уникальные экспонаты, посвященные хоккею. Участниками данной выставки стали сами хоккейные команды, предоставив просто уникальные

экспонаты. Одной из представленных хоккейных фигурок выставки было более 80 лет!

Открытие хоккейного сезона 2019—2020 прошло также под знамёнами АЛХ. Данное открытие было решено провести на базе ледового дворца «Сокольники» между хоккейными командами, которые входят в состав АЛХ: командами «А-линия» и «ОКА». В качестве почетного гостя на открытии присутствовал легендарный хоккеист, вратарь, заслуженный мастер спорта Мышкин Владимир Семенович. Совместно с ним, мы открыли сезон, вбросив символическую шайбу на лед. Также стоит отметить, что АЛХ является организатором празднований 100-летия легендарного тренера ХК «Химик» Николая Семеновича Эпштейна, которые будут длиться на протяжении года.

## — Во всех социальных источниках перечисляется большое количество услуг, которыми могут воспользоваться все желающие. Алина Юрьевна, можете рассказать об этом подробнее?

— Конечно. Главной целью АЛХ является популяризация любительского хоккея среди простого населения. Но если данный вид спорта не будет доступен большинству, то какой



смысл в привлечении населения к здоровому образу жизни? В самом начале нашего пути мы, в первую очередь, заключили партнерские соглашения с ведущими компаниями, которые предоставляют медицинские, страховые, финансовые и торговопроизводственные услуги. Все наши партнеры дали льготную цену на услуги и продукты для членов Ассоциации Любительского Хоккея. Вот взять, к примеру, медицинские услуги. Наш генеральный партнер, сеть медицинских центров «А-Линия», на протяжении двух лет оказывает льготное медицинское обслуживание игроков и команд в целом. Наиболее частой услугой является заказ выездной медицинской бригады на обследование игроков. Точнее, снятие ЭКГ с нагрузкой. Ведь ни для кого не секрет, что большая нагрузка при занятии спортом ложиться на сердце. И если учесть, что на данную услугу скидка для команды более 70%, то почему не воспользоваться?

Или, к примеру, страхование от несчастного случая. Мы все понимаем, что хоккей — очень травмоопасный вид спорта, и то, что страхование является обязательной составляющей при участии в любых спортивных соревнованиях. Но цена страховой премии очень разнится на рынке. В среднем, чтобы игрок мог застраховать себя на 50000 рублей, ему необходимо заплатить за полис от 700 рублей. Весомая сумма для спортсмена-любителя. Мы же, со стороны АЛХ, провели масштабные переговоры с ведущими страховыми компаниями и сделали льготное страхование по ставке 310 рублей со страховой премией от 100000. Более того, по завершению страхования команд на нас обрушилось большое количество заявок по смежным страховым продуктам. Поэтому на данный момент, все желающие члены АЛХ могут пользоваться льготной скидкой при оформлении страхования различного рода.

- Алина Юрьевна, с какими трудностями вы встречаетесь чаще всего в своей деятельности?
- Хороший вопрос (улыбается). Наверное, одним из наиболее частых препятствий является недоверие. Да-да, когда приглашаешь вступать в Ассоциацию Любительского Хоккея команды, все очень опасаются. Многие не верят, что все услуги, предоставляемые по льготной цене, возможны. То, что можно пройти медицинское обследование по льготной цене, купить инвентарь по оптовой цене, что можно арендовать лед на ведущих катках Москвы и МО со скидкой. Или то, что тебя могут на протяжении сезона приглашать к участию в турнирах, после которых тебе подарят ценные призы. Для нас самое главное это создать все условия желающим, и включить их в хоккейную жизнь. Сделать максимально доступным лед, инвентарь, медицину, участие в турнирах и всё-всё, чего так хотят спортсмены-любители.





# **ШКОЛА ХОККЕЯ НАБОР ДЕТЕЙ**2008-2016 ГОДА РОЖДЕНИЯ

**Старший тренер:** Суярков Сергей Владимирович

- УСПЕШНЫЕ ТРЕНЕРЫ В ДЕТСКОМ ХОККЕЕ
- ОТЛИЧНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Для детей 2008-2010 годов рождения

- ☑ 3 тренировки в зале
- ☑ Одна игра в неделю

Для детей 2011-2016 годов рождения

- **У** 5-6 ледовых тренировок



## КРАСОТА НА $\Lambda$ Ь $\Delta$ У К 25-ЛЕТИЮ ЖЕНСКОГО ХОККЕЯ В РОССИИ

Антон ОСЕЕВ

Первый в истории матч по хоккею с шайбой был сыгран в 1875 году. Вид спорта появился в Канаде как мужской. Всего спустя пять лет в хоккей стали пробовать играть канадские девушки. К началу XX века в Северной Америке существовало уже несколько женских команд.

очти сто лет женский хоккей с шайбой не имел официального статуса. Первый чемпионат Европы был проведен только 1989 году, годом позже состоялся первый чемпионат мира. В семидесятые годы прошлого века в нашей стране развивался только женский хоккей с мячом. Внутреннего чемпионата по хоккею с шайбой и сборной команды страны в Советское время не существовало.

Официальная история отечественного женского хоккея с шайбой началась в 1994 году, когда была принята Программа развития и сформирована сборная России. Костяк той команды составили девушки из «Московских звезд», прошедшие школу бенди. Интересно, что в бенди играла мама трехкратного олимпийского чемпиона, президента ФХР В. А. Третьяка. Первым большим турниром сборной









стал чемпионат Европы в группе «Б», который проходил в Дании в марте 1995 года. «Боевое крещение» наших девушек прошло великолепно: команда под руководством Валентина Михайловича Егорова, обыграв всех соперниц, одержала победу и вышла в группу сильнейших сборных мирового хоккея. Спустя год, в Ярославле, женская сборная России сенсационно завоевала серебро чемпионата Европы в группе «А».

Первым большим успехом российского женского хоккея на мировом уровне стала бронза чемпионата мира 2001 года. Наши девушки уступили только признанным лидерам — сборным США и Канады, однако сумели обыграть в матче за третье место сильную сборную Финляндии.

В сезоне 1995/1996 годов стартовал первый чемпионат России по хоккею среди женщин, участие в котором приняли шесть команд. Первыми чемпионками страны стали москвички из клуба «Лужники». Уже первый сезон показал, что женский хоккей в стране есть не только в столице, и у него есть будущее. В турнире приняли участие команды из Саратова, Красноярска, Москвы и Екатеринбурга. Очень быстро наши клубы заявили о себе в Европе,





пионером стала команда «Скиф» из Нижнего Новгорода, которая в 2009 году овладела Кубком Европейских Чемпионов.

На сегодняшний день женская сборная России по хоккею входит в четверку сильнейших в мире. Хоккеем в стране профессионально занимаются почти 3000 девушек, и их число постоянно растет. Команды из России выигрывают самые престижные турниры.

История, которая началась 25 лет назад, продолжается, и у нее обязательно будет красивое будущее!



## anada, Russia re a tale of **NO Shutouts**

nada women rout: Russians with tough play

By Bob Brown

brown@postbulletin.com

iada and Russia both ded shutouts, but that's similarities ended





sia needed stellar goalig from Irina Gachenand a sensational y-killing performance 1 back Sweden 3-0. Russians' win was a

se. They played Team n in an exhibition Friday in St. Cloud and

sia and Canada now

with Russia, Healey said: "They have a big, strong team; we're not taking anything for granted."

SCORING BY PERIODS

Canada ..... FIRST PERIOD

Scoring — CAN, Drolet (Goyette, Antal) 4:10; CAN, Hefford (Pounder) 5:13; CAN, Bechard (Oulette, Pounder) 12:04; CAN, Sostorics (Goyette, Drolet) 16:28. Penalties — KAZ, Potapova (hold-ing) 6:39; KAZ, Yakovchuk (hooking)

#### SECOND PERIOD

sia and Canada now ach other in the second of pool play at 7:30 p.m. at the Rec Center. Swe- 32 KXXXXXXXIII PPOEt at 14

THIRD PERIOD CAN, Botterill (Bechard,







## **50 ΚΟΜΑΗΔ Β 5 CE30HE**

Лилиана ХОЛОДНЫХ

#### Лига женского хоккея объединила в новом 5 сезоне более 50-ти любительских женских хоккейных команд со всей России.

этом году ЛЖХ проводит свой юбилейный, пятый сезон, в котором 52 команды со всех уголков РФ поборются за звание Чемпиона Лиги женского хоккея. Ежегодно, выполняя колоссальную работу, Лига смогла значительно расширить географию участников и выйти на международный уровень. ЛЖХ находится в постоянном развитии, в сезоне 2019/2020 она будет представлена тремя дивизионами.

Два дивизиона, в которых соревнуются спортсменки старше 18-ти лет, носят имена Олимпийских чемпионов, выдающихся хоккеистов и кураторов, одних из основателей Лиги женского хоккея: Алексея Касатонова и Владимира Мышкина. С самого первого сезона 2015/2016 они активно занимались продвижением Лиги, вносили свой неоценимый вклад в ее развитие и оказывали помощь на всех этапах ее становления!

Дивизион «Олимпийские надежды», в котором играют юные хоккеистки младше 18-ти лет, продолжает расширяться, и если в официальном Чемпионате России эта возрастная группа представлена всего 9-ю командами, то в Турнире ЛЖХ команд этого возраста — 17!

Свой пятый сезон ЛЖХ начинает с поистине эпохальными изменениями. Разделение команд по спортивному принципу на два дивизиона — Касатонова (высший) и Мышкина (первый)

- сложно назвать иначе. При этом следует особо отметить, что это решение не является искусственным. Оно продиктовано естественным ходом развития самой Лиги, в которой за четыре прошедших года сформировался в горнилах хоккейных сражений пул ведущих команд и появилось множество дерзких самобытных коллективов, еще не способных на равных биться с лидерами, но уже успевших доказать, что они пришли в лигу не на один год. Поэтому неудивительно, что пришло время делать следующий шаг. И Лига его сделала. Если внимательно посмотреть на составы групп в дивизионе Касатонова, то выглядят они довольно ровно. Нет ни откровенно проходных групп, ни «групп смерти». Командам есть, за что бороться. Тем более последняя команда группы следующий сезон начнет в первом дивизионе. Никаких переходных матчей и «последнего шанса». Сделано это осознано, поскольку на сегодняшний день практически любая команда из дивизиона Касатонова значительно сильнее лидеров дивизиона Мышкина, и пробиться в высший дивизион из первого через переходные игры, скорее всего, невозможно. И чтобы не превращать низший дивизион в «болото» на ближайшие годы, стимулировать команды на совершенствование спортивного мастерства, было принято такое решение.









Кстати, решение о разделении команд по спортивному принципу на два дивизиона — высший и первый — уже успело доказать свою эффективность на деле. ЛЖХ удалось добиться главного — ликвидировать катастрофический разрыв в уровне команд. И хотя признанные лидеры по-прежнему недосягаемы для остальных, количество откровенно проходных для них матчей сократилось до минимума.

Матчи отборочных этапов турнира ЛЖХ проходят в Сергиевом Посаде, Санкт-Петербурге, Новосибирске, Екатеринбурге, а финал, по традиции, состоится в Сочи. Лига женского хоккея крайне ответственно относится к проведению каждого этапа. В этом году, например, Лига с помощью своего спонсора «МСП Банк» приобрела новый, современный автобус для более комфортного передвижения команд.

Красивые церемонии открытия, напутственные слова от почетных гостей, награждение лучших игроков, интересный хоккей — все это выливается в настоящий праздник для участниц и гостей Лиги.

#### Капитан команды «Рост-Химик» Лариса Теплыгина:

— Сразу хотелось бы поблагодарить Лигу женского хоккея за великолепную организацию турнира. Начиная со встречи команды в аэропорту, заканчивая условиями на ледовой арене — все по высшему разряду. Я в хоккее уже достаточно долго, бывала на разных спортивных базах, но «Пересвет» просто покорил, причем не только меня, но и всех девочек команды. Нам даже показалось, что тут все сделано по образу Швейцарии и Австрии, одним словом — шикарно. Отель, ледовая арена, ресторан, вся инфраструктура в шаговой доступности. Да что тут говорить, в раздевалках даже сауны были. Мы не ожидали таких условий, спасибо Лиге за этот праздник спорта и комфорта!

### Капитан команды «Союз» Ангелина Бычкова:

— Хотим выразить благодарность Лиге женского хоккея за турнир. Каждый год мы ждем эти игры, для нас это важное событие и мы, безусловно, рады, что нам дают возможность поиграть в красивый хоккей с сильными соперниками.

Интерес к женскому хоккею возрастает с каждым днем, а география охватила практически всю страну: от Урала, Сибири, Дальнего Востока до Приволжского, Центрального и Северо-Западного округов. Среди участниц Лиги есть уже свои новоиспеченные «звезды» — игрок женской национальной сборной России Анна Тимофеева; 11-ти кратная чемпионка России, неоднократный призер Кубка Европейских Чемпионов Елена Бялковская; вратарь сборной России по хоккею с шайбой Мария Онолбаева; бронзовые призеры ЧМ-2001 по хоккею с шайбой Светлана Трефилова вместе с Марией Барыкиной.











### Руководитель А.БАТУРИН

Сторона 1

ВЕЧЕР ВДВОЕМ

(А. Батурин — Н. Просторова) — 4.13

ЗДРАВСТВУЙ, КАК ДЕЛА!

(А. Левшин — В. Мозгалин) — 5.01

на ты

(А. Добронравов — Н. Просторова) — 3.08

**ЦВЕТЫ ИЗ ПАПЬЕ-МАШЕ** 

(О. Слободенко — И. Дышиневич) — 4.51

# АЛЬТ С ОРКЕСТРОМ

Виктор Чириков

Серьезно заниматься музыкой Андрей Батурин начал в юные годы. Сначала он интересовался тяжелыми жанрами и играл на соло-гитаре в группах «Арсенал» и «Зеркало». Но затем музыканта увлекло сочинительство, и в конце 80-х годов он переквалифицировался в композитора и продюсера. Стал писать музыку к фильмам и продюсировать музыку молодых композиторов и исполнителей. Он всю жизнь занимался любимыми делами. И это, на самом деле совсем не просто, но ему везло и продолжает везти до сих пор. Юбиляр говорит, что старается сеять разумное, доброе, вечное.

ударные

- Где учились играть в хоккей?
- В принципе, я во всём любитель. Недавно выяснил, что русский хоккей отметил 70-летие и получается, что я всего на 10 лет моложе этого хоккея. С высоты своего 60-летнего возраста, я вспоминаю, что в 5-6 лет уже увлекся хоккеем, смотрел матчи на первом телевизоре КВН с огромной линзой, безумно фанател и знал по именам всех хоккеистов тех лет. Родители покупали мне газету «Советский спорт», откуда я старательно вырезал фотографии наших хоккеистов. Помню, у меня была маленькая пластмассовая клюшка и пластмассовая шайба в далекие 60-е годы и во дворе деревянного дома в Кунцево со своим приятелем Сашкой мы начали играть в хоккей. Потом у меня появилась уже



### ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

### Андрей Константинович Батурин

известный российский музыкант, востребованный академический композитор во многих странах мира, Председатель Евразийского Совета композиторов и музыкальных деятелей, хоккеист-любитель, отец двоих детей. Член союза композиторов РФ член союза кинематографистов РФ, член союза цирковых деятелей РФ. Композитор с «бандитской» фамилией, как называли его коллеги. А он, действительно, может дать по башке, но исключительно за правду. Написал музыку более чем к 40 фильмам, автор четырёх симфоний, восемнадцати малых произведений и более чем двухсот песен. Короче, таких людей не так много.





деревянная клюшка и каучуковая шайба. Ребят было много, а места на катке мало, но мы играли на придворовых хоккейных площадках. Потом была «Золотая шайба», соревнования...

#### — Музыкой, когда начали заниматься?

Сначала я хотел быть хоккеистом, и мама меня повезла на просмотр в ЦСКА. Я вышел на лед ЦСКА и увидел всех известных мастеров: Кузькина, Мишакова, Александрова обалдел, покатался и... меня не взяли. Тут я понял, что надо попробовать в другом месте. И меня взяли в зиловское «Торпедо». У нас была замечательная летне-зимняя команда, потому что зимой мы играли в хоккей, а летом в футбол. Все жители Кунцево тогда фанатели и болели за команду «Торпедо». Многие её игроки-футболисты жили в нашем районе, поэтому я с удовольствием играл за эту команду и уже не стремился к карьере хоккеиста, а просто играл как любитель. Тогда, лет в 13-14, я уже полюбил музыку, полюбил гитару, решил играть и хоккей был мною успешно заброшен. Всё было теперь посвящено музыке, музыка всю дальнейшую жизнь стала сопровождать меня. И только лет через тридцать неожиданное знакомство с Вячеславом Быковым и Игорем Захаркиным, тренировавшим в то время сборную и команду ЦСКА, знакомство с Сафроновым Андреем Николаевичем, который занимался с ХК МВД, возродило мой интерес к хоккею году в 2005–2006. Я почувствовал силу в ногах, руках и понял, что я хочу играть в хоккей, просто как взрослый любитель. Я познакомился со многими ребятами, которые этим уже занимались, увлекся этим и хоккей, буквально, стал превалировать над основной работой. А работал я тогда и в композиторской организации, работал по линии государственной службы. Новые команды создавались каждый день, и мы играли практически каждый день, и мы хотели играть в хоккей. Потом я понял, что хоккей занимает уже очень много времени, что у меня не остается времени на работу и поэтому теперь он строго регламентирован: ветеранский хоккей два раза в неделю плюс игра.

#### — «Комар», что это такое?

— Комар — это такое животное, которое может и укусить и просто кровушки попить, но всегда вовремя исчезнуть, чтобы не прихлопнули. Команда «Комар» — это образ жизни, определенный коллектив, который у нас сложился. И,



куда бы меня ни звали играть, это мой коллектив, это коллектив деятелей культуры, которых я знаю, понимаю со всеми их минусами и плюсами. Я отдыхаю и получаю удовольствие, попадая в эту ауру «Комара», хотя она может быть разной, и приличной и неприличной. Но это для меня такое средство отдыха, такое общение с людьми, которых я не вижу каждый день. Здесь у нас свобода, здесь коллективная игра, в которой



думаешь, как забить шайбу с помощью этих людей, которые сегодня пришли. Хотя, забить шайбу — это работа. Состав у нас всё время разный, у нас меняются тройки, пятерки, двойки, и ты не знаешь, с кем будешь играть в этот раз и должен сотворить историю здесь и сейчас, то есть — выиграть!

### — Будучи уже известным музыкантом, как удавалось совмещать музыку и спорт?

— Я вообще не занимался спортом, и так здоровья хватало. У меня был огромный перерыв с 13 лет до 2006-го года. И только когда я увидел, что наш хоккей жив и познакомился с нашими великими тренерами, вернулся в любительский спорт.

Какую организацию вы сейчас возглавляете?





— Я Председатель Евразийского Совета композиторов и музыкальных деятелей и мечтаю собрать команду из композиторов. Но они, конечно, такие специфические люди, что у меня пока не получается. У нас есть несколько музыкантов: братья Бутманы, Сергей Кристовский, композитор Олег Валента, которые тоже играют в «Комаре», но это ещё не команда. Надо объявление сделать по другим городам.

#### — Спорт работе помогает?

— Спорт не вредит работе, потому что он строго регламентирован. Мне часто предлагают ещё где-нибудь поиграть, но я отказываюсь. Уже хочется и отдыхать иногда.

### Какие планы в работе и в хоккее?

— Я, как продюсер снял несколько художественных фильмов, в том числе и документальных " Повесть о настоящем тренере " о Чернышеве А. И. и " Путь домой " о Мальцеве А. Н. Теперь в планах доснять фильм про Виктора Григорьевича Шувалова пока он жив, пока история о нем жива. У нас уже отснята половина, не можем закончить. Снять фильм про своего любимого хоккеиста Анатолия Фирсова, я считаю его выдающимся хоккеистом. В анналах истории должны сохраняться книги и фильмы о наших великих спортсменах. Буду продолжать писать музыку на спортивные темы, потому что я единственный написал концерт для альта с оркестром, который исполнялся на Олимпиаде в Сочи, в честь всех победителей Олимпиады. Это музыка на спортивную тему, если говорить о музыке и спорте. В общем, жить и работать! А что ещё надо?



### ПОГОВОРИМ О СПОРТЕ И ДУШЕ

Зинаида БУРАКОВА

Вопросы о спорте и душе... Насколько они интересны! Что может быть общего между столь разными сферами?? Насколько душа находится в согласии с организмом? Как правильно интерпретировать поговорку «Здоровая душа — здоровое тело». Согласитесь, о таких вопросах мы редко задумываемся. Но когда всё же затрагиваем такие вопросы, ответа мы чаще всего не получаем...

осле написания ряда статей о душе и спорте, ко мне стали поступать вопросы не только от спортсменов-любителей, но и от глубоко верующих людей. Вопросы, в которых я совсем не разбираюсь. На протяжении трех месяцев я собирала наиболее актуальные вопросы и в данной статье, благодаря отцу Владимиру, я постараюсь на них ответить.

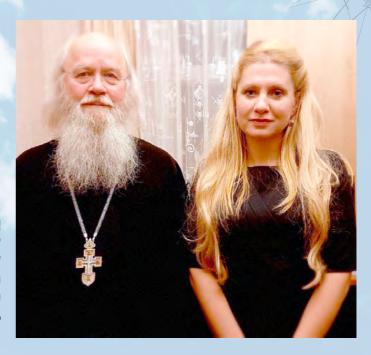
### — Отец Владимир, какие общие составляющие объединяют любительский спорт и веру?

— Давайте задумаемся, что объединяет веру со спортом? Для более полного понимания, я бы хотел напомнить слова Апостола Павла о вере, которые он раскрывает в одном из своих посланий. «Вера — есть осуществление ожидаемого и уверенность в невиданном». Духовную жизнь Апостол Павел сравнивает со стадионом, где люди бегут. Своими словами, я бы пояснил слова не иначе как: «если бежишь — беги быстрей». Иначе говоря, если ты хочешь спастись, то скорее беги в духовном смысле. В другом месте он говорит о том, что спешите делать добро. Я долгое время не вчитывался в эти слова, хотя читал постоянно, изо дня в день от начала до конца, от конца до начала и далее...

На памятнике доктору Гаазову, очень известному тюремному врачу XIX века, выгравированы слова: «Спешите делать добро». Вы спросите почему? Потому что можно не успеть сделать то, что ты должен сделать. Можешь не успеть, потому что жизнь может внезапно закончиться, а ты не поспешил, ты поленился, ты не побежал делать добро, отложив это, допустим, на завтрашний день. Ведь в спорте тоже нельзя откладывать ничего на завтрашний день. Если заниматься спортом, то сегодня. Именно это объединяет занятия спортом с Верой. То есть, нам нужно поражать результатами. Если спорт поражает результатами зрителей и самого человека, то в религиозной жизни — мы можем окружающих людей не поражать, но приближаться всё время к Богу, к невидимому.

— Отец Владимир, среди больших поклонников любительского спорта есть много глубоко верующих людей. Но принимать участие в занятиях хоккеем они боятся. Как Вы думаете, что нужно для того, что бы глубоко верующий человек стал заниматься любительским спортом?

— Я думаю, что многое, безусловно, зависит от пропаганды здорового образа жизни. И этим, по моему мнению, должно заниматься государство. Потому что государство имеет все рычаги воздействия, но не прямого управления, а косвенного или через



средства массовой информации. Ведь, правда? Стоит вспомнить, как в советское время под включенный телевизор или радиоприемник проходила энергичная физкультурная зарядка. И люди слушали и делали, двигались в такт услышанным упражнениям. И это проходило на государственном уровне, на всю страну. Другое дело, что человек мог принимать это для себя, а мог и не принимать.

С другой стороны, я знаю некоторых священников, которые занимаются любимым видом спорта. Я даже знаю, что митрополит Антоний Блум, очень известный богослов XX века, сын известного дипломата, занимался теннисом. Я не знаю, насколько долго длились его занятия, но то, что он занимался им, я доподлинно знаю. Знаю священников, которые не ради побед, а просто именно ради здоровья также занимаются спортом. Они нуждаются действительно в том, чтобы приобрести какую-то животворную энергию. Кто-то занимается хоккеем, кто-то на коньках бегает, кто-то зимой на лыжах старается преодолеть расстояние, кто-то на велосипеде летом или на роликовых коньках едет. Я думаю, что любой добрый пример заразителен. Именно, заразителен! Поэтому здесь не только государство пропагандирует здоровый образ жизни, но и мы тоже этим занимаемся. Мы хотим всё-таки быть в более-менее здоровом состоянии. И если я буду заниматься какими-то физическими упражнениями, возможно, мои собратья тоже захотят заниматься какими-то своими видами спорта. Это и есть хороший пример, который, так же как и дурной, заразителен.

Вот еще один яркий пример. В России стали намного меньше употреблять спиртного. И почему же? Конечно, потому, что запретили рекламу алкоголя на телевидении. С другой стороны, идет волна пропаганды здорового образа жизни с разъяснением о том, что алкоголь и спорт несовместимы. Это тоже дает свой результат.

Причем нет ничего предосудительного и плохого в том, что человек занимается каким-либо видом спорта, берёт на себя физические нагрузки. Мы знаем то, что в дореволюционной России почти всё население было занято сельским хозяйством. Это огромный физический труд. За счет таких трудовых нагрузок население и было относительно здоровым и подтянутым. В наше же время спорт, это, можно сказать, относительная роскошь. Мы привыкаем к сидячему образу жизни и малоподвижности. Движение мы заменяем поездкой в машине или общественным транспортом, а это неправильно. Занимайтесь спортом и одновременно не забывайте о своей душе. Как говорится в здоровом теле — здоровый дух!



етская сборная России по следж-хоккею стала серебряным призером международного турнира International Youth Sled Hockey Invitational, который прошел в ноябре в Гранд-Рапидс (США, штат Мичиган). Российские следж-хоккеисты впервые встретились с тремя сильнейшими детскими командами американской лиги: Space Coast Blast (Флорида), Hope Inc. Hurricanes (Миннесота), Grand Rapids Sled Wings (Мичиган). В напряженной борьбе российские следж-хоккеисты выиграли три матча и вошли в финал, где уступили чемпиону США 2018/2019 — команде «Space Coast».

#### Андрей Иванов, главный тренер сборной

— Наши спортсмены большие молодцы: провели 4 матча за 2 дня — это колоссальная нагрузка. В России никто не играет в таком ритме, с такой скоростью и количеством



силовой борьбы. Даже наши лидеры из тульского «Тропика» и Оренбурга столкнулись с таким впервые. Я считаю, что это отличный опыт. Мы сыграли с лучшими командами американской лиги — чемпионами США этого года, а всего в американском чемпионате выступает более 40 команд. Наша сборная выглядела достойно, победила в трех матчах из четырех. Мы, безусловно, можем гордиться ребятами! Показали характер. Но в игре надо прибавлять — я увидел, над чем нужно работать, и мы будем расти и двигаться к новым побелам»

Участие в международном турнире такого уровня для юных российских следж-хоккеистов — это не просто соревнования, но и интернациональное общение, изучение стиля игры американских команд. Наша Сборная отметила, что в Соединенных Штатах Америки лидеры играют в организованный, приближенный к взрослому следж-хоккей. Влияет на это, в том числе, и возраст игроков: в США в таких турнирах участвуют ребята 14—17 лет. И опыта выступления на крупных чемпионатах у них гораздо больше, чем у российских спортсменов.

### Артур Галстян (Оренбург) (на фото дает интервью в микрофон) форвард силового плана

— Уровень соперника кардинально отличается от уровня наших русских команд. Они играют более слаженно, более тактически обучены, могут спокойно поменяться позициями: защитник занять место нападающего и наоборот. Причем смена позиций происходит постоянно, они не стоят на месте





#### Андрей Иванов, главный тренер сборной

— Нашим спортсменам нужно больше участвовать в турнирах: не только внутри страны, но и за рубежом, особенно в Северной Америке, потому что команд такого уровня ни в Европе, ни в России нет. Необходимо еще раз оценить уровень игроков сборной России, ориентируясь на приобретенный опыт, и уже на основании этого формировать будущий состав молодежной сборной.

Помимо спортивной составляющей для ребят была разработана обширная досуговая программа. Основная цель участия команды в турнире The 1st Annual International Youth Sled Hockey Invitational — знакомство с культурой другой страны, обмен опытом в области адаптивного спорта и интернациональное общение.

Напомним, в ноябре 2018 года Детская сборная России по следж-хоккею выиграла на международном турнире Cruisers Cup-2018 в Брамптоне (Канада, провинция Онтарио).

Детская сборная России состоит из ребят с инвалидностью младше 18 лет. В сборную входят спортсмены из 7 клубов российской Детской следж-хоккейной лиги.

Главный тренер «Детской сборной России по следж-хоккею» — Андрей Иванов, с 2012 по 2017 год входивший в состав тренерского штаба Сборной России по следж-хоккею. За этот период национальная команда дважды становилась призером Чемпионата Мира, стала



победителем чемпионата Европы и завоевала серебряные медали Паралимпийских Игр-2014. В настоящее время Андрей Васильевич — руководитель и главный тренер детской следж-хоккейной команды «Аврора» из Санкт-Петербурга. Именно Андрей Васильевич привел к «золоту» сборную Детской следж-хоккейной лиги на первом международном турнире Cruisers Cup-2018 в Канаде.



## НЕКОТОРЫЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ДЕТСКОМ ТРЕНЕРСТВЕ

Игорь ЗАХАРКИН

Тренерство — это наука, которая таинственным образом переплетается с интуицией, а жизненный опыт дополнен логическими измышлениями. Здесь необходимо мгновенно принимать ответственные решения и быть абсолютно убежденным в их правильности, уметь вести за собой 20-25 иногда неуверенных, иногда самоуверенных, но амбициозных и неустрашимых детей — нет парней! Ближе которых во время матча для тебя нет, которых ты подвел к этой игре через длительные тренировки и личное общение с каждым из них.



в тебя. Будь мудрым и справедливым! В детском возрасте закладываются основообразующие элементы хоккея. Они повторяются много раз до полного усвоения. В процессе тренировок дети совершают ошибки и очень чувствительны к любым указаниям на их недостатки. Только важные слова тренера, как человека, обладающего авторитетным мнением, окажут поддержку и правильное влияние на юного спортсмена.

Однако, главное значение, по-прежнему, имеет желание тренера научить детей играть в хоккей и умение правильно организовать тренировочный процесс, сделать его увлекательным, разнообразным и запоминающимся. Для этого тренер, должен правильно понимать методику тренировок, любить детей и быть терпеливым. Помни, детский хоккей — искренний, радостный и решительный — здесь атаковать хочет каждый!

Позвольте ребенку поиграть на различных позициях (защитник правый-левый, нападающий крайний-центральный) и самому понять, где играть удобнее. А Вы — сможете определить его амплуа.

### ПРОВЕРЬ СЕБЯ НА ПРОЧНОСТЬ

Какими же талантами должен обладать тренер? Можно найти разные мнения. Однако, ясно одно: желание тренировать и развиваться самому, как личности — самый главный талант. Ведь тренер — это не только педагог, но и организатор, родитель, психолог в одном лице. Детство и юношество — это время познания и выбора жизненных приоритетов, время задуматься о своем профессиональном будущем. Тренеру важно не упустить этот момент и начать активно формировать мотивацию для занятий спортом.

Вам, как тренеру и педагогу, важно создать такую атмосферу в команде, при которой игроки с нетерпением будут ждать следующего занятия. На тренировке дети должны получать только положительные эмоции, встречаться с друзьями, переживать напряжение тренировок и борьбы, раскрывать в себе новые возможности. Необходимо обратить внимание на методичность обучения, при которой игроки четко усваивают тренировочный материал, думают, повторяют, шлифуют навыки, превращая их в умения, но не стремятся добиться быстрого результата!

С увеличением количества тренировочных занятий и участия в соревнованиях повышаются и требования к эффективности и результату спортивной деятельности. Важно помнить о том, что занятие спортом доставляет удовольствие, ребенку должно быть интересно обучаться новым двигательным действиям и навыкам. Условно этот мотив занятия спортом можно назвать «двигательная радость». Только понимая мотивы и управляя ими, тренер может увлечь детей хоккеем и формировать их как личностей. Результат отдельного матча не ставится во главу работы тренера и не является оценкой его труда. Ответственность за результат в отдельном матче часто заставляет и игроков, и тренера испытывать излишний стресс, что тормозит развитие. Важно понимать, что терпение и планомерное развитие юного хоккеиста важнее кратковременного успеха. При планировании занятия важно учитывать ожидание и настроение юных хоккеистов — тренировка должна отличаться от тренировки взрослых спортсменов. Помните, поступательное развитие важнее сиюминутного результата.

Процесс управления командой сложный, требующий постоянной подготовки, учёта различных деталей и точного планирования. Тренеру нужны знания в области теории и методики хоккея, психологии, физиологии, биохимии, биомеханики, в вопросах питания и администрирования и т.д.,

и т.п. Но самая главная задача, которая поможет успешно развиваться коллективу — это объединение спортсменов и тренерского коллектива, чтобы все члены команды чувствовали себя соучастниками процесса и отдавали все силы достижению результата. Необходимо уметь работать в команде. Привлеките 3—4 тренеров (в том числе из числа родителей) для повышения эффективности тренировочного процесса.

В твоей тренерской команде у каждого специалиста могут быть свои сильные стороны — некоторые хороши в создании нужной атмосферы в коллективе, у кого-то лучше получается проведение тренировок по физической подготовке, кому-то дается решение административных вопросов. Следует помнить, что для успешного функционирования команды нужно решать очень много задач. Но для тебя, как тренера команды, основная задача — найти применение лучшим качествам каждого члена команды и создать коллектив, в котором ответственность распределена, а ты осуществляешь общее руководство. Это даст возможность тебе не только совершенствоваться в тренерском искусстве, но и освободит время для индивидуальной работы с каждым хоккеистом и прогрессу команды.

Работать в команде — это хорошая возможность учиться, принимая компетентность другого специалиста на благо команды. Не следует думать, что на выработку общей стратегии коллективом тренеров тратиться больше времени, что быстрее и легче решать самому. Существует большой риск, что ты упускаешь, теряешь какие-то важные нюансы и не раскрываешь полностью потенциал команды. Вместе с другими членами тренерской группы определяются участки работы, зоны персональной ответственности, при этом ты фокусируешь свое внимание на наиболее важном. У вас появляется возможность понимать, что происходит в команде с различных точек зрения, появляется полная информация о состоянии дел в команде.

Необходимо остановиться на стиле управления тренировочным занятием. Многие тренеры делают одинаковую ошибку: пытаются навязать игроку собственное видение хоккея, способы решения хоккейных эпизодов и выбор технико-тактических действий в соответствии с собственным восприятием, зачастую игнорируя индивидуальные особенности хоккеиста, его желание и способности в познании хоккейной мудрости и уровня подготовленности. Помните, что хоккеист — равноправный персонаж в процессе хоккейного воспитания. Поэтому тренеру важно найти адекватные формы в управлении тренировочным процессом, которые подходят тренеру, но в первую очередь, подходят игрокам. Важно, чтобы тренер указывал не только на недостатки, но и показывал хоккеисту, что он делает хорошо.

### ПОБЕЖДАЙ С КОМАНДОЙ

Существуют различные способы, как давать инструкции хоккеисту. Различные тренировочные формы требуют различных способов подачи инструкций. Очень часто тренер должен быть активным, быстро принимать решения, иногда изменять способ подачи инструкций в ходе одного тренировочного занятия. Например, когда занимаешься тренировкой технических элементов можно использовать показ всего приема или использовать метод поэтапного обучения. Постоянно находитесь в поиске лучших для хоккеистов приемов об-



учения. Тренер может остановить выполнение упражнения и расчленить его по небольшим фрагментам, чтобы хоккеист понял смысл и думал об этом при выполнении целостного упражнения.

И, наконец, последнее замечание, которое необходимо сделать, касающееся стратегии развития клуба — это перемещения игроков в старшую или, наоборот, в младшую группу. Примите в расчет, что созревание игроков происходит индивидуально, также, как и в спортивном аспекте, хоккеисты развиваются в различном такте. Некоторые хоккеисты имеют более медленное развитие, но позже догоняют сверстников, а зачастую, перегоняют. И наоборот, лучшие в детском возрасте со временем проигрывают в своем развитии товарищам.

Для юного хоккеиста полезно находиться в окружении спортсменов с одинаковым уровнем хоккейного развития. В связи с этим, иногда игрока старшего возраста целесообразно перевести в младшую группу и, наоборот, одаренным хоккеистам младшего возраста разрешить тренироваться и играть с более взрослыми спортсменами. Взаимоотношения внутри клуба должны быть выстроены правильно, в частности, между руководством и тренерским составом.

Безусловно, перемещение игрока в низшую группу очень чувствительно. Здесь необходим открытый диалог с игроком и его родителями. Нужно, чтобы все участники педагогического процесса правильно оценивали ситуацию и делали лучше для самого хоккеиста. В тоже время, как только хоккеист начинает делать успехи, его необходимо перевести в свою возрастную группу. Задача клуба — способствовать развитию спортивных задатков молодых спортсменов, поэтому все решения должны приносить пользу хоккеистам и приниматься в условиях открытого диалога всех заинтересованных лиц.

### ПЛАНИРУЙ ТРЕНИРОВКУ

При планировании тренировки всегда нужно думать о том, чтобы занятие приносило максимальную пользу хоккеистам. Таковой становится тренировка, где игрокам предлагаются трудные упражнения, но интересные.

Занятие должно проводиться на хорошем эмоциональном уровне, когда игрокам понятны задачи и цель упражнений. Такая тренировка повышает интерес, приносит радость, даже если исполнение дается трудно.

Занятие становится «живым», доставляет радость хоккеистам и способствует развитию тех качеств и навыков, которые хочет развить тренер. Важно скомпоновать тренировку так, чтобы ее эффективность была максимальной.

Первое — тренировка должна быть развивающей. При этом совершенствуются, как индивидуальные качества хоккеиста, так и взаимодействия внутри команды. Тренировка должна быть разнообразной, активной и проводиться на хорошей скорости.

Второе — отношение тренера к проведению занятия. Тренер должен одинаково относится ко всем хоккеистам, поощряя и стимулируя их к выполнению заданий. Надо стремится, чтобы в команде во время тренировки была атмосфера товарищества, когда все члены команды участвуют в решении различных командных задач. Таким образом, налаживается не только командная игра, но и создается дружный коллектив.

Третье — тренировка должна быть запоминающейся. Каждое упражнение подбирается таким образом, чтобы происходящее вызывало большой интерес, мотивировало на высокую активность и концентрацию хоккеистов. Подбирайте упражнения



достаточной сложности, чтобы спортсменам было интересно их выполнять.

Иногда тренеры используют тренировочные средства, заимствованные у коллег или предлагаемые федерацией, не всегда понимая, что правильно, и какие ошибки они делают в работе с хоккеистами. И что особенно опасно, так это — потеря креативности, радости и желания придумывать новые упражнения, импровизировать.

### СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА НА СЕЗОН

Вид деятельности	Дата	Объяснение занятия
Команда		Групповые упражнения, которые помогут членам команды лучше узнать друг друга.
Физическая тренировка		С чего начать тренировку? Как много раз в неделю? Увеличивать ли количество занятий?
Индивидуальные беседы с игроками		Ставьте индивидуальные цели и создавайте благоприятную атмосферу и взаимопонимание между игроками.
Тренировка вне льда.		Когда лучше начать тренировку вне льда? По каким дням? Сколько раз в неделю?
Проверки		Что подвергнем проверке: выносливость, силу, скорость, гибкость?
Тренировка на выезде		Запланируйте выездную тренировку с тренировкой на льду, вне льда (физ. нагрузки) и матчем.
Соревнования		В каких соревнованиях примет участие команда?
Собственные технические приемы		Каждый игрок должен выработать индивидуальные технические приемы и отработать их.
Правильное питание и распорядок дня		Говорите с игроками и их родителями о важной роли правильного питания и сна в достижении спортивного успеха.
Прочее	·	собственные предложения.

Необходимо подчеркнуть, что тренер должен постоянно думать о своих игроках, подбирать упражнения, нужные для развития хоккеистов. При этом не забывайте, что каждому хоккеисту нужен индивидуальный подход и разное время для усвоения того или иного технико-тактического элемента.

Используйте полученные Вами знания творчески, доверяйте вашей интуиции, добивайтесь претворения в жизнь Вашего видения игры. Находите собственный путь для постоянного развития своих хоккеистов.

### ПРОСТЫЕ АЛГОРИТМЫ

Алгоритм управления тренировочным занятием прост:

- демонстрация
- тренировка-инструктаж (подсказка)
- тренировка с усложнением выполняемого элемента

Во время тренировочного занятия происходит большое количество проблемных ситуаций, при решении которых совместными усилиями тренера и его воспитанниками создаются отличные возможности для развития интеллектуальных способностей хоккеистов.

От того насколько тренер владеет искусством стимулировать мыслительные способности спортсменов будет зависеть то, так быстро будет развиваться хоккеист.

Вместо четких инструкций ставьте проблемные вопросы, создавая возможность хоккеистам самостоятельно решать, например, тактические задачи.

При решении тактических задач можно варьировать инструкциями следующим образом:

- изменять исходные условия игровой ситуации;
- позволять игрокам самостоятельно решать игровые задачи, давать игрокам намеки, какие-то основные направления,
   чтобы стимулировать способность игроков размышлять глубже и видеть игровую ситуацию шире;
- обсуждайте, ищите альтернативные решения, дискутируйте с вашими воспитанниками.

### ЧЕТЫРЕ ОСНОВНЫХ КАЧЕСТВА ХОККЕИСТА

- 1. КАТАНИЕ «А» и «Я» в хоккее это умение отлично кататься на коньках. Хоккеисты любого возраста должны тренировать технику катания постоянно. Без отличного катания игрокам гораздо труднее выполнять дриблинг, делать передачи и бросать по воротам.
- 2. ВЛАДЕНИЕ КЛЮШКОЙ Это, возможно, самый сложный элемент из всех входящих в подготовку хоккеиста. Владение отличным дриблингом дает возможность обманывать противников, создавать отличные возможности в атаке и забрасывать шайбы.
- 3. ПЕРЕДАЧИ Передачи делают хоккей командным видом спорта и игрой, в которой задействованы все игроки. Помочь товарищу по команде забросить шайбу в этом и есть смысл передач. А заброшенная шайба это радость для всех.
- 4. БРОСОК Заключительная и самая важная фаза атаки сделать результативный бросок и забросить шайбу. Совершенствуйте технику бросков постоянно. Не забывайте тренировать бросок даже летом, когда нет доступа ко льду.

### мотай на ус

- Повышайте активность игроков.
- Усиливайте позитивные действия.
- Улучшайте всё то, что было хорошо выполнено.
- Называйте игроков по имени во время подачи инструкпий.
- Будьте активны во время тренировки, размещайтесь ближе к хоккеистам.
- Будьте готовы изменять тренировочные упражнения, усложнять игровые ситуации.
- Помните, что игрокам нужно различное время чтобы научиться одним и тем же приемам, поэтому повторяйте выполнение приемов часто.
- Повторение, углубление и усложнение упражнения это путь, который ведет к совершенствованию!
- Всегда идите от простого к сложному и от медленного исполнения технического приема к выполнению того же элемента на максимальной скорости.



# 55 CE30H «ЗОЛОТОЙ ШАЙБЫ» новые вызовы на пути к традиционным целям

Алексей ТАРАСОВ — Президент Клуба «Золотая шайба»

Перед новым годом, в декабре, Клуб отметит своё 55-летие. Если задуматься о том, как поменялась страна, общественный строй, сама жизнь за прошедшие с момента образования «Золотой шайбы» годы, можно утверждать, что само существование Всероссийского клуба юных хоккеистов — уже достижение! На протяжении более чем полувека организация, родившаяся в эпоху великих побед советского спорта и фантастического энтузиазма смогла пронести свою основную миссию воспитания тысяч мальчишек и девчонок через любовь к спорту, развития лучших качеств личности, востребованных при любом общественном строе, и, несомненно, формирования того широкого фундамента, на который опирается хоккей высших достижений, хоккей, которым будет всегда гордиться Россия.



олувековая история Клуба «Золотая шайба» — это сотни тысяч захватывающих и бескомпромиссных матчей, десятки тысяч завоёванных медалей, сотни игроков, подготовленных для профессионального спорта, лучшие из которых золотыми буквами вписали свои имена в историю мирового хоккея... Но главное достижение, которым «Золотая шайба» по праву гордится — это миллионы мальчишек и девчонок воспитанных хоккеем в духе товарищества, честной борьбы, командной работы для достижения результата, полюбивших спорт, ставших активными и ответственными членами нашего общества! Именно об этом мечтал в далёком уже 1964 году основатель Клуба юных хоккеистов, выдающийся тренер и педагог Анатолий Владимирович Тарасов.

В прошедшем сезоне 2018—2019 в различных соревнованиях Клуба «Золотая шайба» приняли участие 5738 команд из 70 субъектов Российской Федерации, а общее число участников составило 87676 спортсменов.

Можно с уверенностью сказать, что «Золотая шайба» — один из самых ярких, стабильных и любимых спортивных брендов в России. В детском спорте — однозначно! Сохранение традиций и развитие в меняющемся мире обеспечивает нам поддержка государства. Так было и в советские времена, есть и сейчас. С ноября 2015 года, после подписания Председателем Правительства распоряжения № 2390-р, Всероссийские соревнования Клуба «Золотая шайба» входят в перечень мероприятий, подлежащих обязательному включению в Единый календарный план Минспорта, субъектов РФ и муниципальных образований. Только на финальные

соревнования министерство регулярно выделяет около 90 млн. рублей. Федерация хоккея России, в свою очередь, оказывает Клубу весомую поддержку, обеспечивая судейство ряда соревнований.

В современных условиях развитие «Золотой шайбы» требует выстраивания новых отношений с негосударственными организациями и бизнесом. Мы серьёзно подходим к такому партнёрству, ведь для нас главное — общее понимание задач, поистине государственной важности, которые стоят перед Клубом: воспитание мальчишек и девчонок через игру в хоккей, предложение здоровой альтернативы подростковой преступности и наркомании, формирование активного и ответственного поколения будущей России.

Последние годы, благодаря поддержке Фонда Елены и Геннадия Тимченко, Клуб проводит значительное число турниров, в которых принимают участие в общей сложности, более трёх сотен команд, реализует издательские, культурные и образовательные проекты. При поддержке Аэрофлота организован Международный турнир «Золотой шайбы». Компания RedLine регулярно обеспечивает Клуб ценными призами для лучших игроков на всех турнирах. Страховой дом ВСК предоставляет всем юным спортсменам возможность льготного спортивного страхования... Мы искренне благодарны всем, кто помогает Всероссийскому Клубу юных хоккеистов выполнять свою миссию.

Важно отметить, что являясь некоммерческой общественной организацией, Клуб «Золотая шайба» все полученные от спонсоров и благотворителей средства расходует





исключительно на организацию и проведение соревнований, поддержку региональных турниров, культурные и образовательные проекты, способствующие сохранению лучших традиций и развитию детского любительского хоккея в России. Мы регулярно публикуем отчёты о финансовохозяйственной деятельности, подробно отчитываемся перед спонсорами и Правлением Клуба.

Хочу выразить признательность и тем компаниям, организациям и неравнодушным людям в регионах, кто поддерживает местные турниры и команды, приобретает экипировку, оплачивает работу тренеров, помогает транспортом — одним словом, заботится о наших ребятах, думает о здоровье детей, инвестирует в будущее России!

Что же привлекает тех, кто сегодня — в непростое для экономики время — выделяет средства на детский непрофессиональный спорт? Прежде всего, социальная ответственность. Мы все хотим лучшего будущего для страны и для наших детей, и я рад, что есть люди, организации, компании, у которых это желание, присущее многим, воплощается в действие! Именно действие — залог надежды на достойный завтрашний день России.

Во-вторых, «Золотая шайба», благодаря внушительной и активной аудитории болельщиков, широчайшей географии турниров, использованию современных коммуникационных платформ, прямым трансляциям событий из разных уголков страны, сегодня предлагает эффективное маркетинговое решение. Клуб предлагает своим партнёрам самые разнообразные формы взаимодействия: от традиционных логотипов спонсоров на бортах ледовых арен и экипировке участников до организации специальных событий на площадках проведения соревнований... Немаловажную роль играют прямые трансляции матчей на сайте Клуба — в сезоне 2019-2020 болельщики, родные и друзья наших хоккеистов увидят более 1.000 игр в прямом эфире. Во многих городах матчи с участием местных команд транслируются по ТВ, а федеральный телеканал Матч-ТВ, традиционно, покажет Финал «Золотой шайбы» в Сочи на всю страну. Официальный сайт Клуба, который стал не только постоянным источником уникальных материалов о жизни «Золотой шайбы» в центре и в регионах, но и уникальной площадкой с реестром игроков, личной и командной статистикой, архивом трансляций, стабильно набирает обороты, и мы рассчитываем на показатель 3,5 млн. просмотров в этом сезоне.

Количество ребят, которые хотят играть в хоккей, постоянно растёт. Для Клуба «Золотая шайба» это и мощный стимул развиваться дальше и непростой вызов. Назрела необходимость организации Всероссийских соревнований в двух дивизионах, в зависимости от условий тренировок (крытые комплексы с искусственным льдом и открытые площадки). Мы обсуждаем с партнёрами финансовую возможность такого решения, поскольку сегодня огромное число «уличных» команд остаётся за бортом главных турниров...

55 лет — это возраст зрелости. Много сделано и многое ещё предстоит сделать вместе с теми, кто разделяет наши ценности и цели, заложенные ещё Анатолием Тарасовым. У Всероссийского Клуба юных хоккеистов «Золотая шайба» впереди поколения воспитанников, среди которых будут великие чемпионы, но все обязательно станут достойными гражданами своей страны!

### ХК «МОРСКИЕ ЛЬВЫ» В МОСКВЕ.

Александр РАЗДОЛЬСКИЙ, спортивный директор ледового комплекса «Южный лед»



Идея создания нового хоккейного клуба на базе нашего ледового комплекса возникла ещё во время строительства комплекса. А для чего тогда строить такие катки? Только для развития хоккея в стране и, в частности, в Москве и ближнем Подмосковье.

ервым шагом было приглашение в качестве директора клуба Юрия Александровича Кудинова. Таким назначением решались несколько задач. Во-первых, Юрий Александрович не один год работал в ДЮСШ «Снежные барсы» и очень хорошо знал, с чего надо начать создание клуба и как им управлять. Во-вторых, в хоккейных кругах он известен, как отличный тренер по технике катания. Учитывая, что в организации тренировочного процесса, предполагалась уделять очень большое внимание обучению катания игроков, то такой выбор был логичен.

Следующим шагом, было создание условий для подготовки игроков. Современные хоккейные школы очень слабо оснащены хоккейным и спортивным оборудованием. В хоккейном центре были созданы бросковые и игровые зоны, установлены конькобежные дорожки!

«Южный лед» начал свою работу в январе 2017 года. Первыми «Морскими львами» стали два десятка детей. Было понятно, что сначала к нам не пойдут очень сильные ребята. Тренерскому составу предстояла большая работа! К набору тренеров в клуб подходили с особой тщательностью, так как было понятно, что тренерский состав — это основа для развития клуба. В клуб пришли, как опытные тренеры — Трунов Владимир Иванович и Леви-

тин Андрей Валерьевич, так и молодые специалисты — Шабунов К.А., Раздольский Н. А, Сухарев В.Е. и другие. Их всех объединяло желание работать с детьми. Для улучшения качества тренировок в зале, были приглашены Акулиничев А.И. — тренер по функциональной подготовке, Растопчина Дарья и Ищенко Анастасия — тренеры по растяжке и акробатике.

В сентябре 2017 года, в клубе «Морские львы» уже занималось около ста ребят различного возраста. Тогда же было принято решение, заявить клуб для участия в официальных соревнованиях, которые проводит Федерация хоккея Москвы.

Для развития игровых навыков и получения игрового опыта, в сезоне 2017—2018, в комплексе «Южный лед» было проведено большое количество турниров, в которых приняли участие команды ХК «Морские львы».

Сезон 2018—2019, начался участием трех команд в Кубке Москвы и юниорской команды в ЮХЛ. На тот момент в клубе занималось около двухсот детей. Старт был очень тяжелый. Наши команды проигрывали старожилам московского чемпионата. Однако качественные тренировки на льду и в зале вселили уверенность в ребят и ХК «Морские львы» почувствовал вкус победы!

В сезоне 2019—2020 были заявлены уже все возрастные категории XK «Морские

львы» в чемпионат Москвы. Всего в клубе сейчас занимается около 270 человек, начиная с самых маленьких 2015 г.р. и заканчивая юниорами 2003—2004 г.р.

За счет чего произошел такой резкий прирост в количестве игроков? В первую очередь в том, что в клубе не идёт гонка за быстрым результатом! Руководство клуба и тренеры акцентируют внимание на индивидуальную подготовку каждого игрока. Идет работа над развитием техники катания, координации, баланса, работы с клюшкой. Сначала закладывается база! Благодаря такому подходу, спокойной работе на льду и в зале, начинают появляться первые победы и результаты! Такой подход к тренировкам, чуткое отношение к детям, налаживание двухстороннего контакта с родителями, и является тем, что привлекает людей к нам.

Наша цель — создать такие условия, чтобы по каждому возрасту у нас было два-три состава. Это дает возможность ротации игроков, собирать в одну команду сильных ребят, в другую послабее. Благодаря такой организации, мы не будет терять ребят, они не будут раньше времени заканчивать с хоккеем.

Следующим этапом развития хоккейного клуба «Морские львы» будет создание молодежной команды. Тогда у нас появится вертикаль в подготовке игрока к профессиональной карьере.



# хоккейный клуб «МОРСКИЕ ЛЬВЫ»

### НАБОР ДЕТЕЙ В ХОККЕЙНУЮ ШКОЛУ

### РАСТИМ НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ ХОККЕЙНЫХ ЧЕМПИОНОВ

ГОТОВИМ ИНДИВИДУАЛЬНО СИЛЬНЫХ ИГРОКОВ выносливых, быстрых, ловких, сильных, хорошо координированных, и самое главное - готовых к юниорскому и взрослому хоккею

8 916 175 14 60

www.hcmorskielvy.ru





### ШКОЛА ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

# **АКВАМАРИН**

### ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ ФИГУРИСТОВ

- Ледовые тренировки, ОФП, СФП хореография, танцы
- Постановка программ
- Тренировочные сборы



www.instagram.com/akvamarin\_sa

8 906 016 55 00



# МЫ БЕРЁМ ВСЕХ ДЕТЕЙ

Алексей Черников, тренер по хоккею, спортивная секция хоккея на базе ФОК «Звезда» Северо-Западного округа Москвы.

- Расскажите о вашем пути в хоккее.
- В 6 лет родители отвели меня в хоккейную школу «Спартак», где мой первый тренер был Виктор Михайлович Ярославцев. В 13 лет я перешел в ЦСКА, после окончания спортшколы меня взяли во вторую команду ЦСКА. На тот момент команду мастеров возглавлял Борис Петрович Михайлов, он обратил на меня внимание. Так в 19 лет я оказался в основной команде ЦСКА. В период своей профессиональной хоккейной карьеры помимо ЦСКА я выступал за Тверской хоккейный клуб, «Крылья Советов» Москва и другие, привлекался в состав второй сборной России.
  - Как вы стали тренером по хоккею?
- По окончании профессиональной хоккейной карьеры я попробовал свои силы в качестве детского хоккейного тренера в спортивной школе «Белые Медведи» Москва. На тот момент я закончил Московскую Государственную Академию Физической культуры и Спорта, получил диплом специалиста, преподавателя в области физической культуры и спорта.
- Как относитесь к тренерам которые не заканчивали специализированные учебные заведения, но тренируют детей и взрослые любительские команды?

- Не задумывался над этим. Образование важный момент, но это только теоретическая сторона. На практике, особенно в начале тренерской деятельности, для меня лично возникало много сложностей, не хватало опыта и знаний, приходилось учиться, что называется, в процессе работы. Я смотрел и анализировал, как работают опытные тренеры, старался брать от них лучшее. И сейчас постоянно общаюсь со своими коллегами, мы обмениваемся опытом. Кроме того доступно много видео материалов по тренировкам, что-то всегда можно новое почерпнуть. Спорт, в частности хоккей, не стоит на месте, тренерская работа заключается в постоянной учебе.
- Я знаю вы также работаете со взрослыми любительскими командами. Чем отличаются взрослые и детские тренировки?
- Отличия большие. При работе с детьми учитывается возраст, для каждого свои особенности. Больше времени уделяется общефизическому развитию (ловкость, гибкость, координация движений), технике катания на коньках и владения клюшкой. Пока ребенок растет, нужно постоянно корректировать его движения, тогда будет правильно формироваться мышечная память. Еще необходимы игровые тренировки, как на льду, так и на земле, разнообразные спортивные игры

для развития игрового мышления. Помимо всего этого детский тренер оказывает большое влияние на воспитание детей, на формирование их как личностей. Это накладывает большую ответственность. Надо быть очень внимательным, дети во многом с нас берут пример. У взрослых, в основном, работа связана с тактикой игры, развитием игрового мышления. Немного занимаемся корректировкой техники катания на коньках, владения клюшкой, бросками.

#### — Есть ли единая программа для детских хоккейных тренеров?

— Сейчас ходит много разговоров на эту тему. Но, к сожалению, такой программы нет. Тренеры работают, кто как может, на свое усмотрение и это очень плохо. Считаю, нужны методики, которые должны разрабатываться научными группами, куда бы входили тренеры, психологи, врачи, диетологи и т.д. Такая программа должна быть общей для всех, тренеры четко должны знать, как работать с детьми на каждом возрастном этапе, что можно делать, а что категорически запрещено.

#### — Чем отличаются занятия на вашем катке от других?

— Наша секция, в первую очередь, отличается тем, что не имеет статуса специализированной хоккейной школы, не ориентирована на спорт высоких достижений. Основная задача — популяризировать хоккей, сделать его доступным для многих детей. Любой ребенок от 5 до 12 лет может прийти к нам заниматься, если у него нет медицинских противопоказаний. Мы участвуем в соревнованиях под эгидой «Золотой шайбы», а также в соревнованиях московской «Дворовой лиги». Хотя мы не имеем статуса специализированной спортивной школы, все наши тренеры являются опытными и дипломированными специалистами. На нашем ФОКе «Звезда» хорошая атмосфера, в чем, я надеюсь, вы сами убедились. Ре-



бята с большим желанием и хорошим настроением проводят тренировочные занятия. Это для нас главное.

#### — Есть ли в вашей школе игроки, которые стали знаменитыми?

— Наш каток открылся в 2012 году, а секции начали работать с 2013 года. Многие дети, которые начинали у нас, сейчас играют в специализированных спортивных школах. Среди них и такие, которые пришли в хоккей в 10 лет, а это для специализированных школ считается поздно и их никуда не брали. Позанимавшись у нас, они оказались очень способными. И мы порекомендовали им попробовать свои силы ещё раз в специализированной спортивной школе. Их с удовольствием взяли, чему мы очень рады. Думаю, все впереди, надеюсь кто-то из наших ребят окажется в профессиональном хоккее. Но главное, чтобы наши воспитанники становились хорошими людьми!



### РЕЖИМ ДНЯ И ПИТАНИЕ СОГЛАСНО ЦИРКАДНЫМ РИТМАМ

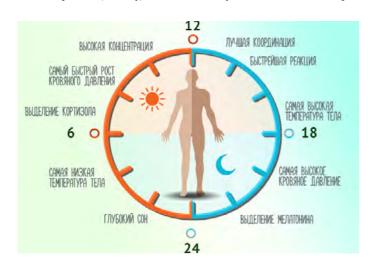
Наталья ТАБУНОВА

Циркадные (циркадианные) ритмы (от лат. circa «около, кругом» + dies «день») — циклические колебания интенсивности различных биологических процессов, связанные со сменой дня и ночи. Период циркадных ритмов обычно близок к 24 часам. Несмотря на связь с внешними стимулами, циркадные ритмы обусловлены внутренними (эндогенными) факторами, представляя, таким образом, биологические часы организма.

увствуя себя свежим и энергичным, ощущает здоровый голод и ясно мыслит. Днём хватает энергии для занятий физическими упражнениями, а вечером без особых усилий погружается в сон. А кто-то просыпается с трудом, быстро утомляется, испытывает ощущение тумана в голове, ухудшается продуктивность, и испытывает полное отсутствие мотиващии что-либо делать. Такое состояние возникает в результате игнорирования особенностей циркадных ритмов. Понимая, как работают циркадные ритмы в нашем теле, мы можем максимизировать эффект от наших повседневных занятий — от работы и учебы до спортивных тренировок и сна.

Мы живем на планете, которая вращается с определённой скоростью вокруг своей оси и вокруг солнца. Происходит смена дня и ночи, смена времён года, и, соответственно, это накладывает определённые условия жизни на ней. Именно поэтому в светлое время суток в нашем организме проходят одни процессы, а в ночной период времени — другие. Это и есть циркадные ритмы, т.е. реальные биологические процессы, которые протекают в организме абсолютно каждого человека, животного и растения в течение суток. Жить не по ритмам — это нерациональная для здоровья привычка, ведущая к большому количеству смежных проблем: от бессонницы, депрессии, тревоги, мигрени, диабета, ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний и даже до онкологии.

Прежде, чем начать раскрывать тайны восстановления циркадных ритмов, скажу, что виной тому колебания концентра-





ций гормонов в крови. Для того, чтобы просыпаться с улыбкой и всегда чувствовать себя отлично, необходимо придерживаться нескольких правил.

Итак, главный гормон, регулирующий циркадные ритмы, — это мелатонин. Это гормон, который также известен как гормон здорового сна и молодости. Для нужной концентрации необходимо ложиться спать хотя бы до 23.00, не терзать себя мерцанием различных гаджетов и просмотром телевизора, спать в проветренной комнате при полной темноте, а также за два-три часа до сна можно выпить тёплый напиток из свежей клюквы или съесть 2—3 ореха сырых фисташек. Свежая клюква и фисташки самые богатые мелатонином продукты. Не стоит идти против природы и, соблюдая эти самые лёгкие правила, крепкий иммунитет и отличное настроение вам обеспечены.

Еще одним гормоном, регулирующим наши циркадные ритмы, является кортизол. Это гормон, который вырабатывается в ответ на стресс. Когда увеличивается мелатонин, кортизол снижается, и наоборот. Это два гормона антагониста. Кортизол делает нас бодрыми и отлично пробуждает с утра. Он повышается ранним утром и плавно снижается в течении суток. Если кортизол вечером вдруг повысился, могут быть сложности с засыпанием, хорошим сном и перееданием на ночь. Для нормализации выработки этого гормона очень важно ложиться спать в одно и то же время около 22.00—23.00. Также снизить уровень кортизола помогут массаж, йога, медитация и принятие контрастного душа перед сном.

Соматотропин — это следующий важный гормон, находящийся под циркадным влиянием. Более популярное название — гормон роста. Он активирует синтез белка, улучшает состояние кожи, волос, ногтей, суставов и связок, позволяет обновлять клетки тканей. Очень классный антивозрастной гормон. Засыпая после полуночи, мы себя лишаем концентрации этого

### ПРО ЖЕЛАНИЯ И СЧАСТЬЕ ЖИЗНИ

Андрей БАКУТА

Мне 65, и я психолог. Прошел долгий к этому путь. Могу, наверное, на пальцах одной руки перечислить то, чем мне не пришлось заниматься в жизни, чего не умею.

детства наблюдателен, подмечаю, как и что происходит. И, конечно, мой возраст позволяет мне, наблюдая за людьми, видеть тенденции и закономерности течения их жизни.

В своей практике я встречал разных людей. Меня уже трудно чем-то удивить. Я понимаю, что жизнь практически каждого из нас достойна хорошего сериала.

Спросите, к чему это я?

А вот вспомнилась реальная история.

Одна женщина очень хотела, чтобы ее дочь выросла особенной, выдающейся. И как мать все делала для этого. Записала ребенка в школу синхронного плавания. В школу олимпийского резерва. Возила на тренировки, а когда та подросла, преодолевая трудности, договорилась и перевела ее к лучшему тренеру. Налаживая связи, практически всегда ездила с дочерью на соревнования в другие города и страны. Плотно общалась с тренерами. Как могла двигала дочь.

В результате, ее дочь попала в юниорскую сборную страны. Выиграла Европу и Мир. Стала мастером спорта международного класса. Когда подошло время, девочка отобралась в главную сборную страны. Там супер тренер, заслуженная и очень авторитетная дама, ее полюбила. Ну кажется, чего уж больше желать!

Да вот только шло время, а эта тренер не ставит молодую перспективную уже девушку в основной состав, объясняя тем, что при ее безукоризненном выполнении всех элементов программ, нет у нее боевого задора.

А получилось так, что ребенка все эти долгие годы, а это длилось больше 17 лет, никто не спросил о том, а что ей — дочери — хочется?



А она, попав в сборную, имея силу воли, отчаянно тренировалась 2—3 раза в день, шесть дней в неделю, но при этом не горела желанием стать лучшей в мире, как все сборники. В результате, пробыв в сборной больше 2 лет, она просто ушла.

Мама, положившая на дочь лучшие свои годы, запила, начались проблемы в семье. В результате все переругались и не общаются. А талантливая дочь работает где-то в шоу на воде и, снимая квартиру, живет отдельно.

Я это написал для того, чтобы вы посмотрели и на себя, и на ребенка по-другому.

- Может, наконец, подумали о том, чего хочет ваш ребенок. Чьи желания он реализует. И что вы делаете для того, чтобы он нашел свое дело жизни. Был счастлив долгие-долгие годы.
- Что происходит с вашей жизнью, и есть ли она своя у вас? Или вы на столько заняты ребенком, что вашего ничего в ней и нет?
- Подумали и о том, что у вас останется, когда ваше чадо станет взрослым. Чем займетесь? И что делаете для вашего собственного счастья?

Instagram @andreybakuta Facebook Андрей Бакута

гормона. Представьте, нам дают таблетку от старости, а мы выпиваем только половину. Примерно так делают люди, которые ложатся очень поздно. Это старит организм очень сильно.

Гормон инсулин, выделяющийся поджелудочной железой во время еды и помогающий утилизировать глюкозу из крови, снижая ее уровень, также регулирует циркадные ритмы во многих клетках и тканях. Физиологические пики выработки инсулина приходятся на 16.00 и 21.00. Если есть такая особенность в организме реагировать на циркадные выбросы инсулина, то необходимо компенсировать такие выбросы легкими перекусами в виде овощей, заправленные нерафинированными маслами, и белковой составляющей, чтобы избежать повышенного чувства голода вечером.

Секреция главного «мужского» гормона тестостерона также имеет циркадный ритм. Это достаточная мышечная масса, ак-

тивность, драйв, сексуальность и страсть. Есть два циркадных пика выброса тестостерона: около 10.00 часов утра и 18.00 часов вечера. Это самое оптимальное время для физической активности.

В целом, в организме намного больше гормонов, находящихся под циркадным влиянием, но это 5 самых важных гормонов, которые влияют на общее состояние человека, эмоциональное состояние, состояние физической активности, восстановительных процессов и состояние углеводного обмена.

Нарушение выработки одного гормона ведет за собой нарушение синтеза других, не менее важных элементов гармонии. Выйти из порочного круга порой бывает очень сложно, но возможно. Стоит лишь призвать себя к порядку и режиму. Будьте здоровы и счастливы!

Instagram @nata.natali.ta

# КОМАНДНАЯ СТАТИСТИКА ИГРЫ В ХОККЕЙ

Хоккейная статистика становится все популярнее. Мы привыкли к её традиционным показателям: голы, пасы, штрафное время и немного ещё цифр. Но есть и «крутая» профессиональная статистика. Сравнивать их между собой нельзя, какими понятными и привычными для всех они были. Для увеличения кругозора читателей и хоккеистов мы покажем на примере одного финального матча Кубка Гагарина между «Авангардом» и ЦСКА. Как это выглядит на высоком уровне, как правило это отчеты по матчу в целом и отчеты по каждому игроку. Несколько примеров.

**Бросок.** Целенаправленный бросок шайбы с целью поразить ворота соперника. Бросок в створ определяется в случае гола или, когда вратарь отбивает или ловит шайбу, бросок заблоки-

рованный — когда бросок попадает в игрока соперника, бросок мимо — во всех остальных случаях.

### Вбрасывания

	Авангард	ЦСКА Москва
ВЫИГРАННЫЕ ВБРАСЫВАНИЯ	39 46%	46 54%
1 период	10 40%	15 60%
2 период	12 57%	9 43%
3 период	9 43%	12 57%
Овертайм	8 44%	10 56%
В равных составах	31 47%	35 53%
Большинство	6 46%	4 67%
Меньшинство	2 33%	7 54%
Зона защиты	14 52%	19 61%
Центральная зона	13 48%	14 52%
Зона атаки	12 39%	13 48%



Нападающие										
	Время на льду	+/-	Голы команды	Голы соперника	CORSI +	CORSI -	CORSI	Фолы команды	Фолы соперника	Владение
97.Капризов 19.Веу 25.Григоренко	11:40		-	-	16	7	9	1	2	07:19
22.Попов 71.Окулов 78.Шалунов	06:19	1	1	-	7	5	2	-	-	03:23
87.Светлаков 71.Окулов 78.Шалунов	06:15		-	-	5	1	4	-	-	04:10
98.Мамин 11.Андронов 15.Карнаухов	05:16	-	-	-	2	11	-9	1	-	02:24
7.Телегин 87.Светлаков 97.Капризов	04:43	1	1	-	8	4	4	-	1	02:41
98.Мамин 7.Телегин 11.Андронов	03:11	-	-	-	5	6	-1	-	-	01:49
19.Веу 25.Григоренко 9.Слепышев	02:42		-	-	4	3	1	2	-	01:28
7.Телегин 22.Попов 78.Шалунов	02:20	-	-	-	1	2	-1	-	-	00:50
11 Андронов 71.Окулов 15 Карнаухов	02:07		-	-	-	4	-4	-	-	00:04
7.Телегин 11.Андронов 15.Карнаухов	02:01		-	-	2	2	-	-	-	01:04

### Броски всего

	Авангард		ЦСКА Москва	3
БРОСКИ ВСЕГО / БРОСКИ В СТВОР	73 / 40	55%	87 / 38	44%
1 период	31/16	52%	13/6	46%
2 период	20/12	60%	18/8	44%
3 период	8/5	63%	35/12	34%
Овертайм	14/7	50%	21/12	57%
В равных составах	57/30	53%	72/34	47%
Большинство	16/10	63%	15/4	27%
Меньшинство	-	-	-	-
Заблокированные броски	12		24	





### Пятерки

	Время на льду	+/-	Голы команды	Голы соперника	CORSI +	CORSI -	CORSI	Фолы команды	Фолы соперника	Владение
88.Блажиевский 89.Нестеров 97.Капризов 19.Веу 25.Григоренко	03:19		-	-	3	1	2	-	1	02:10
37.Робинсон 53.Марченко 87.Светлаков 71.Окулов 78.Шалунов	03:19		-	-	-	-	-	-	-	02:36
37.Робинсон 6.Дальбек 97.Капризов 19.Веу 25.Григоренко	02:56			-	7	-	7	1	1	02:00
22.Попов 97.Капризов 25.Григоренко 19.Веу 89.Нестеров	02:29		-	-	-	-	-	-	-	02:14
38.Науменков 53.Марченко 98.Мамин 11.Андронов 15.Карнаухов	02:22		-	-	1	4	-3	-	-	01:09
38.Науменков 53.Марченко 11.Андронов 71.Окулов 15.Карнаухов	02:07		-	-	-	4	-4	-	-	00:04
37.Робинсон 6.Дальбек 7.Телегин 87.Светлаков 97.Капризов	02:03		-	-	2	2	-	-	-	00:58
38.Науменков 53.Марченко 22.Попов 71.Окулов 78.Шалунов	01:54		-	-	1	3	-2	-	-	01:00
89.Нестеров 53.Марченко 97.Капризов 19.Веу 25.Григоренко	01:34		-	-	2	1	1	-	-	01:02
37.Робинсон 6.Дальбек 22.Попов 71.Окулов 78.Шалунов	01:30			-	3	-	3	-	-	00:45
38.Науменков 53.Марченко 97.Капризов 19.Веу 25.Григоренко	01:21		-	-	3	3	-	-	-	00:48



**Гол.** Зафиксированное судьей взятие ворот. Голы являются протокольными данными.

Плюс/Минус (+/-). Показатель игрока, рассчитываемый, как разница голов, забитых командой в присутствии этого игрока на льду, и голов, пропущенных командой, в присутствии игрока на льду. Голы, забитые в большинстве (пропущенные в меньшинстве) не учитываются при расчете показателя. Голы, забитые командой, когда та играла в меньшинстве учитываются.

**CORSI.** Показатель игрока, рассчитываемый, как разница бросков обеих команд при игре в равных составах, совершенных в присутствии игрока на льду. Включает в себя броски в створ, броски мимо и заблокированные броски — плюс, и те же броски соперников — минус.

**Передача.** Целенаправленная передача шайбы игроком своему партнеру по команде.

**Голевая передача.** Передача, предшествующая голу или предбросковой передаче, предшествующей голу. Голевые передачи являются протокольными данными.

**Острая передача.** Передача, в результате которой создается явная голевая ситуация.

**Предбросковая передача.** Передача, после которой совершается бросок. Пас по борту Передача шайбы с использованием борта тем или иным способом.

**Длинная передача.** Передача, длина которой (расстояние от точки, откуда отдавалась передача, до точки ее назначения) превышает 20 метров.

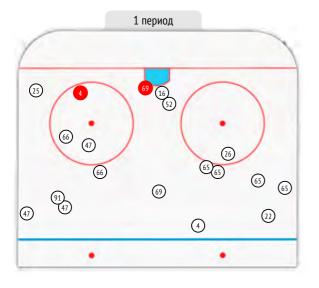
**Вброс (в зону).** Безадресный пас в зону защиты соперника, с целью закрепится в ней.

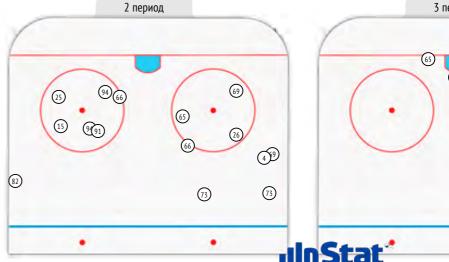
**Выброс (из зоны).** Безадресный пас, цель которого вывести шайбу из своей зоны защиты.

**Единоборство.** Борьба двух игроков из противоположных команд за нейтральную шайбу.

### Статистика бросков

•	Заброшенные шайбы	Броски по во в створ	оротам /	Заблокирова нные броски		тве	Броски в меньшинстве	Бр. в поз. в равн. со		Бр. в ата в равн. с	ках с ходу оставах	1 период		2 период	
4 Franson	1	5/4	80%	1	2/2	100%		1/0	0%	-	-	2/2	100%	1/0	0%
47 Emelin	-	4/1	25%	2	-	-		1/0	0%	-	-	4/1	25%	-	-
22 Pokka	-	3/0	0%	2	-	-		1/0	0%	-	-	1/0	0%	-	-
91 Pivtsakin	-	4/2	50%	1	-	-		-	-	1/0	0%	2/1	50%	1/1	100%
82 Medvedev	-	6/1	17%	1	-	-		1/0	0%	1/0	0%	-	-	5/0	0%
73 Chudinov	-	3/1	33%	1	-	-		3/1	33%	-	-	-	-	2/1	50%
15 Desharnais	-	1/1	100%	-	-	-		1/1	100%	-	-	-	-	1/1	100%
65 Beck	-	9/5	56%	2	6/3	50%		1/1	100%	-	-	5/2	40%	1/1	100%
66 Mikheyev	-	6/6	100%	-	-	-		2/2	100%	1/1	100%	2/2	100%	2/2	100%
69 Shumakov	1	9/7	78%	-	4/3	75%		3/2	67%	-	-	2/2	100%	3/2	67%
26 Stollberg	-	4/2	50%	-	-	-		-	-	-	-	2/1	50%	1/1	100%
94 Semyonov	-	5/3	60%	-	-	-		1/0	0%	1/1	100%	2/1	50%	2/2	100%
52 Shirokov	-	4/1	25%	-	3/1	33%		-	-	-	-	4/1	25%	-	-
16 Zernov	-	2/2	100%	-	1/1	100%		-	-	1/1	100%	1/1	100%	-	-
25 Galimov	-	4/2	50%	1	-	-		-	-	2/1	50%	2/1	50%	1/1	100%
23 Stas	-	1/0	0%	1	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-
90 Petrov	-	1/0	0%	-	-	-		-	-	-	-	1/0	0%	-	-
19 Koshelev	-	2/2	100%	-	-	-		1/1	100%	1/1	100%	1/1	100%	-	-
ВСЕГО	2	73 / 40	55%	12	16 / 10	63%		16/8	50%	8/5	63%	31 / 16	52%	20 / 12	60%





Силовой прием. Оборонительное действие без попытки отобрать или перехватить шайбу, с целью физического воздействия на оппонента. Результатом силового приема может быть отбор, выигранное единоборство или фол, но при этом силовой прием единоборством не является.

Обводка. Игровой прием игрока, владеющего шайбой, направленный на то, чтобы пройти оппонента. Обводка может осуществляться за счет передвижения на коньках, ведения шайбы, а также за счет обманных действий.

Отбор. Активное действие обороняющегося игрока, в результате которого соперник теряет контроль над шайбой.

Перехваты. передач Действие, которым игрок прерывает потенциально точную передачу оппонента.

Действия в защите. Суммарный показатель, включающий все действия игрока за минусом действий в атаке.

Действия в атаке. Суммарный показатель, включающий все броски (в т. ч. голы), голевые передачи, выигранные вбрасывания, пасы, вбросы, обводки, ведения шайбы. единоборства в атаке.

Интенсивность обороны. Отношение количества действий в защите к длительности владения шайбой соперниками.

Владения шайбой. Контроль над шайбой игрока или команды, начинающийся в следствие выигранного вбрасывания или возврата шайбы, и завершающийся в результате потери шайбы или остановки игры судьей.

Атака с ходу. Вид атаки в равных составах или меньшинстве, при котором шайба перемещается из зоны защиты в зону атаки,

### 30. Бобков Игорь

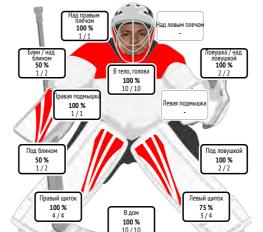
ВРЕМЯ	на льду
77	:44

ПР	109	1)	CI	J
		7		
		۵	,	

92%

	ВСЕГО	1 период	2 период	3 период	
INSTAT INDEX	-				
Броски в створ / отраженные	38 / 35 92	% 6/6 100%	8 / 7 88%	12 / 11 92%	
Броски соперника мимо	25	5	4	12	
Отраженные броски	35	6	7	11	
Игра в меньшинстве (минут)	'8	_	'2	'4	
Броски в створ в меньшинстве / отраженные	4/4		-	3/3	
ТИПЫ БРОСКОВ СОПЕРНИКА					
Кистевой	31 / 22	5 / 4	4/3	10 / 6	
Щелчок	3/0	-	2/0	1/0	
Щелчок с размахом	16/7	3/0	4/2	7/3	
Подставленные клюшки	4/0	-	-	3/0	
C of usual na spinisourou finossionioso					
С обманным движением бросающего В касание	4/2	-		3/1	
	4/2	-	-	3/1	
При выходе один на один С закрытым обзором	9/4	-	2/2	5/2	
С открытым обзором		11 / 6	$\frac{2/2}{10/5}$	19/9	
С открытым оозором	54 / 31	11/6	10/3	17/7	
ПОЗИЦИЯ ВРАТАРЯ					
Стоя при броске	7	1	3	1	
Сидя при броске	43	7	7	19	
В сплите при броске	13	3	2	4	
Лежа при броске	-	-	-	-	
Обыгран	-	-	-	-	
СРЕДНЯЯ ДИСТАНЦИЯ БРОСКОВ, М	1				
0-2	-		-	-	
2-4	-	-	-	-	
4-10	-	-	-	-	
10+	-	-	-	-	
Средняя дистанция пропущенных шайб	-	-	-	-	
ОТРАЖЕННЫЕ БРОСКИ					
С отскоком без контроля	2	1	-	1	
С отскоком под контролем	29	5	6	8	
С фиксацией после отскока	1	-	1	-	
				_	

### Зоны бросков относительно вратаря



### Броски / голь

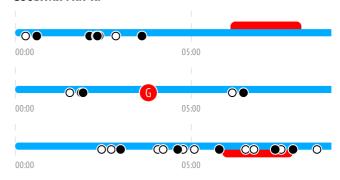
26	Romanov
53	Marchenko
38	Naumenkov
37	Robinson
6	Dahlbeck
88	Blazhiyevsky
89	Nesterov
55	Rtischev
7	Telegin
87	Svetlakov
97	Kaprizov
78	Shalunov
71	Okulov
22	Popov
11	Andronov
98	Mamin
15	Karnaukhov
19	Vev

### Броски по воротам



Control of the Contro		-
3/2	2/2	2/2
66.7%	100%	100%
3/2	8/8	1/1
66.7%	100%	100%
7/7	6/6	6/5
100%	100%	83.3%

### События матча





и в течение 9 секунд в зоне атаки атакующий игрок совершает к.-л. действие или бросок по воротам. Если после первого броска до следующего броска проходит более 3 секунд, то атака считается позиционной.

Позиционная атака. Все остальные виды атак.

Вбрасывание. Ввод шайбы в игру в начале периода или после остановки игры свистком судьи. Отсчёт чистого времени матча начинается (и продолжается) именно с момента вбрасывания. В неравных составах Ситуация, при которой в результате фола удаляется игрок (и) команд, и в командах на льду остается разное количество игроков. Команда, у которой остается больше игроков на льду, играет в большинстве, у которой меньше — в меньшинстве.

Фол. Нарушение правил, зафиксированное судьей.

**Штрафное время.** Максимальное время штрафа, на которое удаляется игрок за фол.

**Командный показатель.** Сумма штрафного времени всех удалений игроков команды.

Входы в зону атаки. Переход шайбы из центральной зоны в зону атаки относительно атакующей команды.

**Выход из зоны.** Переход шайбы из зоны защиты в центральную зону относительно обороняющейся команды.

Потеря шайбы. Потеря игроком или командой владения шайбой.

Овладение шайбой. Получение игроком или командой владения шайбой.

#### 4. Франсон Коди ВСЕГО INSTAT INDEX 34:12 9:08 8:32 9:13 Время на льду 22:17 6:43 В равных составах 4:31 7:06 В большинстве 6:37 4:37 В меньшинстве 5:18 1:25 2:30 БРОСКИ / В СТВО 2/2 1/0 Броски мимо Заблокированные броски Средняя скорость точного броска Максимальная скорость точного броска Средняя дистанция до ворот при точном броске 10/5 6/3 ВХОДЫ В ЗОНУ / УСПЕШНЫЕ 25 / 12 16/9 5/3 5/3 Входы через пас Входы через вброс 9/3 5/2 1/0 Входы через ведение 33 / 24 ВЫХОДЫ ИЗ ЗОНЫ / УСПЕШНЫЕ 10/9 5/5 7/2 18/14 Выходы через пас 6/5 4/4 4/2 Выходы через выброс Выходы через ведение 15/10 4/4 1/1 3/0 74 / 61 82% 14 / 10 71% Предбросковые передачи 3 2 1 Ключевые передачи 42 18 4 Передачи полученные Вбросы 3 2 1 3 Выбросы 6 1 ЕДИНОБОРСТВА / ВЫИГРАННЫЕ 11/8 73% 2/2 2/1 В своей зоне 5/4 1/1 1/0 6/4 В нейтральной зоне 1/1 1/1 В зоне соперника Обводки / удачные 1/1 100% 1/1 100% 12 Перехваты передач Блокировки бросков 1 1

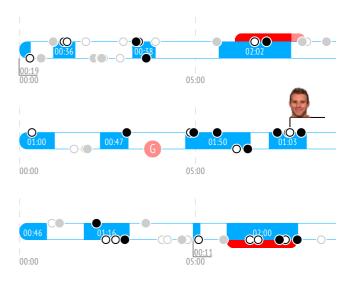
3

Силовые приемы Против

Фолы на нем

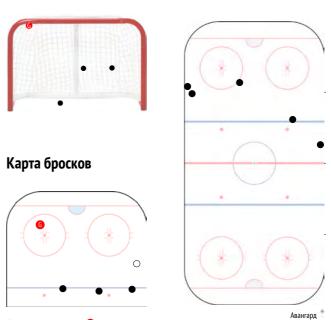
2

### События матча



### Броски по воротам

### Потери шайбы







95% ассортимента хоккейных клюшек OROKS производится в России.

Для игры на улице OROKS предлагает два типа деревянных клюшек **OROKS 100 и OROKS 140**.



Для игры на аренах — композитные клюшки с карбоновым крюком:

клюшка **OROKS 500** — юниорская 50" (40 flex) 410 гр. взрослая 60" (80 flex) 520 гр. Клюшка **OROKS 520** — юниорская 50" (50 flex) 370 гр. взрослая 63" (85 flex) 510 гр.;



OROKS производит широкую линейку аксессуаров

Складные ворота, который подойдут для любительской игры в хоккей







Мячи дерево, шайбы + сумка для шайб







OROKS — это не просто бренд. Это объединение людей по всему миру, от России и Европы до Канады и США, испытывающих страсть к хоккею, работающих над идеей, разработкой, тестированием и продажей хоккейной экипировки. Все товары проходят несколько видов тестирования на стадии разработки и в момент производства:

- Тест на токсикологию, где проверяется безопасность всех материалов;
- Юзер тест (краткосрочный и долгосрочный)
- фокус группа хоккеистов, которые играют в нашей продукции и делятся первыми отзывами;
- Механические тестирования проверка на прочность экипировки;
- Международная сертификация.

Есть три категория пользователей. В каждой есть детская, юниорская и взрослая форма.

OROKS 100 — начинающие или люди которые хотят научится играть в хоккей.

OROKS 500 — хоккеисты, которые уже умеют играть, но хотят перейти на более высокий уровень.

**OROKS** 900 — полупрофессиональные хоккеисты.

ЯДРЁНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

### ΠΟ3ΔΡΑΒΛЯΕΜ C ΔΗËΜ ΡΟЖΔΕΗИЯ PRΑΒИΛЬΗΟ!

Олег МАЙОРОВ, директор по развитию eventагентства «ЦОХ-маркетинг»



Поздравление с Днём рождения участников хоккейных событий в рамках тренировок и матчей, а также на клубных Интернет-ресурсах и сайтах лиг — это, в целом, типичная история, но давайте посмотрим на данное действие через призму PR, корпоративной культуры и бизнеса.

Если рассматривать его как инструмент маркетинга, который может решить и решает много разноплановых задач хоккейной организации, то это:

- PR и позиционирование активности клуба/лиги, отличающихся от других своей интересной работой;
- косвенная реклама игроков, тренеров и организаторов турнира, в которой востребованы они сами, их коллеги по хоккейной организации, их окружение (семья, близкие), болельщики, СМИ;
- элемент корпоративной культуры клуба, направленной на создание положительной атмосферы, которая, в свою очередь, способствует удержанию игроков в коллективе и достижению ими лучших спортивных результатов, а также способствует привлечению игроков;
- приём мотивации на более активную спортивно-тренировочную деятельность спортсмена;
- интерактивное событие, являющееся «информационным поводом», активно продвигаемого на информационных ресурсах хоккейной структуры, именинника и его группы поддержки (на сайтах, на личных страницах в официальных сетях);
- мероприятие, стимулирующее игрока, его группы поддержки, болельщиков на предоставление ими создателям хоккейной структуры «обратной связи» (отзывов и положительных комментариев), которая используется в качестве имиджевой составляющей;
- инструмент выявления актива болельщиков и активных пользователей социальных сообществ для возможного построения с ними долгосрочных коммуникаций с целью вовлечения их в деятельность по поддержке и развитию организации;
- возможность реализации программ партнёрства с коммерческими организациями, предоставляю-



щими и продающими подарки, так как вручение подарка может стать ярким и оригинальным событием, в рамках которого рекламируются торговые марки и их продукция.

### УВЕЛИЧИВАЕМ ЧИСЛО ПОЗДРАВЛЯЕМЫХ — УВЕЛИЧИВАЕМ PR-АКТИВНОСТЬ!

Кого типично поздравляют в раздевалках и на льду? Тренера и игроков. Иногда вспоминают о самых преданных болельщиках, партнёрах (спонсоры и меценаты) и учредителях команд. Но «линейку» поздравляемых можно расширить. Свою порцию внимания за счёт поздравления и вручения подарков могу получить:

- представители СМИ, пишущие о хоккейной организации и хоккее в целом;
- руководство и менеджмент турниров, в которых играют команды;
- VIP и селебретис, оказывающие содействие процессу развития хоккея;
- менеджеры и добровольные помощники хоккейной организации;
- наиболее активные посетители клубных сообществ в социальных сетях;
- участники хоккейных ивентов;
- представители торговых брендов, изготавливающих продукцию и предоставляющих услуги для хоккеистов:
- руководство, администрация и персонал ледовых объектов, на которых проходят тренировки и игры;
- специалисты новых медиа (блогеры, авторы популярных сообществ в социальных сетях).

Благодаря поздравлениям увеличивается количество контента, продвигаемого в информационном пространстве, накапливается «медиавес» организации и она становится заметной, быстрее находится по поисковым запросам, а благодаря своей активности формирует положительное отношение к себе со стороны различных аудиторий.

### КАЛЕНДАРЬ ДНЕЙ РОЖДЕНИЯ — ВАШ МЕДИАПЛАН!

Как найти и внести в «базу» дату рождения всех тех, кого мы хотим поздравить? Если говорить про игроков и тренеров, то это не так сложно.

- 1. Проведите их анкетирование на тренировке, в котором одним из вопросов будет просьба указать дату рождения.
- 2. Собирайте даты рождения во время осуществления заявочной кампании в турнир, когда через администраторов команд проходит вся личная документация спортсменов и тренеров.
- 3. Смотрите электронные анкеты/профайлы игрока на сайте лиг и турниров (новый сезон, прошлые сезоны) и на общедоступных информационных ресурсах с хоккейной статистикой.
- 4. Смотрите профили личных страниц людей в социальных сообществах, где они указывают дату рождения.
- 5. «Пробивайте» информацию о них в Интернете (статьи, интервью, общедоступная деловая информация) посредством контент-анализа.
- 6. Узнайте дату у самого человека (на спортивном мероприятии, по почте, по телефону, в социальной сети), запросите нужную информацию у его родных, близких и коллег.

Если говорить о персоналиях, не являющихся представителями команд, то инструмент поиска может усложниться, но не существенно.

### КАК НЕ ЗАБЫТЬ ДАТУ РОЖДЕНИЯ?

В суете спортивных мероприятий и рутины обыденных дней случается так, что чей-то день рождения выпадает из поля зрения. Чтобы этого не произошло необходимо выработать привычку соблюдения ряда простых, но важных алгоритмов управленческих действий.

- 1. Выставить в автоматическом режиме напоминание о дате рождения на телефоне или компьютере (скачать/установить программу для создания календаря/базы дней рождений в своём ПК).
- 2. Создать электронный файл с календарем дней рождения, распечатать и «держать перед глазами».
- 3. Поставить напоминание в телефон, как минимум, на один день раньше официальной даты, чтобы была возможность сделать новость или придумать и реализовать PR-акцию, связанную с поздравлением.
- 4. На сайте при содействии web-программиста установить специальный блок с календарём, который ежедневно показывает именинников и вносить в него даты людей.
- 5. Стать «другом» игрока в социальной сети и получать информацию-напоминание о его приближающемся дне рождения в автоматическом режиме.
- 6. Дать поручение коллегам напоминать о приближающемся дне рождения человека.
- 7. Купить печатный плакат-календарь и отметить на нём любым способом даты рождения.

8. Постоянно проводить мониторинг «базы» дней рождения, корректируя её (внося и/или убирая отдельных людей).

Действуйте системно, и вы не попадёте впросак, забыв поздравить хорошего и нужного вам человека.

### КАК ВЫБРАТЬ ФОРМАТ ПОЗДРАВЛЕНИЯ И ПОДАРОК БОЛЕЕ ТОЧНО?

Подарок должен быть приятным и в большей степени полезным, нужным и оригинальным. Чтобы с ним угадать, выполните следующие действия.

- 1. Заведите «досье» на человека, в котором указываются его личные и деловые качества, хобби, увлечения, особенности профессии, аспекты семейной, профессиональной и спортивной жизни.
- 2. Изучайте статистику его спортивных результатов, предпочтения в спорте.
- Получите на него характеристику и отзывы о нём у друзей, тренера, товарищей по команде и представителей семьи. Посоветуйтесь с ними на предмет выбора формата поздравления и подарка.
- 4. Наблюдайте за поведением человека на льду и в жизни, фиксируя нюансы поведения и общения.
- 5. Анализируйте его личные страницы в социальных сетях: контент его публикаций о своей жизни может стать подсказкой.
- 6. Ищите в информационном пространстве и изучайте интересные примеры поздравлений в различных видах спорта (да и нее только в спорте) с целью заимствования формата или его отдельных элементов.

### КТО ГОТОВИТ ПОЗДРАВЛЕНИЕ?

Если говорить о размещении поздравления в Интернет, то само собой, товарищи по команде могут подготовить и разместить поздравление самостоятельно и, как говорится, от души. Но если в хоккейной структуре существует менеджмент, то этим, как правило, занимается пресс-атташе или PRменеджер. Их задача «вести» — курировать — проект.

В подготовке поздравления им могут оказывать содействие фотограф (поставщик фотографий), видеограф — специалист по монтажу видео (создание слайд-шоу и роликов, предоставление ссылок на интересный видеоконтент), дизайнер (подготовка праздничной иллюстрации), активные болельщики (могут подготовить творческий подарок) и родные человека (могут подсказать идеи подарка и способа его вручения).

В случаях, когда PR-специалисты по каким-либо причинам не могут сделать и разместить поздравление на сайте или в социальном сообществе, то вступает в силу принцип «коллективной ответственности»: материал делает наиболее ответственный, подготовленный или свободный от текущих дел сотрудник или активный болельщик.

Если же речь идет о поздравлении в формате яркого события на арене, на льду или в раздевалке, то, конечно же, тут нужны организационные усилия всех заинтересованных лиц: менеджеров, игроков, болельщиков, персонала ледовых площадок и т. д.

### КОГДА ПОЗДРАВЛЯЕМ?

Чем больше поздравлений, чем разнообразнее форматы пожеланий здоровья и успехов, тем приятнее человеку, тем больше уважения к организации, к которой он принадлежит. У каждого способа и формата поздравления есть своя временная логика.

От клуба/организации в Сети желательно поздравить утром — логичнее не позднее часов 10—11. Более позднее время психологически воспринимается так, как будто забыли, а потом вдруг вспомнили об имениннике. По телефону поздравить можно в течение первой половины дня.

От себя лично — в удобное для себя и именинника время на протяжении дня, но лучше не затягивать.

Передавать через ресурсы клуба поздравления от аудиторий и персоналий логичнее в течение дня, а также в течение одного дня после дня рождения.

На ближайшей тренировке и игре поздравляют независимо от того, как давно был День рождения.

### КТО И КАК ПОЗДРАВЛЯЕТ?

С точки зрения PR важно соблюдать следующие принципы «Много! Ярко! Интересно! Живо! Честно! Эмоционально! Душевно! Креативно!»

- 1. Клуб/организация поздравляет от своего имени на всех ресурсах одновременно (включая почту, смс, чаты месседжеров, социальные сети, сайт).
- 2. Менеджер, отвечающий за коммуникации (PRспециалист, пресс-атташе) по каналам личной связи (почта, телефон, смс, социальные сети, чаты мессенджеров).
- 3. Персональное поздравление любого желающего размещается на всех или избранных информационных ресурсах организации.
- 4. Личное поздравление от представителя организации по его желанию размещается в комментариях под постом поздравления в сообществе в социальных сетях.
- Оригинальное поздравление, разработанное по инициативе болельщиков и других желающих лиц под контролем/при содействии клуба, может быть передано по каналам личных коммуникаций и через ресурсы клуба.

### КАКИЕ БЫВАЮТ ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ ПРИ ПОЗДРАВЛЕНИИ?

Если мы говорим, что поздравление — это PR-инструмент, то важно не допускать ряд ошибок, как правило, связанных с пресловутым «человеческим фактором».

- 1. Забыли поздравить. «Жесть», конечно.
- 2. Поздравили скучно, «без души» или как у всех. Так не нужно! Будьте непохожими. Надо «возводить в закон» традицию поздравлять интересно.
- 3. Поздравления людей происходят периодически, но не регулярно. Кого-то забываем, значит кого-то обидим. Это вредит психологическому климату коллектива.
- 4. Не выдерживается PR-концепт и стиль поздравлений кого-то поздравляем ярко, кого-то рутинно. Так быть не должно. «Качели» по эмоциям в таком благом деле нужны.

- Делается некачественный фото и видео контент. Старайтесь. Сегодня качество визуального контента является имиджевым показателем.
- 6. К поздравлению не привлекли внимание различных аудиторий. Ну, кому нужны интересные мероприятия, если про них никто не знает? Выкладывайте новости, фото, сэлфи в Сеть, «лайвите» — делайте «прямые включения» через социальные сети, «расшаривайте» контент по ресурсам организации и по личным страницам.

### КАК СДЕЛАТЬ ПОЗДРАВЛЕНИЕ ЗАМЕТНЫМ И УНИКАЛЬНЫМ?

«Полёт фантазии» при поздравлениях, конечно, можно не ограничивать. Естественно, что формат его будет зависеть от наличия бюджета, должного времени для подготовки, наличия креативных ресурсов и людей, желающих жить и работать интересно.

Даём ряд простых PR-рекомендаций, которые помогут вашей хоккейной организации «отстроиться» от конкурентов.

- «Бомбардируйте» информационное пространство! Выводите большой объём поздравлений от разных лиц, включая новости, фото и видео поздравления.
- Подарите подарок, сделанный собственными руками. Разместите фотографии подарка, расскажите интересную, а лучше душещипательную историю его создания, сделайте видеоотчет о вручении.
- Сопровождайте поздравление в Интернете рассказом интересной истории об имениннике (очень хорошо, когда данный контент идет от лиц, чьи высказывания будут неожиданными и приятными) и предоставлением занимательных фактов.
- 4. Размещайте поздравительную новость со слайд-шоу или видеороликом о человеке. Например, хайлайты с его участием в играх и тренировках.
- 5. Поздравляйте человека не только в Сети, на тренировке или на игре. но и на работе. Почему бы не заехать и от хоккейного коллектива прилюдно в офисной обстановке не вручить подарок?
- 6. Подарите тематический хоккейный, оригинальный подарок. Например, хоккейный торт.
- 7. Разыграйте именинника. Сделать вручение подарка и поздравление неожиданным.
- Устройте в Интернете оригинальную и интерактивную акцию в честь именинника (конкурс, лотерея, флэш-моб, загадка на основе фактов жизни юбиляра, опрос, призыв поставить «лайки» к новости о нём и пр.).
- Помогите реализации мечты именинника, которая узнается у него заранее — как бы между делом в процессе личных коммуникаций или в интервью, где задаётся открытый вопрос на данную тему, а информация ответа заносится в «памятку».
- Закажите ему поздравление от космонавтов, вращающихся вокруг Земли на орбитальной станции и с большой охотой поддерживающих любые правильные и добрые начинания.

В общем, творите! Не будьте скучными! Поздравляйте PRавильно! И будет и PR, и слава, и деньги, и главное — имидж хороший и репутация положительная.



Рыба, возвращения которой ждали 25 лет

Свежесолёная рыба (пресервы) Масса нетто 580 г Продукт готов к употреблению t хранения от -6°C до -8°C Срок годности 5 месяцев

















### РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЖУРНАЛА «ХОККЕЙ В ГОРОДЕ»

Страны: Россия, Латвия, Украина, Белоруссия, Казахстан.

Арены: ледовые дворцы Москомспорта и ФСО г. Москвы, арены ЦСКА, «Динамо», «Крылья Советов», «Спартак».

Магазины Москвы: НХМ (Национальный хоккейный магазин), «СпортДепо», «Ледовая Арена», «Спортивный континент», «Эра хоккея» «Точка отрыва», «Формула хоккея», «СпортЛегион», «Леонспорт».

Организации: Профсоюз игроков КХЛ, Ночная Хоккейная Лига, SKS GROUP, «Легенды Хоккея», Ветераны спорта.

Города России: Абакан, Архангельск, Астрахань, Валдай, Владимир, Волгоград, Воронеж, Гагарин, Дмитров, Ижевск, Иркутск, Йошкар-Ола, Казань, Калининград, Калуга, Конаково, Кондопога, Кострома, Красноярск, Курган, Курск, Кызыл, Липецк, Магадан, Москва, Мурманск, Мытищи, Нарьян-Мар, Нижний Новгород, Новокузнецк, Новосибирск, Новый Уренгой, Обнинск, Орск, Пермь, Петропавловск-Камчатский, Псков, Рязань, Санкт-Петербург, Саранск, Саратов, Смоленск, Сочи, Ставрополь, Тольятти, Томск, Тула, Ульяновск, Уфа, Хабаровск, Чебоксары, Челябинск, Череповец, Энгельс, Якутск, Ярославль.

#### Издатель, Генеральный директор, главный редактор

Чириков Виктор, hockey-city@mail.ru

### Попечительский совет

Председатель Совета Райков Геннадий Иванович — Председатель Совета директоров Федерального центра информации при ЦИК России.

#### Председатель редакционного совета

Юрий Блинов, Чемпион Олимпийских игр, призер чемпионатов Мира и Европы, чемпион и обладатель Кубка СССР

Дизайн и верстка Леонид Бажора

#### Издательство

Тел.: +7(925)502-63-61
e-mail: hockey-city@mail.ru
www.hockey-city.ru
Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ № ФС 77-52891 от 20 февраля 2013 г.



Тираж 7500 штук

Отпечатано в типографии VIVA-STAR

Адрес Москва,

ул. Электрозаводская, д.20

Фото: обложка Виктор Чириков,

Федерация Хоккея России,

пресс-центр РСГУ, Айдар Магжанов,

Борис Татаринов, Динара Кафискина,

Мария Смирнова.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов

Перепечатка материалов без письменного разрешения редакции запрещается

При использовании материалов ссылка на журнал или сайт обязательна.

Материалы, помеченные в конце знаком , являются редакционными.

Редакция не несет ответственности за достоверность информации, содержа-

щейся в рекламных объявлениях







JETSPEED



MADE OF HOCKEY