

Welcome to ice hockey

A concise guide
to junior ice hockey



INTERNATIONAL
ICE HOCKEY
FEDERATION



ice hockey
is for **me**



Nemzetközi Jégkorong Szövetség

Brandschenkestrasse 50

Postfach

CH-8027 Zurich

office@iihf.com

www.iihf.com

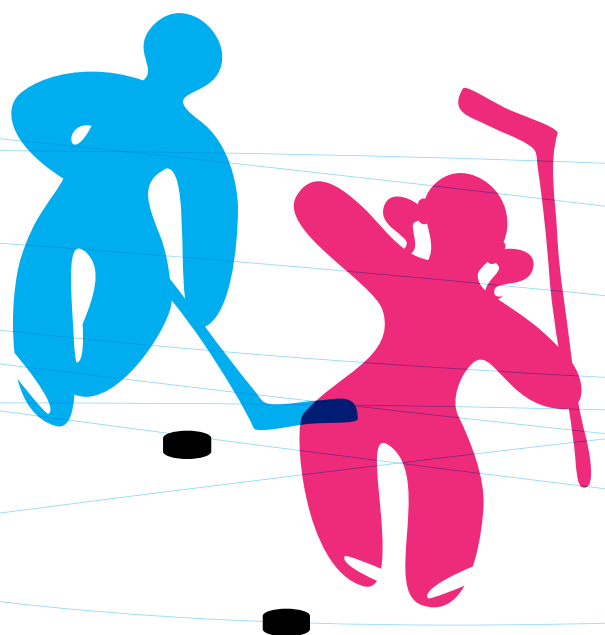
Welcome to ice hockey

A concise guide
to junior ice hockey



ice hockey
is for **me**

The International Ice Hockey
welcomes you to the **WORLD**





Mi is a Jégkorong?

A jégkorong a leggyorsabb csapatjáték a világon közel 2 millió játékosal, beleértve a női, férfi és utánpótlás játékosokat is.

Ez egy olyan sport amely a csapatmunkára, fegyelemre és a gyorsaságra épít. Olyan játék amely gyors gondolkodást és gyors reakciókat kíván meg, továbbá igényli számos speciális készség fejlesztését, mint például a korcsolyázás, passzolás, korong kezelés, valamint a lövés.

Miért vegyél ebben Te is részt?

A gyerekek számára számtalan előnye van: olyan készségeket sajátítanak el, amelyek erősítik agilitásukat, erősségüket és koordinációjukat. A jégkorong továbbá fejleszti a gyermek magabiztosságát, sportszerűségét, önbecsülését és csapatjátékra való készségeit. De ami a legfontosabb: jól fogják magukat érezni egy pozitív, egészséges és biztonságos környezetben, ahol még több gyerekkel találkozhatnak.

A készségek melyeket a jégpályán sajátítottál el, megerősítik majd az otthon tanult készségeket. Például a csapatmunka, a feladatok és sikerek megosztása fontos tulajdonság az élet mindent területén.

Ezt a játékot nagyszerű nézni, de még jobb játszani! Az élmény már ott kezdődik ahogy a játékos a jégre lép, és ez az élvezet csak fokozódik, ahogy megkezdődik a játék.

A Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) üdvözl Téged a jégkorong csodálatos világában.

Tudtad –e?

A Nemzetközi Jégkorong Szövetség a nemzetközi jégkorong irányító testülete. A Nemzetközi Jégkorong Szövetséget 69 Nemzeti Szövetség alkotja. A Szövetség felelős a Jégkorong Világbajnokságokért és az Olimpiai Jégkorong Tornákért, valamint a játék fejlesztéséért és promóciójáért világszerte.

AMIÉRT A GYEREKEK JÉGKORONGOZNAK

Egy tanulmányt készítettek hogy meghatározzák azt, a gyerekek vajon miért is vesznek részt a jégkorongban, és miért folytatják azt később. Számos okot felsoroltak, amelyeket négy csoportba lehet osztani; ezek az okok fontossági sorrendben a következők:

- ✓ Kapcsolat
- ✓ Jó érzés
- ✓ Tökéletesség
- ✓ Siker

Kapcsolat

A gyerekek szoros kapcsolatot szeretnének kialakítani és fenntartani a csapattársaikkal és az edzőikkel. Szeretnék ha elfogadnák őket a csapatuk tagjaként, és szeretnék ha a csapattársaik értékelnék őket, de ezzel együtt jól is akarják magukat érezni. A gyerekek szeretnek:

- ✓ barátságokat kötni
- ✓ a csapattársaikkal játszani
- ✓ szeretik a csapatgyűléseket és összejöveteleket

Jó érzés

Élvezik a gyorsaságot és a versenyt amit a jégkorong nyújt, valamint szeretik annak az újszerűségét, hogy egy olyan sportot játszanak, ami más mint a többi. Szeretik:

- ✓ a játék izgalmát és tempóját
- ✓ azt az érzést, hogy ők egy csapat tagjai
- ✓ és szeretnek keményen dolgozni

Tökéletesség

Szeretnének kitűnni a jégkorongban, szeretnék elsajátítani a játék minden csínját-bínját, és szeretnének jó jégkorongosokká válni. Szeretnének:

- ✓ képességeket fejleszteni
- ✓ új dolgokat tanulni
- ✓ a legjobbnak lenni

Siker

A gyerekek szeretik ha elismerésben és csodálatban van részük azért amit tettek, véghezvittek. Mindezt elismerést, jutalmat szeretnének kapni és szeretnének ismert jégkorongozók lenni. Szeretik:

- ✓ a győzelmet
- ✓ ha elismerik a jó teljesítményüket
- ✓ ha trófeákat, díjakat kapnak

A JÉGKORONG EGY CSALÁDI FOGALOM

Az egész család egyetért abban, hogy támogassák a gyerekeiket a jégkorongban. Ennek egyik legjobb módja ha megmutatják, hogy ők is részesei szeretnének ennek lenni! Ha a gyerekek látják hogy a szüleiket is feldobja a jégkorong, akkor ők is élvezni fogják ezt a játékot.

Az összes jégkorongos program a szülők, nagyszülők, és egyéb családtagok támogatásán múlik. A szülők szerepe a gyerekek tevékenységében pozitív kell hogy legyen; olyan szerep kell, ami támogat és bátorít. Sohasem szabad sértőnek és negatívnak lenni.

Azokat az életben fontos készségeket a küzdőtéren is meg kell erősíteni, amelyeket a gyerekek otthon már megtanultak. Például ahhoz hogy valaki „csapatjátékos” legyen, nem elég ha csak a jégpályán az; illetve az, hogy megtanulunk osztozkodni, nem csak otthon szükséges.

A Nemzetközi Jégkorong Szövetség hangsúlyt fektet a Fair Play-re (Sportszerűség) és a Respect-re (Tisztelet) mindenki irányában, aki részese a sportnak: játékosok, csapattársak, ellenfél, játékvezetők, csapat személyzete és a szülők, függetlenül attól, hogy ki milyen szinten áll. A Fair Play és Respect olyan életre szóló készségek, amelyeket a gyerekeknek meg kell tanítani és egyben olyan fontos üzenet is, melyet újra és újra meg kell erősíteni.

A szülőknek abban is fontos szerepük van, hogy biztosítsák gyermekeik számára a biztonságot. Ahhoz, hogy a gyereket a játék során a legnagyobb biztonságban tudjuk, a legfontosabb a megfelelő öltözet és a megfelelő felszerelés. További részletekért a felszereléssel kapcsolatban lapozzatok tovább.



Megjegyzendő...

A gyerekek a saját kedvükért vesznek részt a sportban és nem a szüleik kedvéért. Egy gyereket nem szabad erőltetni, hogy sportoljon, ha nem akar.

A JÉGKORONG NÉGY ALAPKÉSZSÉGE

A korcsolyázás

az ami a jégkorongot egyedivé teszi, és ez legalább olyan fontos a jégkorongban, mint a futás a fociban. A korcsolyázás valami olyan, amit a játékosok állandóan fejleszteni akarnak, attól függetlenül, hogy milyen szinten állnak. Jó korcsolyázási tudás nélkül a játékosok kevésbé tudják a többi alapvető készséget jól csinálni.

A hokiütő használatát

talán a legnehezebb elsajátítani a négy alapkészség közül. Ez teszi lehetővé a játékos számára hogy a korongot lekezelje és az ellenfél körül mozogjon vele, mindezt azért, hogy jobb gólhelyzetei legyenek. A hokiütő kezelése az egyik legérdekesebb része a jégkorongnak mikor nézzük azt. Minél ügyesebbé lesz ebben a játékos, annál jobban válik a játék szerves részévé.

A passzolás

az amittől a jégkorong valóban egy igazi csapatjáték lesz, és ez segít abban, hogy a játék élvezet legyen. A passzolás mindenkit bevon a játékba, és így válik a pontszerzés a csapat közös törekvésévé. Tulajdonképpen magának a játéknak is ez a lényege, vagyis együtt dolgozni a csapattársakkal úgy, hogy sikert érjenek el. A passzolás teszi lehetővé, hogy a gólszerzés öröme a csapattársak megoszthassák. Jegyezzétek meg, hogy egy gólpasz legalább olyan fontos, mint egy gól.

A lövés

a végeredménye egy támadó csapatjátéknak, és ez az a cselekvés, ami a gólt eredményezi. Sok játékos tölti ideje legnagyobb részét a lövés gyakorlásával, mert azt gondolják, hogy a gól a legnagyobb öröm. De a statisztikák azt mutatják, hogy a játékosok általában kevesebb mint hat alkalommal lönek kapura egy egész mérkőzés alatt.

Amikor a játékosok a jégkorong különféle készségeit gyakorolják, akkor egyenlő mértékben kell azokra koncentrálniuk és azokat gyakorolniuk. A korcsolyázásra azonban mindig hangsúlyt kell fektetni.

FELSZERELÉS

Itt olvashatnak a szülők alapvető tanácsokat azzal kapcsolatban, hogy hogyan is válasszák ki a megfelelő védőfelszerelést a gyerekeiknek, még mielőtt jégre lépnek. Az itt található információ azonban csupán útmutató.

Kiemelünk három fontos szempontot amelyeket mindenképpen figyelembe kell venni, amikor jégkorong felszerelést vásárolunk:

1. felszerelésnek tökéletesen kell illeszkednie,
2. a felszerelésnek tökéletes állapotúnak kell lennie,
3. valamint a felszerelést tökéletesen kell karbantartani

Amennyiben egy felszerelés törött akkor azt azonnal cserélni kell, vagy szakemberrel azonnal meg kell javíttatni. Használat után minden felszerelést ki kell venni a táskából és fel kell akasztani, hogy megszáradjon. Találjátok ki, hogy a gyerekek milyen felszerelés kell ahhoz, hogy a jégre léphessen. A négy legfontosabb felszerelés amit ki kell választani a következő:

Korcsolya

- A korcsolya a jégkorongos legfontosabb felszerelése.
- Soha ne vegyél olyan korcsolyát ami túl nagy, amibe majd belenőhet a lábad, mert megsérülhetsz, és ez visszaveti a korcsolyázási képességeidet
- A fiatal játékosoknak akkora korcsolya kell, mint amekkora cipőt hordanak

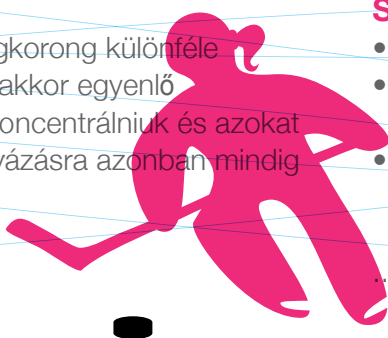
Kesztyű

- A kesztyű kényelmesen passzoljon a játékos kezére, de semmiképpen ne túl szorosan.
- A kesztyűnek fednie kell a könyökvédőt mindenféle mozdulat során.
- A kesztyű hátulján levő tömés ellen kell hogy álljon minden ütésnek.

Sisak

- A sisakot lazítsd meg és nyisd fel
- Tedd rá a játékos fejére és nyomd össze, hogy kényelmes legyen
- Végül szorítsd meg a kötőt úgy, hogy a sisak a fejen van

...and for the **Stick** > flip to the next page.



Equipment continued

Ütő

- Ha már a korcsolya rajtatok van, akkor az ütő az állig érhet csupán.
- A Junior ütőket a fiatalabbak használhatják, mivel ezek az ütők könnyebbek, keskenyebb törzzsel, nyéllel, rövidebb éllel és nagyobb rugalmassággal.
- Az él teljes alja a jeget kell hogy érje, amikor a játékos már alaphelyzetben van.

Egy adott felszerelésnek mindig teljes egészében takarnia kell a védett testrészt. Soha nem szabad olyat venni amibe majd belenő a játékos, mert ezzel komoly veszélynek teszi ki magát.



A JÓ KEZDET

Létezik egy tanulási folyamat amelyen mindegyik játékosnak át kell mennie annak érdekében, hogy megtanulja az alapvető készségeket. Ez abban segít neki, hogy élvezze a jégkorong izgalmát és örömeit. Ebben a tanulási folyamatban az első lépés a legfontosabb, mivel ez ismerteti meg a kezdő játékosal a jégkorongot, és ez adja a játékkal kapcsolatos első benyomásokat.

Amennyiben a gyerekeknek pozitívan, szórakozással és vidámsággal átítatva mutatják be ezt a játékot, akkor nem csak hogy élvezni fogják ezt az élményt, hanem biztosan vissza is akarnak oda újra menni és folytatni a játékot.

Azzal, hogy a gyerekek gyakorolni és játszani is kezdik a keresztbe jégkorongot, egyben megtanulják azokat az alapvető készségeket, amelyek szükségesek a jégkoronghoz. A keresztbe jégkorong azt jelenti, hogy nem egész pályán, hanem csak egy harmadban játszanak. Ez egy vidám, nem versenyszerű légkört eredményez, különösen ahogy elkezdik kipróbálni az új készségeket és kezdenek sikeresek lenni azokban – a siker sikert szül.

A Nemzetközi Jégkorong Szövetség Learn to Play (Tanulj Játsszani) programja a megfelelő mód arra, hogy a gyerekekkel megismertessük ezt a sportot és egyben az első lépés, hogy jégkorongozókká váljanak.

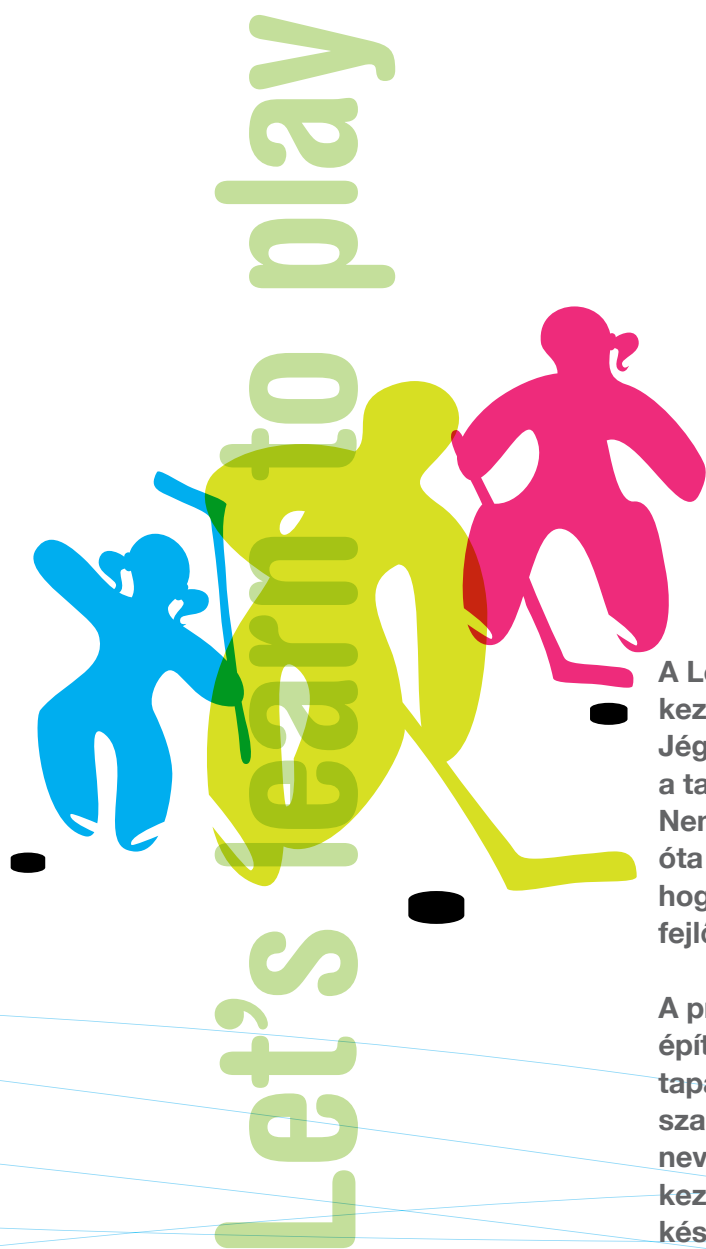




The Learn to Play Programme

“A Nemzetközi Jégkorong Szövetség örömére szolgál, hogy elindíthatja a Learn to Play programot a jégkorong világméretű fejlődéséért. Bízunk benne, hogy tagszövetségeink (a Nemzeti Szövetségek) részt vesznek majd ebben a programban, hogy a kezdő játékosokkal megismertessék a mi sportunkat, és olyan készségeket tanítsanak meg nekik, melyek egy életre szólnak.”

René Fasel, Nemzetközi Jégkorong Szövetség elnöke



A Learn to Play program egy olyan újfajta kezdeményezés, amelyet a Nemzetközi Jégkorong Szövetség indított el. Közös a tag Nemzetközi Szövetségekkel, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség 2002 óta arra használja ezt a programot, hogy globálisan támogassa a jégkorong fejlődését.

A program egy olyan közös törekvés, mely épít a világszerte megszerzett jégkorongos tapasztalatokra és a nemzetközi szaktudásra. A program egy gyerekközpontú nevelési szemléletet támogat azzal, hogy a kezdő és fiatal játékosoknak a jégkorong készségeit tanítja meg.

A Learn to Play egy jól összeállított lépcsőzetes program, ami segít abban, hogy a gyerekek jól érezzék magukat és vidámak legyenek, miközben a fantasztikus jégkorong alapjait tanulják.

A PROGRAM CÉLKITŰZÉSEI

A program fő célkitűzése az, hogy a 6 és 9 év közötti gyerekeknek a lehető legjobban bemutassa a jégkorongot. Ezen a szinten a jégkorong a játékra kell hogy épüljön, fontos hogy mindenki részt vegyen benne, valamint hogy megtanulják az alapvető készségeket.

Ezek a jégkorong készségek a következők:

- Korcsolyázás
- Ütőkezelés
- Megállás
- Passzolás
- Fordulás
- Lövés

A jégkorong speciális készségein felül a Learn to Play elősegíti egyéb értékes életre szóló tulajdonságok fejlődését is, amelyeket egy gyerek a mindennapi élete során is tud hasznosítani.

Mint például:

- Jól szórakozni, eközben pedig egy komoly fizikai erőpróbán részt venni
- Egyetértést kialakítani csapatjáték során
- Részt venni számos szituációban és játék helyzetben
- A koordináció és az alapvető mozgási képességek fejlesztése
- A következő fogalmak bevezetése: együttműködés, sportszerűség és tisztelet
- A gyermek magabiztosságának és önérzetének fejlesztése



Emlékezz!

A Learn to Play program sokkal többre tanít meg, mint csupán a jégkorongos képességekre!

A LEARN TO PLAY PROGRAM ELŐNYEI

A Learn to Play program felismeri a gyerekek fejlődési igényeit. Fontos szem előtt tartani azt hogy a gyerekek nem mini-felnőttek, valamint hogy amilyen módon a gyerekek tanulnak az teljesen más, mint ahogy a felnőttek tanulnak. A gyerekek más szemszögből néznek a világra, és ebből kifolyólag máshogy reagálnak különféle helyzetekre.

A programot azért indították be, hogy a gyerekeknek egy teljes képet mutathassanak a jégkorong élményéről, amely egyben megtanítja nekik az alapkészségeket is. Ez a játékosokat úgy tartja a játékban, hogy közben a vidámságra és a részvételre koncentráljanak, nem pedig a győzelemre.

Sok szülő szeretné ha gyermeke ugyanúgy teljes pályán jégkorongozna mint a profik, mert szeretnék ha gyermekük az „igazi” jégkorongot tapasztalná meg. Azonban képzeljünk el egy gyereket amint korcsolyázni próbál egy koronggal, miközben különféle gyakorlatokat hajt végre a teljes 60 méteres jégpályán. Meddig fog ez tartani? Mennyi energiát fog igénybe venni? A játékos döntéshozó-képessége erősödik ezáltal?

Egy gyereknek ez ugyanolyan nehéz, mint amikor egy felnőtt játszik egy focipálya nagyságú jégpályán.

A keresztbe jégkorong néhány előnye a következő:

- A korongbirtoklási idő mindegyik játékosnál megnövekszik
- Gyakrabban és gyorsabban születik döntés
- Több lövés és védés a kapusoknak
- Hatékonyabb idő-és helykihasználás
- Több csapat tud egyszerre gyakorolni azáltal, hogy megosztják a jégpályát
- Több gyerek kap lehetőséget a játékra, így sikeresebbnek érezhetik magukat
- Minden gyerek előnyét fogja élvezni annak, hogy egymáshoz közelebb játszanak a jégen
- A gyerekek aktívabbak a szünetekben, a középső harmadban

KERESZTBE-JÉGKORONG - GYAKORLÁS & JATEK

Számos különböző komponense van a keresztbe jégkorong gyakorlási és tanulási modelljének, amelyre a Learn to Play program is épült: A kulcsfontosságú komponensek a következők:

A keresztbe jégkorong területe

Minden gyakorlatot és játékot keresztben játszanak 3 harmadban, mindegyik a normális jégpálya mérete egyharmadának felel meg. A keresztbe jégkorong modelljét a világon számos vezető jégkorongos nemzet használta már évekig, és a koncepció mindenhol kiállta a próbát.

Gyerek-méretű kapu

Gyerekek megfelelő méretű hálót használnak azért, hogy a kapusnak is nagyobb esélye legyen a sikerre.

Kisebb súlyú korongokat

használnak annak érdekében, hogy a gyerekeknek fejlődjön a koronggal való munkájuk. Ez egy normális méretű korong, ami azonban könnyebb mint az eredeti.

GYAKORLÁS

- A gyerekeknek több energiájuk van amikor 30 méteren korcsolyáznak, és nem 60 méteren
- A kisebb csapat méret egyben azt is jelenti, hogy a tanulás és tanítás hatékonyabb
- Több játékos lehet a jégen egyszerre
- A gyakorlatokat úgy tervezik, hogy a csapat különböző szinteket álló játékosai is mind egyformán tanulhassanak belőle
- A koronggal való gyakoribb érintkezés fejleszti az ebbéli készségeket
- Több gyakorlásra van lehetőség
- A döntéshozatali képesség erősítése
- Az egy játékosra jutó költségek csökkenése

A JÉGPÁLYA MÉRETE!

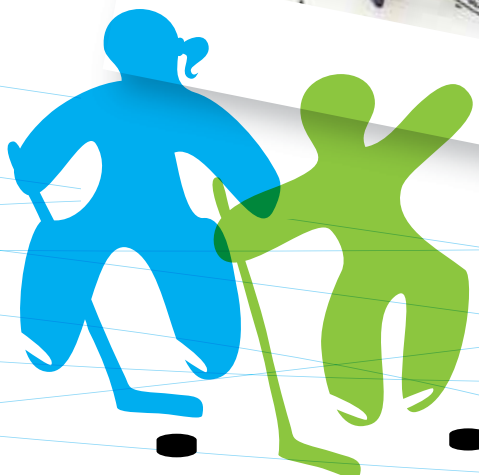
Amikor egy gyerek egy teljes méretű jégpályán játszik olyan, mintha egy felnőtt egy focipálya méretű pályán jégkorongozna.

A Learn to Play Gyakorlati Kézikönyve

A Nemzetközi Jégkorong Szövetség 4 Gyakorlati Kézikönyvet állított össze összesen 80 gyakorlattal, hogy segítse a Nemzeti Szövetségeket és a helyi jégkorong klubokat abban, hogy megszervezzék és működtessék a saját Learn to Play programjukat.

A gyakorlatokat úgy állították össze hogy egymásra épüljenek, vagyis mindegyik készség beépül már a következőbe. Mindegyik gyakorlatnak speciális célja van, amely adott alapvető jégkorongos képességet mutat be, illetve fejleszt. Számos vidám játék is szerepel a gyakorlatsorban azért, hogy erősítse a tanulási folyamatot. A program későbbi részében már keresztbe jégkorongos játékok is szerepelnek.

Mindezek mellett a program ösztönzi az olyan életreszóló és értékes tulajdonságok fejlesztését mint például az önbizalom, csapatmunka, kommunikáció és sportszerűség.

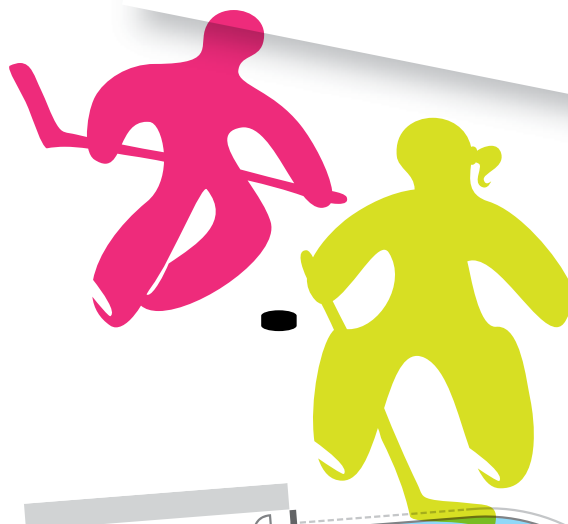


JÁTÉKOK

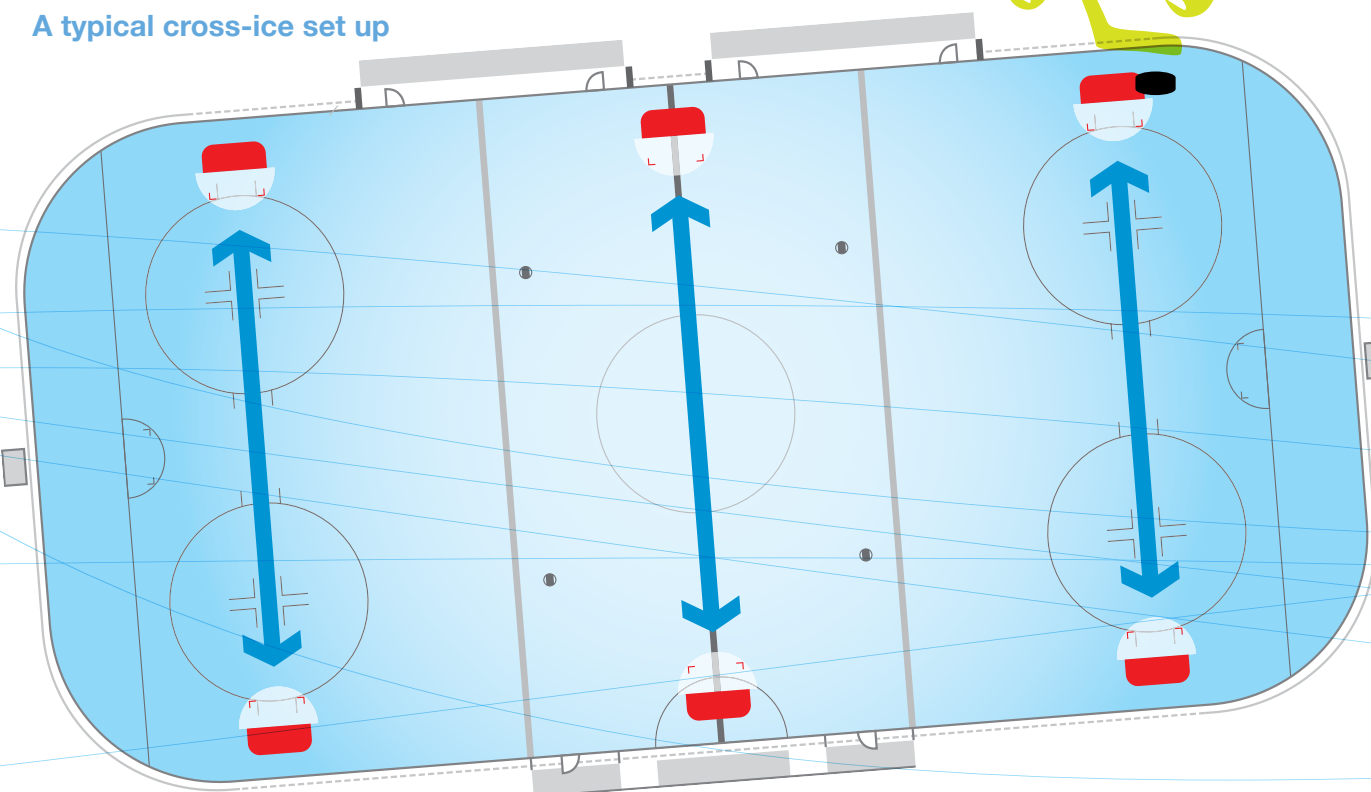
A játékokat Fesztiválok (barátságos tornák) során játsszák, naponta több meccsel. Azért szervezik így, hogy ezáltal több gyereknek adják meg a lehetőséget a részvételre egyenlő játékidővel, és lehetőséget adjanak nekik, hogy fejlesszék a képességeiket azzal, hogy játszanak. Ez úgy néz ki, hogy a pálya mindkét végén vannak a meccsek, a középső részt pedig arra használják, hogy a játékosok ott pihenjenek és gyakoroljanak.

Fesztivál Szervezések

- Minden klub rendezhet Fesztivál
- Eredményeket nem jegyeznek fel, nincs statisztika
- Egyenlő jégen töltött idő minden játékosnak (60-90 másodperces csere)
- Egyenlő erősségű csapatok játszanak (5-5, 4-4, 3-3)
- A body checking (testjáték) nem megengedett.
- Nincs büntetés, de a játékvezető a játékot megállítja, hogy a szabálytalanságot megbeszéljék



A typical cross-ice set up



FELKÉSZÍTENI A JÁTÉKOSOKAT A JÖVŐRE

Akármelyik jégkorongos programról is beszélünk az biztos, hogy egyik célkitűzésük az, hogy a játékosokat a jövőbeli szerepléseikre készítsék fel fizikai és szellemi képességeik egyidejű fejlesztésével.

A keresztbe jégkorong modell igazi jégkorong gyermekméretben. A keresztbe jégkorong modell megtanítja a gyerekeknek az alapvető készségeket amelyek szükségesek a teljes jégen való játékhoz, bár ott már nagyobb méretben. A játékosok egyenlő részvétele építi meg a csapatmunka és az együttműködés alapját, így készítve fel a játékosokat a jövőbeli teljes jégen való versenyekre.

MIÉRT ÍGY?

A vezető jégkorongos nemzetek sok éve használják már a keresztbe jégkorong modelljét a gyakorlás illetve a játék során, és az ő tapasztalatuk a Learn to Play program alapja. Számos másik sport is használta ezt játékosai fejlesztésére.

A jégkorong csapatsport, és mint a Hosszútávú Fejlesztési Terv része, megkövetel egy előrelátó hozzáállást a fiatalok fejlesztéshez. Az edzések során a hangsúly az általános alapvető mozgási és technikai készségek fejlesztésén van. Ahogy a játékos fejlődik és idősödik, már megismerkedhet különféle taktikai elemekkel, és a hangsúlyt egyre inkább lehet a győzelemre fektetni.

TUDJ MEG TÖBBET

Amennyiben többet szeretnél megtudni a jégkorongról, látogass el a Nemzetközi Jégkorong Szövetség honlapjára (www.iihf.com). Itt találhatsz híreket és újdonságokat a jégkorong világgal, a legfrissebb világbajnokságokkal valamint a Sport Fejlesztési Programokkal kapcsolatban. Megtalálod továbbá az összes Nemzeti Szövetség elérhetőségét.

Ha még több információt szeretnél a saját országodban levő jégkorongról, valamint hogy a gyermeked hogyan kezdheti el jégkorongos élményeit, akkor lépj kapcsolatba a Nemzeti Szövetségeddel vagy a helyi jégkorong klubbal.

Tudtad –e?

Egy 60 perces teljes jégen való játékról szóló tanulmány szerint, a tényleges játékidő kevesebb mint 21 perc volt.

A keresztbe jégkorong több időt ad a játékosoknak a jégen, illetve több lehetőséget a játékban.

Learning today...
Winning tomorrow!



JÉGKORONG SZÓJEGYZÉK A –től Z-ig

Gólpasz (Assist)

A statisztikában az a támadó játékos (játékosok) kapnak pontot a gólpaszért, akik részt vettek a támadásban a gólszerző előtt. Legfeljebb 2 gólpaszos lehet gólonként.

Visszavédekezés (Back Check)

A csatárok akciója amikor visszakorcsolyáznak a védőharmadba azért, hogy az ellenfél támadójátékát megakadályozzák.

Ütközés (Body Check) Úgy használni a testet, hogy az ellenfelet – akinél a korong van - megakadályozzuk a támadásban vagy védekezésben.

Szóló (Breakaway)

Egy lövési lehetőség, amikor nincsenek védő játékosok a korongot birtokló támadó és az ellenfél kapusa között.

Korongkihozatal (Breakout)

A korongot birtokló csapat mozgása a védekező harmadból kifelé.

Csere játék közben (Changing On The Fly)

Játékosok cseréje anélkül, hogy a játék megállna.

Felszabadítás (Clearing The Puck)

A korong elütése a védőharmadból vagy a kapu közeléből.

Késleltetett kiállítás (Delayed Whistle)

Amikor szabálytalanság történik, a játékvezető nem sípol addig, amíg a vétkes csapat nem szerzi meg a korongot. Abban a pillanatban, hogy a szabálytalanságot elkövető csapat hozzájut a koronghoz, a játék megáll.

Buli (Face-Off)

A játék megkezdése, amikor a korongot leejtik a két csapat egy-egy játékosa közé.

Letámadás (Forechecking)

A korongot birtokló ellenfél megzavarása a semleges vagy a saját harmadában

Kapuelőtér (Goal Crease)

A kapu előtt kijelölt terület. Támadó játékos nem léphet be erre a területre, kivéve ha a korong már bent van.

Gólbíró (Goal Judge)

A kapu mögött ülő hivatalos személy, aki azt figyeli, hogy mikor megy a korong a kapuba. Ha véleménykülönbség alakul ki, akkor a játékvezető hozza meg a végső döntést.

Mesterhármas (Hat Trick)

Ha egy játékos három gólt lő egy mérkőzés során.

Tilos felszabadítás (Icing)

Amikor mind a két csapatnak egyenlő számú játékosa van a jégen, akkor egyik csapat sem ütheti el a korongot a középső piros vonal mögül, az ellenfél gólvonalán túl (kivéve ha a korong a kapuba megy).

Hivatalos személyek (Minor Officials)

Ide tartoznak a gólbírók, az időmérők, a büntetőidő mérői és a hivatalos statisztikus. Gyakran nevezik zsűrinek is. A fiatalok játékában ezek nem mindegyike használatos.

Les (Offside)

Amikor egy támadó játékos megelőzi a korongot, és a kék vonalon keresztül belép az ellenfél harmadába. Les után buli következik a semleges harmadban.

Kiszúrás (Poke Check)

Az ütő élét használjuk arra, hogy a korongot az ellenféltől elüssük.

Emberelőny (Power Play)

Az ellenfél büntetésének köszönhetően létszámfölényben játszó csapat kísérlete a gólra.

Játékvezetői terület (Referee's Crease)

Egy piros félkörrel jelzett terület a zsűri előtt, ahova a játékosnak tilos belépnie, amíg a bíró büntetést bejelenti.

Takarás (Screen)

A támadó játékosok úgy helyezkednek, hogy az ellenfél kapusa lövésakor ne láthassa a korongot.

Emberhátrány (Shorthanded)

Amikor a csapat egy vagy két játékosal kevesebbrel játszik mint az ellenfele, a büntetések miatt.

Pattintott Lövés (Slap Shot)

Egy hátulról, a levegőből nagy lendülettel indított erős lövés.

Slot

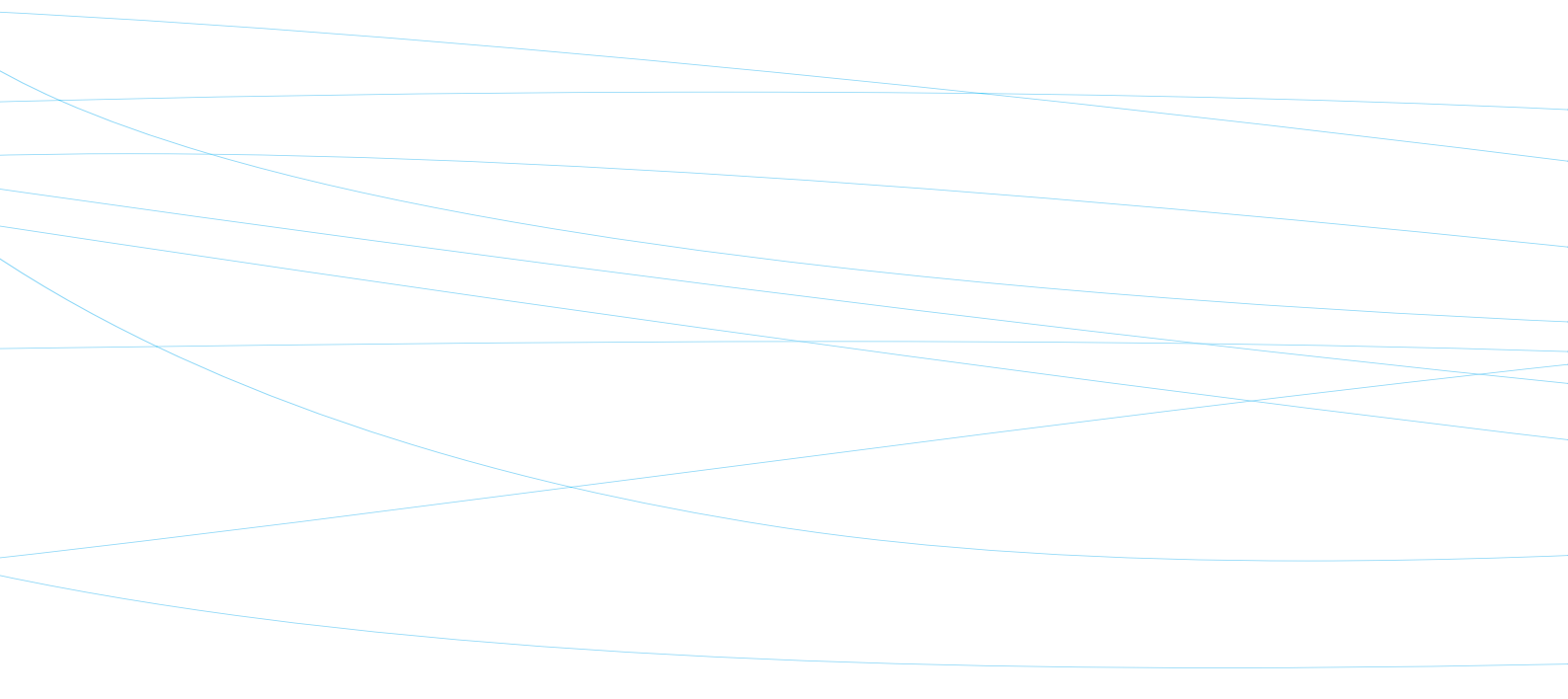
Az a 4-5 méter távolságú terület a kapu előtt, ahonnan legjobban lehet lőni.

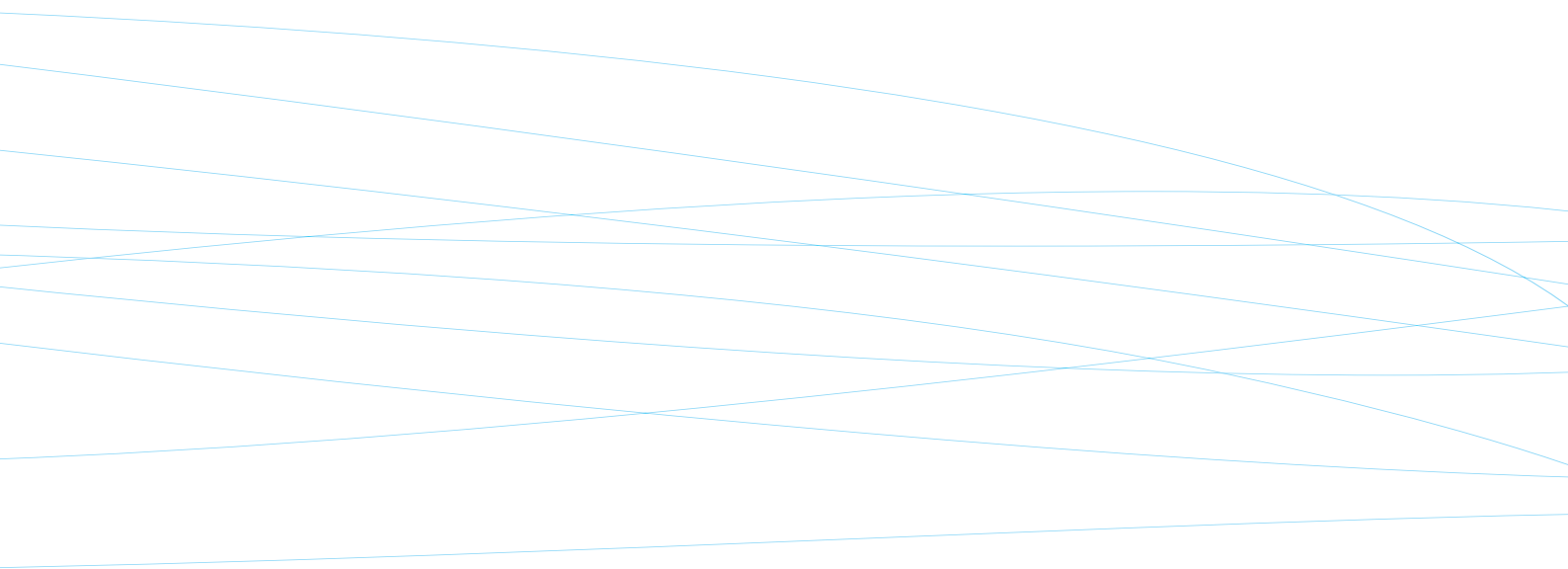
Húzott Lövés (Wrist Shot)

Az ütő éléhez hozzáérő korong elütése a jégről indítva..

Rolba (Zamboni)

Egy gép amelyet arra használnak, hogy a szünetekben a jeget felújítsa.







INTERNATIONAL
ICE HOCKEY
FEDERATION

Nemzetközi Jégkorong Szövetség

Brandschenkestrasse 50
Postfach
CH-8027 Zurich
Switzerland

office@iihf.com

www.iihf.com

Come on
break the ice

LÉPJ KAPCSOLATBA VELÜNK!

A Te Nemzeti Jégkorong Szövetséged

Magyar Jégkorong Szövetség
H-1146 Budapest
Istvánmezei út 1-3.

Tel: 36-1-460-6863

www.icehockey.hu