

3. Организация и контроль в реабилитации здоровья студентов: учеб. Пособие / В.Ю. Волков – СПб.: Государственный технический университет, 1996. – 89 с.

4. Соловьев В.Н. Педагогические адаптационные и здоровьесберегающие технологии управления учебным процессом // *Фундаментальные исследования*. – 2008. – № 5 – С. 117-122.

## **ИСТОРИЯ РОССИЙСКОГО ХОККЕЯ**

*Гайфуллина Ильмира Абдулловна, студентка*

*Уфимский Государственный Университет Экономики и Сервиса, г.Уфа*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические и методические материалы об истории развития и становления российского хоккея.

*Ключевые слова:* хоккей с шайбой, история, спортивная игра, чемпионат мира.

*Abstract.* The article contains the theoretical and methodological materials about the history of formation and development of Russian hockey.

*Index terms:* ice hockey, history, sports games, the world championship.

Хоккей - спортивная игра, заключающаяся в противоборстве двух команд, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить её наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои ворота. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника.

Тема настоящей работы никогда не потеряет своей актуальности. Ведь физическая культура, спорт — это неотъемлемая часть общей культуры человека, которая способствует его гармоническому развитию, формированию морального и духовного облика, сохраняет на долгие годы крепкое здоровье и творческую активность.

Хоккей с шайбой является самым молодым из трех видов: хоккей на траве, хоккей с мячом, канадский хоккей (с шайбой). Последний вид пока получил наибольшее распространение.

Хоккей с шайбой является сейчас одним из самых популярных видов спорта, как в нашей стране, так и за рубежом. История его развития в России

насчитывает уже десятки лет, но интерес к этой игре только возрастает с каждым годом. Мне бы хотелось рассказать о важнейших этапах развития хоккея и проанализировать перспективы его дальнейшего развития.

Днем рождения хоккея в России и в СССР в целом считается 22 декабря 1946 года, когда в Москве, Ленинграде, Риге, Каунасе и Архангельске были сыграны первые матчи первого чемпионата СССР по хоккею с шайбой.

В 1954 году советские хоккеисты дебютировали на чемпионатах мира и сразу же заняли ведущее положение в мировом хоккее. Уже первая встреча с канадцами закончилась победой советских спортсменов. Эта победа принесла сборной СССР первый титул чемпиона мира.

В 90-е годы отсутствие стабильности побудило многих ведущих игроков искать счастья в богатых зарубежных клубах. Отечественный хоккей лишился своих звёзд, и единственным утешением может служить то обстоятельство, что большинство из них не затерялись в чужом хоккее, а наоборот — являются лидерами, в том числе и в клубах НХЛ, и тем самым поддерживают высокую марку российской хоккейной школы.

В этот период сборная России, выиграв чемпионат мира 1993 года, долго оставалась вообще без медалей. И только в последнее время российская сборная стала возвращать свою былую силу. И если на чемпионате мира в Москве 2007 года россияне оступились в полуфинале, то в 2008, в год официального 100-летия хоккея, вернули себе звание чемпионов мира, обыграв канадцев в Квебеке, а 10 мая 2009 года, сборная России подтвердила своё звание, обыграв сборную Канады в финале Чемпионата мира-2009, проходившего в Берне (Швейцария).

На сегодняшний день в России действуют три профессиональные хоккейные Лиги (КХЛ, ВХЛ, РХЛ), а также Молодежная хоккейная лига (МХЛ). Активно развивается детско-юношеский и любительский хоккей. А сборная России по хоккею снова в числе сильнейших игроков мира. И это лишь вопрос времени, когда сборная России вновь достигнет высоких результатов и звание Чемпионов мира.

Таким образом, интерес к хоккею, к истории его возникновения и развития в России, стремительно растет. Сейчас хоккей является одним из самых популярных видов спорта и с каждым годом все больше молодых ребят хотят играть в хоккей и достигать высоких результатов.

#### **Список использованной литературы:**

1. Хоккей 89-90 календарь - справочник, "Лениздат" 1989.
2. Портных Ю.И. "Спортивные игры", Москва "Физкультура и спорт" 1995.

### **РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ 18-19 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ В ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ**

*Рябкова Нинель Ивановна, старший преподаватель*

*ФГБОУ ВПО "Уральская государственная юридическая академия",*

*г. Екатеринбург*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме развития силовых способностей у юношей в процессе занятий в тренажерном зале, методические приемы использования средств атлетической гимнастики для повышения уровня силовой подготовленности юношей 18-19 лет.

*Ключевые слова:* физическая подготовленность, силовые способности, развитие силы, юноши 18 - 19 лет, атлетическая гимнастика.

*Abstract.* The article deals with theoretical and methodical approach on a problem of male power development during training in gymnasium, methods used in athletic gymnastics to improve the power level among the 18-19 year old male teenagers.

*Index terms:* Power abilities, power development, 18-19 year old male teenagers, athletic gymnastics, physical training.

Анализируя мотивационные предпочтения студентов в области занятий физической культурой, мы выяснили, что атлетическая гимнастика в этом рейтинге занимает одно из первых мест. Для юношей ведущим мотивом является развитие физической силы. Оставим в стороне профессионалов, а возьмем самого что ни на есть обыкновенного юношу-студента, для которого атлетическая гимнастика увлечение, а не дело всей жизни. Он идет в зал только для то-