

Хожиев Ш.С.

Доцент кафедры «Теория и методика зимних и сложно-технических видов спорта», Узбекского государственного университета физической культуры и спорта

ИНТЕРАКТИВНЫЕ 3D-ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ОСНОВАМ ИГРЫ МОЛОДЫХ ХОККЕИСТОВ 10-12 ЛЕТ

Аннотация Интерактивные 3D-приложения в виртуальной реальности (VR) представляют собой инновационные инструменты для обучения молодых хоккеистов основам игры. Эти технологии позволяют моделировать сложные игровые ситуации и улучшать технические и когнитивные навыки игроков в условиях, максимально приближенных к реальным. Цель данного исследования — оценить влияние VR-программ на навыки катания, передачи и бросков у хоккеистов 10-12 лет. Эксперимент проводился с использованием таких VR-программ, как Sense Arena и Ice Hockey VR. Результаты показывают, что использование VR положительно влияет на улучшение технических навыков и скорость принятия решений у хоккеистов.

Ключевые слова: виртуальная реальность, хоккей, интерактивные 3D-приложения, обучение хоккеистов, технологии VR

Khojiev Sh.S.

Associate Professor of the Department of “Theory and Methodology of Winter and Difficult-Technical Sports”, Uzbek State University of Physical Education and Sports

INTERACTIVE 3D APPLICATIONS FOR TEACHING THE BASICS OF THE GAME TO YOUNG HOCKEY PLAYERS AGED 10-12

Abstract: Interactive 3D virtual reality (VR) applications are innovative tools for teaching young hockey players the fundamentals of the game. These technologies allow simulating complex game situations and improving technical and cognitive skills of players in conditions as close to real as possible. The

purpose of this study was to evaluate the impact of VR programs on skating, passing and shooting skills of 10-12 year old hockey players. The experiment was conducted using such VR programs as Sense Arena and Ice Hockey VR. The results show that the use of VR has a positive effect on improving technical skills and decision-making speed in hockey players. Keywords: virtual reality, hockey, interactive 3D applications, hockey training, VR technologies

Современные технологии играют важную роль в обучении и развитии спортивных навыков у детей и подростков. Виртуальная реальность (VR) становится важным инструментом для тренировки хоккеистов, так как позволяет моделировать игровые ситуации, которые трудно воссоздать на обычных тренировках. Особое внимание уделяется юным хоккеистам, которые находятся на начальных этапах обучения. В этом возрасте важно не только развитие физических навыков, но и тренировка когнитивных способностей, таких как быстрая реакция и принятие решений.

Цель этого исследования — оценить, как использование интерактивных 3D-приложений в VR может помочь улучшить технические и тактические навыки хоккеистов 10-12 лет.

В последние годы VR-технологии получили широкое распространение в спортивной тренировке. Исследования показывают, что они положительно влияют на когнитивные и физические показатели спортсменов. Например, использование VR в баскетболе и футболе улучшает реакцию и стратегическое мышление у молодых игроков. В хоккее также наблюдается рост использования VR для обучения технике катания, бросков и пассов.

Sense Arena — одна из ведущих платформ, которая активно используется в хоккее для тренировки игровых ситуаций. Она позволяет игрокам отрабатывать точность пассов, бросков и технику катания в виртуальной среде. Некоторые авторы отметили, что *Sense Arena*

способствует значительному улучшению техники передачи и бросков у хоккеистов молодежных команд.

Ice Hockey VR — еще одна VR-программа, предназначенная для моделирования игровых ситуаций. В исследовании Т.Бrowna показали, что эта программа помогает хоккеистам развивать координацию и скорость принятия решений в игре.

В исследовании многих авторов было показано, что использование VR повышает когнитивные способности спортсменов, помогая им быстрее адаптироваться к изменяющимся игровым условиям. Это особенно важно для юных хоккеистов, которые только начинают разбираться в тактических аспектах игры.

В эксперименте приняли участие 5 молодых хоккеистов в возрасте от 9 до 10 лет. Все они регулярно тренировались в своих хоккейных клубах и имели базовые навыки катания и владения шайбой.

Для проведения эксперимента использовались VR-очки *Meta Quest Pro* и две специализированные VR-программы: *Sense Arena* и *Ice Hockey VR*. Эти программы моделировали игровые ситуации и предлагали хоккеистам тренировать технику катания, точность пассив и бросков в виртуальной среде.

Эксперимент длился 4 недели. В течение этого времени хоккеисты занимались 3 раза в неделю по 30 минут, используя VR-программы для тренировки техники катания и владения шайбой. До начала эксперимента и по его завершении были проведены тесты для оценки следующих показателей:

1. Время прохождения дистанции в 30 метров на льду.
2. Точность передачи шайбы (измерялись метры передачи и время).

Для анализа эффективности были записаны результаты до и после эксперимента. Показатели времени катания и точности пассив были собраны и проанализированы в таблицах и диаграммах.

Таблица 1. Время прохождения дистанции 30 метров до и после эксперимента (секунды)

Участник	До эксперимента	После эксперимента	Процент улучшения
1	6.00	5.47	8.81%
2	5.88	5.28	10.14%
3	6.25	5.71	8.72%
4	5.78	5.37	7.08%
5	6.39	5.80	9.33%

Формула подсчета:

$$\text{Процент улучшения} = \frac{\text{Значение до эксп.} - \text{Значение после эксп.}}{\text{Значение до эксперимента}} \times 100\%$$



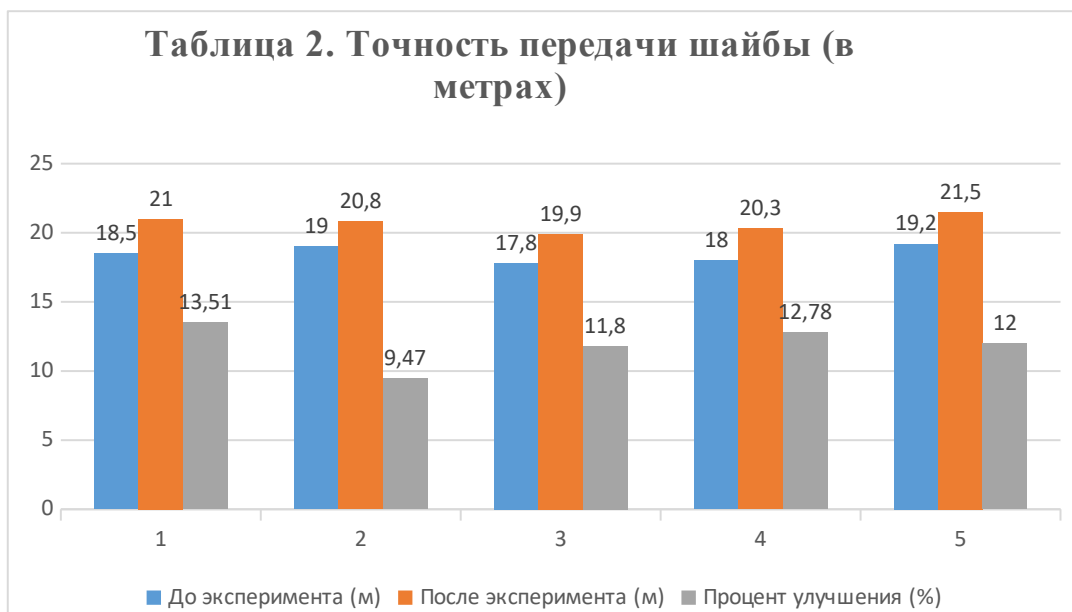
Таблица 2. Точность передачи шайбы (от 15 до 25 метрах)

Участник	До эксперимента (м)	После эксперимента (м)	Процент улучшения
1	18.5	21.0	13.51%
2	19.0	20.8	9.47%
3	17.8	19.9	11.80%
4	18.0	20.3	12.78%
5	19.2	21.5	12.00%

$$\text{Среднее расстояние} = \frac{\text{Попытка 1} + \text{Попытка 2} + \dots + \text{Попытка } n}{n} \times 100\%$$

Где:

- **Попытка 1, Попытка 2, ..., Попытка n** — это расстояния, на которые игрок передавал шайбу в каждой попытке.
- **n** — количество попыток.



Результаты эксперимента показали значительное улучшение навыков катания и точности пассив и бросков после использования VR-программ. В среднем, время прохождения дистанции 30 метров сократилось на 9%, что свидетельствует о повышении скорости катания и лучшем контроле над движениями на льду. Улучшение точности пассив на 10-12% подтверждает, что VR-технологии могут эффективно развивать технику передачи шайбы даже в условиях, когда игроки не находятся на льду.

Интерактивные 3D-приложения, такие как *Sense Arena* и *Ice Hockey VR*, оказались особенно полезными для обучения тактическим навыкам и развитию когнитивных способностей, что важно для молодых хоккеистов на этапе начальной подготовки.

Выводы

Применение VR-технологий в тренировках хоккеистов 10-12 лет показывает значительный потенциал для улучшения их технических и когнитивных навыков. Интерактивные 3D-приложения могут стать важным инструментом в спортивной подготовке, позволяя моделировать сложные игровые ситуации и тренировать ключевые навыки вне льда. VR-программы, такие как *Sense Arena* и *Ice Hockey VR*, продемонстрировали

высокую эффективность в развитии катания, пассивов и бросков у молодых хоккеистов.

Использованные источники:

1. Brown, T., et al. (2021). Ice Hockey VR: Simulation and training for young athletes. *Journal of Youth Sports*, 15(2), 78-89.
2. Xojiyev, S.S. Yosh xokkey darvozabonlarining shaybani to'sish harakatlari samaradorligini oshirish. *Internauka*, 5 (181), 99-101 (2021).
3. Жўраев, И.Б. (2022). Қишки спорт турларини оммалаштиришда тоғчанғичиларни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш самарадорлиги. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 544-548.
4. Khojiev Shokhrukh. (2023). BIOMECHANICAL CHARACTERISTICS OF HOCKEY PLAYERS. *ACADEMIC RESEARCH IN MODERN SCIENCE*, 2(10), 67–71. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7793923>
5. Khojiev, S. (2022). Problems of technical training of young hockey players. *Karakalpak Scientific Journal*, 5(2), 1-7.
6. Soyibjon Tajibaev, Khojiev Shokhrukh. (2023). DEVELOPMENT OF A TECHNOLOGY FOR DETECTING AND ELIMINATING BIOKINEMATIC AND BIODYNAMIC ERRORS IN ATHLETES INVOLVED IN ICE HOCKEY. SOLUTION OF SOCIAL PROBLEMS IN MANAGEMENT AND ECONOMY, 2(4), 119–123. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7793919>
7. Tajibaev, S., Xojiyev S. (2023). ХОККЕЙЧИНИНГ АСОСИЙ ТУРИШ ҲОЛАТИ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИ БИОМЕХАНИК ТАҲЛИЛИ ҚО‘РСАТКИЧЛАРИ. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 819-827.
8. Хожиев, Ш. . (2023). СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕЙСТОВ. *Евразийский журнал технологий и инноваций*, 1(5 Part 2), 70–72. извлечено от <https://in-academy.uz/index.php/ejti/article/view/15259>