

Teori – hockeybegrepp och regler BTU13



Hockeybegrepp:

Man-man - Betyder markering där alla har en motståndare var som man är nära, som mest en klubblängd ifrån motståndaren.

Rätt sida - När man ska försvara och då är man mellan motståndaren & sin egen målvakt.

Blad mot blad - Lägga sitt egna blad mot motståndares blad, detta för att motståndaren skall tappa puckkontrollen och sänka blicken.

Målgård - Det blåmarkerade området framför målet där endast målvakten får befinna sig, motståndare får inte störa målvakten inom detta område.

Passningsskugga - När man är bakom en motståndare och inte syns, man är i skuggan.

Passningsficka - Vid sargen nedanför blå i egen zon, är speciellt för ytterforwards.

Scanna av isen - Titta upp för att se motståndare och medspelare, man bör scanna av isen var 3:e sekund

Backchecking - Att jobba hemåt & ta upp markering.

Sätta press - Åka skridskor och stressa motståndaren.

Vårda pucken - Att inte kasta iväg den, även när jag blir pressad, att ha en tanke och mening bakom beslutet med puck.

Tävla - Att göra sitt bästa & vilja vinna, hitta ett sätt att försöka vinna över motståndaren.

Slottet - Område framför mål som en triangel, från målet och mellan de två tekningscirkelarna, det är där de flesta mål görs.

Angling - Att styra motståndaren inifrån banan ut mot sargen i en båge, inte rakt på.

Boxa ut - Att styra motståndaren inifrån banan ut mot sargen i en båge, inte rakt på.

Pokecheck - Att försöka stöta undan pucken eller störa motståndaren med sin klubba.

Försvarszon - Från blålinjen och nedåt där vår målvakt står i mål.

Neutralzon eller mittzon - Området mellan de båda blålinjerna.

Anfallszon - Från blålinjen och nedåt där motståndarens målvakt står i mål.

Boxplay - När ett lag spelar med färre spelare på isen på grund av en eller flera utvisningar och försöker försvara sig mot motståndarnas numerära överläge.

Powerplay - När ett lag har numerärt överläge på grund av att motståndarlaget har en eller flera spelare utvisade.

Forechecking - När anfallande spelare pressar motståndarna i deras zon för att återerövra pucken.

Pincha - När en back går djupare ned i anfallszonen för att hålla pucken kvar och pressa motståndaren.

Skottlinje - Skottlinjen är osynliga linjen mellan pucken och eget mål. Ligger man i denna linje så är chansen stor att man blockerar skottet.

Regler:

Icing - När en spelare slår pucken från egen planhalva över motståndarnas förlängda mållinje utan att någon rör vid den, vilket resulterar i en avblåsning och tekning i försvarszonen.

Offside - När en anfallande spelare befinner sig i motståndarnas zon innan pucken passerar blå linjen, vilket resulterar i avblåsning

Utvisningar – i U13 blir man utvisad 1 minut för en vanlig regelöverträdelse som tex Slashing - Slag med klubba, Tripping - Lägga krokben med fot, ben eller klubba, Interference - Förhindra motståndarens rörelse som inte har puck och Crosschecking - Tackling med bägge händer på klubban lyft från isen. Det går även att få större straffet på 3 minuter, misconduct penalty på 10 minuter och Game misconduct penalty som är matchstraff, det kan då handla om tex Spearing - Sticka som ett spjut med klubbladet, Buttending - Sticka med änden av klubban och Kneeing - Tackling med knä.

Halsskydd - Alla spelare ska bära halsskydd avsedda för ishockey. Halsskyddet ska bäras runt halsen på avsett sätt. Det är inte tillåtet att vika ned eller avsiktligt placera halsskyddet lågt.

Byten - Det finns en byteszon som är 1,5 meter utifrån sargen och sträcker sig över hela bänkens längd. Om en spelare som kommer in på isen och spelare pucken i byteszonen samtidigt som medspelaren som ska byta är kvar på isen så är det för många spelare på isen. Om båda spelarna är i byteszonen och ingen av spelaren spelar pucken så är bytet ok. I U15 och yngre ska spelarbyten tillåtas även efter icing. När en målvakt lämnar sitt målområde för att åka till spelarbåset och bytas ut under pågående spel mot en extra utespelare är det samma bytesregler som gäller.

Nedsläpsprocedur - Pucken ska släppas av domaren ned till isen mellan klubborna på de i nedsläppet deltagande centrarna. Spelarna ska stå ansikte mot ansikte mot varandra på ungefär en klubbängds avstånd. De ska ha bladet av klubban i isen. Vid de nedsläppspunkter där det finns uppställningsmarkeringar i isen, ska centrarna sätta klubborna i isen i den vita markerade ytan i nedsläppspunkten. Försvarande center sätta ned sin klubba först, omedelbart följd av anfallande centers klubba. Vid nedsläpp på mittpunkten ska gästande center sätta ned sin klubba först.

Skadade målvakter - Om spelet stoppas på grund av skadad målvakt ska domaren tillåta laget en kortare tid för att avgöra om målvakten måste bytas ut eller ej. Om målvakten måste få behandling i spelarbåset ska reservmålvakten omedelbart bytas in och laget anses då ha avgjort att målvakten inte omedelbart kan fortsätta spela. Om laget inte har någon reservmålvakt kan domaren tillåta något längre tid för att avgöra om målvakten måste bytas ut. Om reservmålvakten skadar sig precis innan match ska en utespelare redan då byta om till reservmålvakt.