



## Смысл и использование диагностики



Pavol Čupa  
[cupa@hockeyDTS.com](mailto:cupa@hockeyDTS.com)  
Ján Kostroš  
[kostros@hockeyDTS.com](mailto:kostros@hockeyDTS.com)



# ПОРТФОЛИО КОМПАНИИ



[www.hockeyDTS.ru](http://www.hockeyDTS.ru)

[www.hockeyDTS.com](http://www.hockeyDTS.com)





- **Первоначальная оценка игроков;**
- **Повышение качества подготовки**
  - **повышение эффективности тренировочного процесса и целенаправленная настройка тренировки**
  - **Индивидуализация подготовки в команде**



# Наши области индивидуальной подготовки



## Общая подготовка

Развитие кондиционно-координационных способностей  
Компенсационные упражнения

## Специальная подготовка

Техника катания  
Индивидуальные игровые действия  
(Игровые комбинации)

## Психо-мотивационная подготовка

Поставить цель  
Разрешать кризисные ситуации  
Тимбилдинг

## Остальные

## Питание

## Питьевой режим



# Создание модели индивидуальной подготовки игрока



Диагностика  
производительности

Вне  
льда

HST

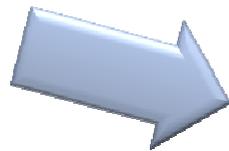
лед

Последующая  
диагностика

опорно-  
двигатель-  
ный  
аппарат

Кровь,  
СЛЮНЫ

Психо-  
диагност  
ика



## Создание нормативов



## 1. Вне льда

1. Кондиционно – координационные способности (**ST - Dryland**)
2. Функциональная диагностика (**WinGate, VO2max**)

## 2. HST

1. Функциональная диагностика (**ST - WinGate, VO2max**)
2. Максимальная мощность (**ST - Stride Power**)
3. Техника катания / навыки (**Skating Analysis**)

## 3. Лед

1. производительность (**Sport Testing on Ice**)
2. Техника катания (**Skating Analysis on Ice**)



1. психоанализ (**DAP**)
2. анализ крови, слюны (**проф. Laczó**)
  1. Оценка состояния здоровья
  2. Способность к восстановлению
3. укороченные и ослабленные мышцы и дисбаланс, неправильные стереотипы



# Sport Testing Dryland

## Практическая демонстрация



Кондиционно-координационные способности и дисбаланс

<http://www.hockeydts.com/packages/diagnostic/>

Использование техники



# Sport Testing On Ice

## Практическая демонстрация



Производительность и техника катания

<http://www.hockeydts.com/packages/diagnostic/>

Использование техники



# Sport Testing Reports

## Практическая демонстрация



## ON-LINE DIAGNOSTIC REPORTING

Оценка большего числа игроков

Групповой отчет о тестировании – 26.06.2014

Сравнение с нормативами от 01. 06. 2014

Оценка Недостаточная Ниже среднего Средняя Выше среднего Отличная

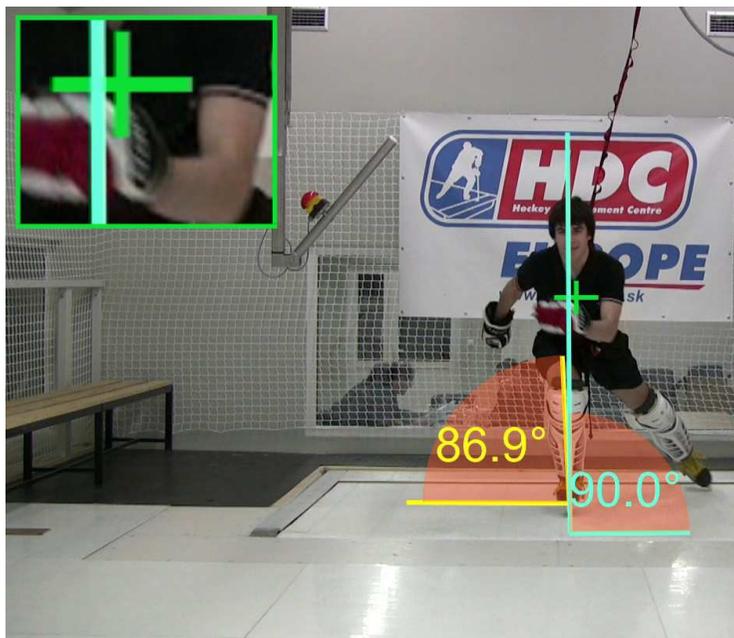
На льду – Таблица

	Катание вперед (36м 1-4-17) без шайбы на 1 м	Катание вперед (36м 1-4-17) без шайбы разница 4-1 м	Катание вперед (36м 1-4-17) без шайбы разница 17-4 м	Катание вперед (36м 1-4-17) без шайбы разница 36-17 м	Катание вперед (36м 1-4-17) без шайбы на 36 м	Катание с шайбой вперед (36м 1-4-17) на 1 м	Катание с шайбой вперед (36м 1-4-17) разница 4-1 м	Катание с шайбой вперед (36м 1-4-17) разница 17-4 м
	с	с	с	с	с	с	с	с
Baránek, Marek	0.61	0.73	1.90	2.16	5.39	0.87	0.58	1.98
Beránek, Oldřich	0.82	0.60	1.85	2.16	5.43	0.85	0.60	1.92
Černý, Robert	0.73	0.69	1.94	2.22	5.58	0.87	0.68	2.02
Chmel, Michal								
Dundáček, Filip	0.80	0.57	1.99	2.25	5.62	0.85	0.66	1.98

<http://report.hockeydts.com/players.php?lg=RU>



# Использование технологии HST



ANALYSIS SELECTION Сборы

COMMENTS

Различная величина изгиба в сравнении с позицией №4 изображает использование движения голеностопа во время фазы отталкивания. Разница градусов с позицией №4 должна быть больше чем 20 градусов.

KEY POSITIONS 1 5 / 5

1. Выпрямление топ
2. Изгиб в колене.
3. Угол изгиба голен
4. Угол изгиба голен
5. Эффективность к

<http://www.hockeydts.com/packages/fusion-skating/>



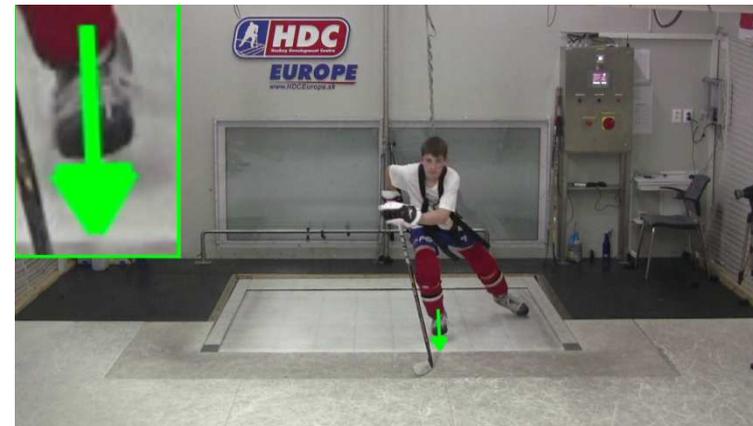
# Исследуемые оценочные параметры

<b>Название параметра:</b>	<b>Положение конька</b>
<b>Наблюдаем:</b>	Разворот носка конька в сторону
<b>Цель:</b>	Влияние разворота конька на эффективность катания.
<b>Качественная оценка:</b>	Хорошо – когда конек опорной ноги стоит ровно по направлению движения (зеленая стрелка), Плохо – когда конек опорной ноги повернут в сторону (красная стрелка).
<b>Порядок рисования:</b>	При помощи панели инструментов („Line tool“) нарисуем зеленую стрелку правильного направления катания, а красной стрелкой обозначим ошибочное направление движения.
<b>Ключевая позиция (КП):</b>	КП определим остановкой видео в положении, когда носок конька толчковой начинает отрываться ото льда и начинается одноопорная фаза.

Плохо



Хорошо



# Устранение ошибок и дефектов



Примеры упражнений на тренажере НТ:

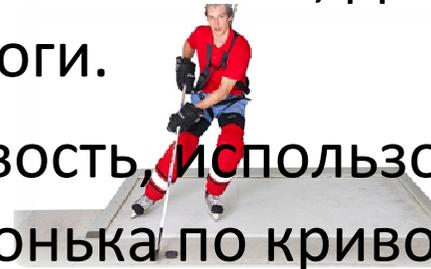
**Самокат** – качество толчка, динамическая устойчивость, положение ноги скольжения.



**Полуфонарики** – способность отталкивания, движение колена и лодыжки скользящей ноги.



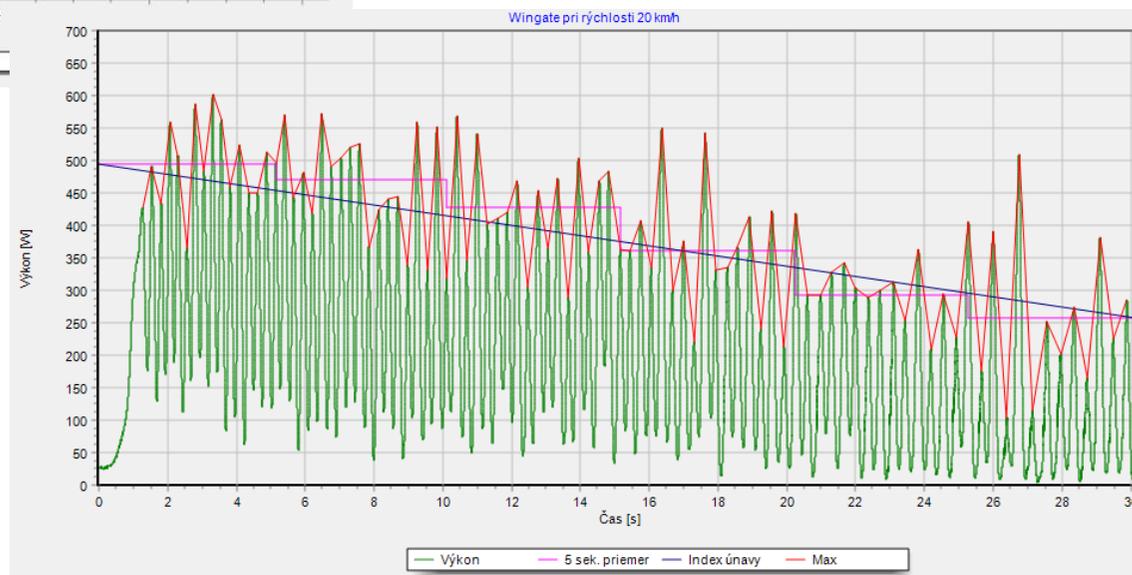
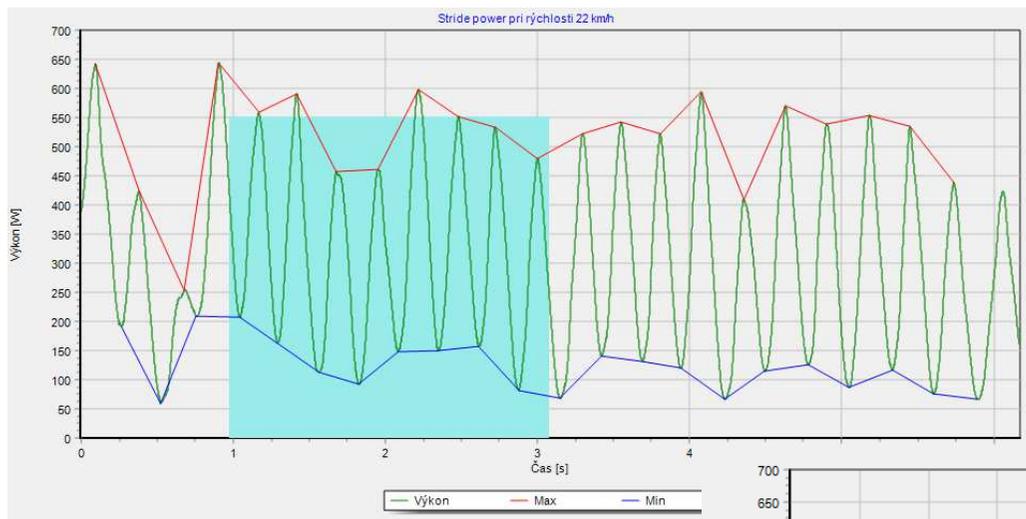
**Слалом на одной ноге** – устойчивость, использование внешнего и внутреннего ребра конька по кривой.



**Катание с клюшкой за спиной** – выпрямление толчковой ноги, осанка тела.



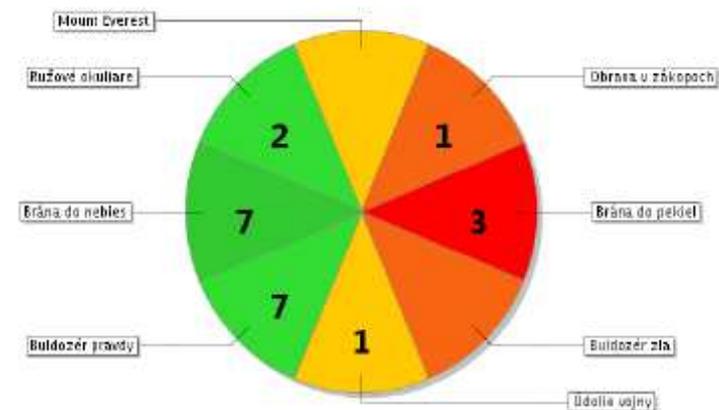
# Stride Power & Win Gate



- Открытие сильных и слабых сторон характера спортсмена
- Предпосылки эффективной коммуникации со спортсменом
- Уверенность в себе и независимость
- Уровень жизненной энергии
- Расположенность к поведению во время игры
- Как будет решать ситуации под нагрузкой
- Подсистемы сознания спортсмена: врожденные и приобретенные, проявляющиеся в поведении
- Роли спортсмена в команде, предпочитаемые и нежелательные
- Воздействие спортсмена на окружающую среду и наоборот



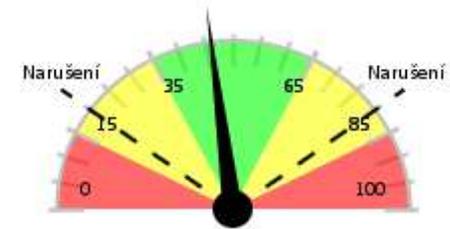
- Определение актуального количества энергии
- Определение актуального уровня мотивации для тренировки и для матча
- Мера готовности к риску
- Готовность преодолеть боль, страх, нагрузку и утомленность
- Вероятность опасности травмы



# Профиль команды



- **Сильные и слабые стороны команды**
- **Уровень готовности команды к напряженным ситуациям и уровень ожиданий**
- **Каков уровень сплочённости команды**
- **Как команда применяет правила**
- **Атмосфера в команде**
- **Разбор с учётом личностей**
- **Загруженность подсистем сознания – тело, взаимоотношения, разум, энергия**
- **Как команда реагирует на соперников**



**Каково значение диагностики и её  
применение  
на практике в тренировочном процессе?**



# Правильное создание плана

Большую помощь – использование:



- Instructor
- LuxTrainer
- Hockey drill N/A
- Intelligym
- Mental drill



# Применение тренировочных технологий и пособий для повышения эффективности подготовки



1. Fusion Skating
  1. HST – **обучение технике катания**- эффективность 20-40х;
  2. Skating Analysis – **устранение ошибок в технике катания** (обратная связь);
  3. Instructor - Видео тренировка
  4. Live Delay - обратная связь
  5. PSN - тренировка **периферического зрения**;
  6. Sport Testing – Stride power, Wingate, VO2 max
  7. ...
2. Diagnostic Sport Testing – **диагностика**
3. Game Analysis
  1. Hockey Analysis – Видеоанализ команды;
  2. Ice Time
4. Special gym & hockey equipment, ...



## Наши партнеры, занятые в наших решениях

- Treadmill (Hockey Skating Treadmill)
- DARTFISH (Skating Analysis)
- FITRONIC (Sport Testing)
- FIRSTBEAT (Pulse analysis)
- DAP (Mental Analysis)
- INTELLIGYM (Hockey Sense)
- EWON (HST Remote Control)
- ScanIce (Equipment)
- VERTIMAX (Equipment)
- BAUER (Equipment testing)



# Заключение – почему полезно с нами сотрудничать?



1. Системная разработка программ для индивидуального развития игрока и индивидуализация подготовки в команде
2. Уже существующая модель развития игрока
3. Наши результаты
4. Непрерывное развитие наших решений
5. Необходимость повышения качества профессиональных игроков
6. ...



# Вопросы?



**HDTS A.S.**

**HDTS TRAINING SYSTEMS, LTD.**

THE OFFICE FOR EUROPE & RUSSIA

THE OFFICE FOR CANADA & USA

DLHÁ 2/B,

1616 STELLA PL.

900 31 STUPAVA

PORT COQUITLAM V3C 2R3

SLOVAK REPUBLIC

CANADA

e-mail: [info@hockeyDTS.com](mailto:info@hockeyDTS.com)

[www.hockeyDTS.com](http://www.hockeyDTS.com)

