

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

**DIPLOMSKO DELO**

ANŽE ŠNEBERGER

Ljubljana, 2016



UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športno treniranje

**FLOORBALL IN HOKEJ NA LEDU:  
IMPLEMENTACIJA V RAZVOJNI PROGRAM TER  
SODELOVANJE PRI PROMOCIJI ŠPORTA**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR

doc. dr. Tomaž Pavlin, univ. dipl. zg. in soc.

RECENZENT

doc. dr. Primož Pori, prof. šp. vzg.

Avtor dela

Anže ŠNEBERGER

Ljubljana, 2016

## ZAHVALA

Zahvaljujem se vsem, ki so mi pomagali pri izdelavi diplomskega dela. Še posebej se zahvaljujem igralcem in trenerjem, ki so mi pomagali priti do koristnih informacij, obenem pa bi rad izpostavil tudi češko floorball zvezo, ki mi je nesebično podarila potrebno literaturo za lažje opravljanje dela. Zahvala je namenjena tudi mentorju Tomažu Pavlinu in recenzentu Primožu Poriju za korektno pomoč ter Damirju Bakoniču za koristne nasvete.

Hvala mojemu dekletu Esteri in vsem domačim za podporo v dobrih in slabih trenutkih.

To diplomsko delo je namenjeno za dobrobit slovenskega floorballa in hokeja na ledu.

Posvečam ga svoji mami.

Ključne besede: hokej na ledu, floorball, razlike, podobnosti, implementacija, sodelovanje.

## **FLOORBALL IN HOKEJ NA LEDU: IMPLEMENTACIJA V RAZVOJNI PROGRAM TER SODELOVANJE PRI PROMOCIJI ŠPORTA**

**Anže Šneberger**

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2016**

**Športno treniranje, Hokej na ledu**

**Število strani: 58, število virov: 38**

### **IZVLEČEK**

Floorball je ena izmed mnogih različic hokeja, ki se uveljavlja v svetu kot tekmovalna športna panoga. Kadar gre za različico športa, lahko v določeni meri pričakujemo podobnosti v igri. Tako hokej na ledu kot floorball jih imata na prvi pogled kar nekaj, zato sem se odločil, da raziščem, če obstaja možnost, da si lahko trenerji hokeja na ledu s floorballom pomagajo pri razvoju mladih igralcev.

V diplomski nalogi sem tako predstavil podobnosti in ključne razlike, ki se kažejo med športoma, ter prednosti in slabosti pri uporabi obeh načinov igre v procesu treniranja. Pri delu sem si pomagal s tujimi viri in z mnenji igralcev hokeja na ledu, ki so se v mladosti ali v kasnejšem obdobju srečali z igranjem floorballa v tujini. Lastne izkušnje so mi pri pisanju diplomskega dela prišle zelo prav, saj sem v preteklosti več kot deset let igral hokej na ledu pri ljubljanski Olimpiji, floorball pa aktivno igram še danes. Poleg tega kot trener in pomočnik trenerja sodelujem v obeh športnih panogah.

Ugotovil sem, da je na spletu in v knjižnicah precej manj literature na temo floorballa in je le-ta tudi slabše razčlenjena na posamezne elemente. Vseeno sem prišel do uporabnih zaključkov. Predvsem taktični del se pri obeh športnih panogah relativno malo razlikuje, kar lahko trenerji s premišljeno vključitvijo floorballa v kondicijske treninge hokeja na ledu dobro izkoristijo. To potrjujeta tudi tuja intervjuvana trenerja, ki takšen način treningov tudi koristno uporabljata. Pri tehničnih elementih prav tako zasledimo podobnosti, upoštevati pa je potrebno, da se vzporedno z učenjem zelo razlikujejo občutki pri rokovanju z žogico in ploščkom.

Keywords: ice hockey, floorball, differences, similarities, implementation, cooperation.

FLOORBALL AND ICE HOCKEY: IMPLEMENTATION INTO DEVELOPMENT PROGRAM AND COOPERATION AT PROMOTION

**Anže Šneberger**

**University of Ljubljana, Faculty of sport, 2016**

**Sports training, ice hockey**

**Number of pages: 58, number of sources: 38**

**ABSTRACT**

Floorball is one of the many variations of ice hockey as a competitive sport in the world. When there is one of many versions, you can find certain amount of similarities in the game. At the first glance, ice hockey and floorball have a few similarities. Because of that, I have decided to explore if there is a possibility that coaches of the ice hockey can help with practise of floorball to train young developing players.

In my work thesis, I have presented both sports, similarities, key differences between the sports, advantages and disadvantages in the process of coaching. Research has been done by including foreign sources and opinions of the ice hockey players who have met with floorball while playing abroad. My own experiences also helped me a lot. I played ice hockey in Olimpija for more then ten years and now I have been playing floorball for seven years. Besides that, I also participate as a coach in a both sports.

I found out that in libraries and on the web, there is less literature on the theme of floorball in comparison to ice hockey. The main difference is that floorball articles are less subdivided into individual elements. However, I have come to the useful conclusions. Mostly tactical part in both sports does not differ a lot. That is a good fact for ice hockey trainers to include floorball into off-ice trainings. I have spoken with several foreign coaches who use floorball to explain some tactical elements to their players. Technical part of floorball also coincide with ice hockey literature. However, it is necessary to emphasize the difference in feelings when handling the ball or puck.

## KAZALO

1	UVOD.....	8
1.1	OPIS HOKEJA NA LEDU IN FLOORBALLA .....	8
1.2	TERMINOLOGIJA.....	9
2	JEDRO.....	11
2.1	OSNOVNE RAZLIKE.....	11
2.1.1	Način gibanja med igro.....	11
2.1.2	Vratarjev stil igre .....	11
2.1.3	Pravila igre .....	11
2.1.4	Oprema.....	13
2.1.5	Tehnika .....	15
2.1.6	Lastnosti in oznake igrišča.....	16
2.2	TEHNIČNI ELEMENTI.....	18
2.2.1	Hokej na ledu .....	18
2.2.2	Floorball.....	23
2.3	TAKTIČNI ELEMENTI.....	27
2.3.1	Individualna obrambna taktika .....	27
2.3.2	Individualna napadalna taktika .....	31
2.3.3	Skupinska obrambna taktika.....	34
2.3.4	Skupinska napadalna taktika.....	37
2.3.5	Posebna taktična igra .....	40
2.4	IGRALNI SISTEMI.....	43
2.4.1	Igralni sistemi v obrambi .....	43
2.4.2	Igralni sistemi v napadu .....	46
2.5	FLOORBALL PO REGIJAH IN PO ŠOLAH.....	48
3	SKLEP .....	51
4	VIRI .....	54

# 1 UVOD

## 1.1 OPIS HOKEJA NA LEDU IN FLOORBALLA

Hokej na ledu je hitra moštvena igra, ki sodi med zimske dvoranske športe. Cilj igre je, da poskušajo igralci s pomočjo hokejskih palic z vodenjem, podajanjem in streljanjem gumijastega ploščka doseči zadetek. Igralci za drsanje po ledeni površini uporabljajo drsalke, ki so prirejene za igranje hokeja. Vsako moštvo v igri nastopa s petimi igralci v polju in vratarjem, na uradnem zapisniku pa ima lahko ekipa 23 prijavljenih igralcev (od tega 3 vratarje), ki so razdeljeni v peterice. Igralce ločimo po svojih pozicijah. Igralci v napadu se delijo na leva krila, centre in desna krila. V obrambi ločimo leve in desne branilce. Igralci se na igrišču menjavajo kadarkoli, vendar morajo menjavo (leteča menjava) izvesti v prostoru, določenem za menjavo, ki se nahaja ob prostoru za igralce. Tekma traja 60 minut in se deli na tretjine, ki trajajo 20 minut z ustavljanjem časa med prekinitvami. Kadar se moštvi po glavnem delu razideta z neodločenim rezultatom, lahko tekmo odloča podaljšek oziroma izvajanje kazenskih strellov. Hokejska igra dovoljuje grobost, ki je zelo točno določena, ob morebitnih kršitvah pa je strogo kaznovana z 2-minutno izključitvijo. Kadar pride do nešportne poteze, se le-ta kaznuje s 5- ali 10-minutno kaznijo. V tem času kaznovana ekipa igra z igralcem manj, nasprotna ekipa pa ima v igri z igralcem večjo priložnost za dobro postavitev v napadu in lažje delo za zadetek. Hokejska igra ima poleg dovoljene grobosti še dve pravili, ki naredita igro posebno. To je prepovedan dolgi strel (ang. *icing*) in prepovedan položaj (ang. *offside*). Zaradi teh dveh pravil se hokejska taktika precej razlikuje od drugih športov.

Floorball je hitra moštvena igra, z razliko od hokeja na ledu pa se lahko igra na prostem ali v dvorani. Je ena izmed mnogih različic hokeja, posebnost pa je luknjasta žogica, narejena iz plastične mase. Igralci na igrišču uporabljajo športne dvoranske copate, s katerimi se gibajo po igrišču in poskušajo s floorball palico z vodenjem, podajanjem in streljanjem žogice doseči zadetek. Igralna površina ne predstavlja ovir, saj floorball igrajo na asfaltu, betonu, pesku, na mivki, snegu, v vodi in blatu. Za uradna tekmovanja pa v floorballu obstajajo določena pravila, ki omejujejo tako igralno površino kot tudi prostor, v katerem se lahko igra. Tekmovalni floorball se igra v dvoranah na leseni ali pa umetni podlagi s petimi igralci v polju in vratarjem. Vsaka ekipa ima lahko prijavljenih največ 20 igralcev, ki so razdeljeni v peterice glede na



njihove vloge na igrišču. Tako kot pri hokeju na ledu igralce ločimo po pozicijah, ki se imenujejo levo krilo, center, desno krilo ter levi in desni branilec. Leteče menjave se izvajajo tudi pri floorballu, prostor za menjavo pa je označen na nizkih ogradah, ki omejijo prostor za igralce. Tekma traja 60 minut in se deli na tretjine, ki trajajo 20 minut z ustavljanjem časa med prekinitvami. Kadar se moštvi po glavnem delu razideta z neodločenim rezultatom, lahko tekmo odloča podaljšek oziroma kazenski streli. Floorball dovoljuje precej manj kontakta s telesom, zato se strogo kaznuje kakršna koli grobost, prav tako pa se strogo kaznuje tudi oviranje s palico. Sodnik v takih primerih dosodi ekipi oziroma igralcu 2-minutno kazen, lahko pa je kazen tudi 5- ali 10-minutna, odvisno od stopnje grobosti. Igra z igralcem več in z igralcem manj je taktično precej podobna hokeju na ledu, najbolj pa se razlikuje po tem, da ni pravila prepovedanega dolgega strela in prepovedanega položaja.

## 1.2 TERMINOLOGIJA

**Forehand stran** – notranji, konkavni del lopatice, ki predstavlja dominantno stran.

**Backhand stran** – zunanji, konveksni del lopatice, ki predstavlja nedominantno stran.

**Buli** – je sodniški met ali začetek igre z dvobojem dveh igralcev, ki se borita za posest žogice.

**Plošček** – igralni predmet pri hokeju na ledu, ki ga igralci s palico poskušajo spraviti v nasprotni gol.

**Žogica** – igralni predmet pri floorballu, ki ga morajo igralci s palico spraviti v nasprotni gol.

**Ročaj palice** – je zgornji, ravni del palice, katerega se igralec oprijema z rokama.

**Lopatice palice** – je spodnji, ukrivljen del palice, s katerim igralec upravlja s ploščkom oziroma z žogico.

**Vodilna roka** – roka, ki palico drži na vrhu ročaja.

**Podporna roka** – roka, ki palico drži bližje lopatici.

**Šibka stran** – je polovica (vzdolž igrišča), kjer ni ploščka.

**Močna stran** – je polovica (vzdolž igrišča), kjer se nahaja plošček.

## **2 JEDRO**

### **2.1 OSNOVNE RAZLIKE**

#### **2.1.1 Način gibanja med igro**

Za hokej na ledu igralci uporabljajo drsalke, s katerimi se gibljejo po ledeni površini, medtem ko igralci floorballa uporabljajo športne dvoranske copate za gibanje po leseni ali umetni podlagi.

#### **2.1.2 Vratarjev stil igre**

Vratar ima pri hokeju na ledu poseben status, saj se tako oprema kot način igranja precej razlikujeta od ostalih igralcev. Posebna oprema vratarju omogoča boljšo zaščito pred udarci ploščka, za sodelovanje v igri in stik s ploščkom pa uporablja posebno palico, ki je širša, težja in večja od palice igralca. Za gibanje po ledeni ploskvi uporablja posebne drsalke, ki imajo ravno rezilo za boljši kontakt z ledeno površino in večjo zaščito na sprednjem delu čevlja. Posebno vlogo pa imata tudi rokavici, ki služita za odboj (odbijalka) in lovljenje (lovilka) ploščka.

Pri igri floorballa ima vratar prav tako poseben status, saj za branjenje žogice potrebuje precej več opreme kot ostali igralci. Potrebna je oprema, ki varuje obraz, trup in kolena. V igri sodeluje brez palice, lahko pa med igro z žogico rokuje in s podajami ali meti iz vratarjevega prostora sodeluje v igri. Za gibanje po igralni površini uporablja športne dvoranske copate, za lažje drsenje po podlagi ima oblečene tudi dolge široke hlače, ki so v kolenskem predelu prevlečene s posebno trpežno tkanino. Priporočeno je tudi, da vratar uporablja komolčnike, ščitnik za spolovilo ter tanke rokavice. Osnovni položaj vratarja je klek z rahlim predročanjem in upogibom komolcev.

#### **2.1.3 Pravila igre**

Floorball se zelo razlikuje od hokeja na ledu po treh pravilih, in sicer so to: prepovedani položaj, prepovedani dolgi strel ter začetek igre po prekinitvi.

### **2.1.3.1 Prepovedani položaj (ang. *offside*)**

Je situacija, kadar eden ali več igralcev napadalne ekipe prečka modro črto napadalnega prostora pred ploščkom. V tem primeru se prečkanje modre črte ne šteje, kadar se igralec brez ploščka vsaj z eno nogo dotika modre črte. V primeru prepovedanega položaja se izvaja sodniški met v nevtralnem prostoru bližje napadalnemu prostoru, stran meta pa je določena glede na stran, kjer je bila storjena napaka (International Ice Hockey Federation – IIHF, 2014).

### **2.1.3.2 Prepovedani dolgi strel (ang. *icing*)**

Je situacija, ko igralec enako številčnega oziroma številčnejšega moštva (igra z igralcem več) ustrel ali poda ploščico iz njegove polovice igrišča preko nasprotnikove vratarjeve črte, ne da bi se ploščica katerega koli od igralcev dotaknila. Letos so pravilo prepovedanega položaja zaradi velikega števila naletov ob ogrado nekoliko spremenili. Hibridni prepovedani dolgi strel se tako določa glede na referenčno točko, ki je v tem primeru navidezna podaljšana črta zadnjih dveh točk za izvajanje sodniškega meta. Če je v tistem trenutku, ko plošček prečka vratarjevo črto, napadalni igralec pred obrambnim, potem prepovedanega dolgega strela ni in obratno (IIHF, 2014).

### **2.1.3.3 Buli (sodniški met, ang. *faceoff*)**

Pri hokeju na ledu se vsaka tretjina začne s sodniškim metom oziroma bulijem. Buli se izvaja po vsaki prekinitvi na ledu, mesto meta pa se določa glede na položaj v času prekinitve. Na ledu je 9 označb, na katerih se lahko izvaja sodniški met. Pri sodniškem metu se en igralec vsake ekipe bori za plošček, ki ga vrže sodnik. Igralca se postavita drug proti drugemu na točno določena mesta, sodnik pa se postavi pravokotno ob njiju in vrže plošček na sredino označbe. Igralca si poskušata s palicama izboriti posest ploščka (IIHF, 2014).

Pri floorballu pa se tako imenovani buli izvaja na začetku vsake tretjine, podaljška ter po doseženem zadetku iz sredine igrišča. Buli se izvaja tudi v primeru, ko sodnik ne more presoditi, katera ekipa je bila pred prekinitvijo zadnja v posesti žogice. Tudi kadar se poškoduje žogica ali igralec, kadar se prevrne ograda in po izvajanju kazenskega strela. V teh primerih se buli izvaja iz označbe za buli, ki je najbližje mestu, kjer se je zgodila prekinitvev (IFF, 2014). Pri izvajanju bulija se en igralec iz vsake ekipe bori za žogico, ki se jo postavi na označbo za buli. Igralca si

stojita nasproti, palici vzporedno postavita ob žogico in si na sodnikov znak poskušata priboriti žogico (Bakonić, 2006).

#### **2.1.3.4 Podaja žogice v igro pri floorballu (hit-in)**

To pravilo velja, kadar žogica preleti ogrado, se dotakne stropa, stene ali katerega koli drugega objekta ob igrišču. Žogica se dodeli tisti ekipi, ki se ni zadnja dotaknila žogice. Žogico se poda v igro 1,5 m stran od ograde, vendar nikoli za navideznim podaljškom črte vratarja. V primeru, da žogica zapusti igrišče kjerkoli za navidezno črto, se podaja izvaja iz označbe ob ogradi, ki meji z navideznim podaljškom črte vratarja. Nasprotni igralci se morajo brez opozorila sodnika pred izvajanjem umakniti vsaj za 3 m stran od mesta izvajanja žogice. Izvajalec lahko žogico udari neposredno proti голу, vendar zadetek ne velja, če se žogica pri strelu ne dotakne enega izmed igralcev, bodisi soigralcev bodisi nasprotnikov (International Floorball Federation – IFF, 2014).

#### **2.1.3.5 Prosti strel pri floorballu (free-hit)**

Prosti strel izvaja ekipa, nad katero je bil storjen prekršek, in sicer na mestu, kjer je bil le-ta storjen. Kot pri podaji žogice v igro morajo tudi v tem primeru igralci, ki branijo svoj gol, stati vsaj 3 m stran od mesta, na katerem je bil storjen prekršek. Izvajalec žogice ne sme vleči z mesta prekrška, ampak mora žogico udariti neposredno z mesta izvajanja. Izvajalec lahko udari žogico neposredno na gol, zadetek pa velja tudi, če se žogica ne dotakne nobenega od igralcev (IFF, 2014).

### **2.1.4 Oprema**

#### **2.1.4.1 Osebna oprema igralca**

Igralec hokeja na ledu potrebuje veliko več opreme kot igralec floorballa. Pod obvezno opremo se šteje čelada, palica, drsalke, ščitniki za goleni, komolce, prsi in ramena, suspensor, rokavice ter hlače. Do dopolnjenega 18. leta morajo igralci nositi ščitnik za vrat in grlo, obvezna pa je tudi kovinska mrežica, ki ščiti obraz pred naleti, udarci palice in ploščka. Igralci ekipe morajo biti oblečeni v enotne drese, hlače, nogavice in čelade. Med neobvezno opremo spada ščitnik za zobe, ki ga nosijo večinoma igralci po dopolnjeni polnoletnosti (IIHF, 2014).

Obvezno opremo igralcev floorballa sestavlja tekmovalni dres, hlačke, dokolenske nogavice in športni dvoranski copati. Barva dresov ne sme biti siva, saj je le-ta rezervirana za sodnike. Vedno večjo vlogo imajo tudi zaščitna očala, ki jih vedno več uporabljajo igralci nižjih selekcij. V državah, kjer je floorball bolj razvit, sodijo že pod obvezno opremo.

#### **2.1.4.1.1 Palica**

Igralska palica za igranje hokeja na ledu je narejena iz lesa, aluminija, karbonskih vlaken, kevlarja, titana ali mešanice prej omenjenih surovin. Teža palice se giblje med 400 in 800 grami, težje palice so narejene iz lesa, medtem ko lažje sestavlja lahek karbon. Dolžina ročaja ne sme presegati 163 cm, najvišja mera profila ročaja palice pa je 3 cm x 2,54 cm. Dolžino ročaja se meri od konice ročaja pa do pete lopatice. Ročaj se tako kot pri floorballu razlikuje po trdoti, izbira pa je odvisna od lastnosti in starosti igralca. Ukrivljenost lopatice ne sme presegati 1,5 cm višine med spodnjim robom lopatice in ravno površino, na katero je lopatica položena. Največja dolžina lopatice je 32 cm, visoka pa je lahko največ 7,62 cm. Dolžina palice se določa glede na velikost igralca, obutega v drsalke. Konica ročaja mora igralcu segati nekje med brado in konico nosu (IIHF, 2014).

Palica za floorball je sestavljena iz ročaja in lopatice. Profil ročaja je okrogle ali ovalne oblike, izdelan pa je iz polikarbonskih ali karbonskih vlaken, zaradi česar je palica lahka, trdna in prožna. 150–250 g težke palice imajo tudi različno trdoto, tako da lahko igralci glede na svoje lastnosti izbirajo med trdimi in mehкими palicami. Lopatica je narejena iz različnih plastičnih in najlonskih komponent, nekateri proizvajalci izdelujejo lopatice tudi iz karbonskih vlaken. Glede na vsebnost komponent je razlika med lopaticami v trdoti, kjer mehkejšje lopatice nudijo boljšo kontrolo nad žogico, trše pa se bolje obnesejo pri streljanju. Najbolj pomembna lastnost lopatice je ukrivljenost, ki pa ne sme presegati 3 cm odstopanja med spodnjim robom lopatice in ravno površino, na katero je lopatica položena. Zelo pomembna je tudi velikost palice, saj vpliva na razvoj, učenje in tehniko igralca. Višino se najlažje določi tako, da se palico postavi pokončno ob igralca in se odmeri vrh palice. Za otroke je primerna palica, kjer je vrh ročaja v višini spodnjega dela prsnice. Meja višine pri odraslih sega v višino popka (Oksanen, 2004).

#### **2.1.4.2 Plošček in žogica**

Plošček za igranje hokeja na ledu je narejen iz vulkanizirane gume in je črne barve. Tehta 156–170 g, njegov premer je 7,62 cm, v višino pa meri 2,54 cm. Za učenje hokeja na ledu uporabljajo tudi ploščke modre barve, ki so lažji in primernejši za mlajše igralce. Za treninge vratarjev se na trgu pojavljajo tudi ploščki bele barve, ki vplivajo predvsem na razvoj perifernega vida (IIHF, 2014).

Plastična žogica za igranje floorballa je votla, s premerom 72 mm, težka je 23 gramov, ima pa tudi 26 lukenj. Praviloma uporabljajo žogice, ki so bele barve, vendar je izbira odvisna od podlage, na kateri se igra floorball. Poseben vdolben relief žogice omogoča boljše aerodinamiko med letom (Bakonić, 2006).

#### **2.1.4.3 Goli**

Gol za hokej na ledu je visok 1,22 m in širok 1,83 m. Okvir vrat je sestavljen iz votlih železnih cevi, ki v premer merijo 5 cm. Obvezna barva prečke in vratnic je rdeča, ostali del okvirja in mreža je bele barve (IFF, 2014).

Gol za floorball je narejen iz varjenih železnih cevi, ki morajo biti rdeče barve. Teža gola je približno 12 kg, širina 160 cm in višina 115 cm (Carda, 2012).

### **2.1.5 Tehnika**

Individualna tehnika se v osnovi ne razlikuje veliko, zato se v literaturi obeh športov srečamo z opisi podobnih izrazov, kot so osnovna drža, vodenje, podajanje, sprejem, streljanje, preigravanje in varanje. Pri individualni tehniki pa je vseeno treba poudariti 4 ključne dejavnike, ki pomembno vplivajo na občutke pri enem in drugem športu. Eden izmed elementov, ki ga v svojem diplomskem delu ne bom podrobneje opisoval, je drsanje.

#### **2.1.5.1 Vodenje žogice ali ploščka med gibanjem**

Drsanje se deli na drsenje na dveh nogah in odrivanje od podlage. 39 % časa med tekmo igralci drsijo na obeh nogah, v tej fazi pa je vodenje ploščka precej lažje, saj se težišče telesa večinoma ohranja. Odrivanje od podlage pri drsanju je sestavljeno iz dveh delov. Prvi del odriva, ki ga

izvedejo odmikalke in iztegovalke kolka, poteka vstran in naprej. V drugem delu, v katerem odrivna sila doseže vrh, poteka odziv v smeri naprej (Bracko, 2004).

Če pogledamo kinematiko teka, se menjavata oporna faza (ko je tekač v stiku s tlemi) in faza leta (ko tekač nima stika s podlago). Težišče telesa se spreminja v večji meri, kar zahteva boljše sposobnosti pri samem vodenju žogice. Če hokejisti v več kot tretjini časa izkoriščajo drsenje za premikanje po ledu, morajo igralci floorballa nenehno teči po igrišču.

Žogica je kar sedemkrat lažja od ploščka, zato so občutki precej drugačni. V zadnjem letu sem naredil intervju s profesionalnimi in mladimi hokejisti, ki so ali pa igrajo hokej na ledu v tujini. Kontaktiral sem predvsem tiste igralce, ki so ali pa še vedno igrajo hokej v državah, kjer je floorball bolj razvit. Izkušnje kažejo, da igralci hokeja na ledu ob prvem srečanju s floorballom pri vodenju ne občutijo žogice na lopatici palice. Ta občutek jih sili k nenehnemu pogledovanju proti lopatici in imajo zaradi tega težave nad pregledom igre.

### **2.1.5.2 Lastnosti palice**

Palica za floorball je v povprečju manjša za 50 cm, je občutno lažja, manjši pa je tudi premer ročaja. Lopatica je mrežaste oblike in je narejena iz plastičnih materialov, zato je tudi trdota manjša od lopatice hokejske palice, kar vpliva na tehniko pri vodenju in moč strela.

## **2.1.6 Lastnosti in oznake igrišča**

### **2.1.6.1 Velikost igrišča**

Po pravilih mednarodne hokejske zveze (IIHF, 2014) je za svetovna prvenstva predpisana mera 60 m x 30 m. Igrišče obdaja ograda, visoka 107 cm, narejena iz lesa ali plastike. Zgornjo ploskev ograde obdaja modra zaščitna plast, ki ločuje ogrado od stekla. Na ogradah je nameščeno pleksi steklo, višina stekla pa variira od 180 pa do 240 cm, odvisno od mesta postavitve. Koti igrišča in stekla morajo biti zaobljeni, in sicer v loku kroga s premerom 7–8,5 m.

Po pravilih mednarodne floorball zveze (IFF, 2014) ima floorball igrišče predpisano velikost 40 m x 20 m, lahko pa od teh mer odstopa za 4 m oziroma 2 m. Igrišče omejuje mobilna plastična ograda, ki je sestavljena iz več delov, širokih od 1 do 2 m in visokih 0,5 m. Da se stičišča v kotih



ne sekajo pod pravim kotom, služijo konkavno ukrivljene ograde v loku kroga s premerom 1,6–2 m. Vsi kosi so med seboj povezanimi z elastičnimi zaponkami, kar ogrado naredi bolj prilagodljivo in je ob morebitnem trku igralcev manjša možnost za poškodbe.

### **2.1.6.2 Označevanje igrišča**

Ledeno površino po dolžini ločuje pet različnih črt, ki potekajo po celotni širini igrišča in se nadaljujejo tudi navpično po ogradi. Imenujejo se vratarjeva črta, modra črta in sredinska rdeča črta. Dve modri črti delita igrišče na obrambni, nevtralni in napadalni prostor. Črti sta široki 30 cm in sta od ograde za golom oddaljeni 22,86 m. Rdeča črta je prav tako široka 30 cm in ločuje igrišče na dva enako velika dela. Vratarjevi črti sta 4 m oddaljeni od roba ograde za goloma, široki sta 5 cm in sta obarvani rdeče. Obrambni in napadalni prostor ločuje rob ograde za golom, ob straneh in modra črta. Nevtralni prostor poteka med obema modrima črtama in je ob straneh omejen z ogrado. Igrišče ima 9 mest za izvajanje sodniških metov, ki jih predstavljajo pike. V nevtralnem prostoru so 4 takšna mesta, ki pa so na vsaki strani simetrično označena 1,5 m stran od modrih črt. 6 m od roba ograde za golom in 8 m od roba daljše stranice sta označeni dve, simetrično postavljeni mesti za sodniški met, ki ju obdaja 5 cm široka krožnica s premerom 9 m in je ustrezno označena z mesti začetnega položaja napadalnih igralcev. Zadnje mesto za sodniški met pripada sredinski rdeči črti, ki je ravno tako obdana s krožnico enakih mer, vendar je obarvana modro (tako kot tudi mesto za sodniški met). Na igrišču so narisane tudi 3 polkrožne oznake, dve, ki označujeta vratarjev prostor, in ena, ki označuje sodniški prostor. Slednji je označen s 5 cm široko polkrožnico s polmerom 3 m in se nahaja na sredini igrišča na strani, kjer je določena zapisnikarjeva miza. Med prekinitvami se igralci v tem prostoru ne smejo gibati (leta je namenjen sodniškemu posvetovanju). Vratarjev prostor je označen s 5 cm široko polkrožnico polmera 1,8 m, ki leži na sredini vratarjeve črte. Notranjost polkroga je obarvana s svetlo modro barvo. V tem prostoru se soigralci in nasprotniki vratarja ne smejo gibati (IIHF, 2014).

V svojem delu Kysel (2010) opisuje označevanje igrišča za igranje floorballa. Oznake na igrišču morajo biti v takšnih barvah, da se na igrišču dobro vidijo. Črte s širino 4–5 cm označujejo sredino, mesta za sodniške mete, vratarjev prostor in prostor za zamenjavo igralcev. Na sredinski črti so označena tri mesta, kjer se lahko izvaja sodniški met. Eno mesto je na sredini igrišča, dve

pa sta postavljeni simetrično na vsaki strani sredinske oznake in sta oddaljeni 1,5 m od ograde. Mesta za sodniške mete se nahajajo še v vseh štirih kotih igrišča. Od daljše strani ograde so oddaljena 1,5 m in 3,5 m od krajše strani ograde (podaljšek vratarjeve črte). Vratarjev prostor pri floorballu ločimo na veliki in mali. Slednji označuje prostor, kamor tako nasprotni igralci kot tudi soigralci vratarja v času igre ne smejo stopati. Dimenzije tega prostora so 2,5 m x 1 m, nahaja pa se v notranjosti velikega vratarjevega prostora 0,65 m stran od zadnje črte velikega vratarjevega prostora. Na zadnji črti malega vratarjevega prostora sta dve oznaki, ki v razmaku 1,6 m predstavljata položaj golov. Velik vratarjev prostor služi vratarjevemu rokovanju z žogico. Znotraj tega prostora lahko vratar žogico ujame pod pogojem, da se z enim delom telesa dotika notranjosti prostora (dotikanje črte je še dovoljeno). Prostor je velik 4 m x 5 m in je od krajšega dela ograde oddaljen 2,85 m. Prostor za zamenjavo igralcev je označen na obeh straneh, v razdalji prostora, namenjenega za ekipe. Prostor je dolg 10 m in se začne 5 m od sredinske črte. Oznacbe so narisane na ogradah ali pa na igralni površini.

### **2.1.6.3 Vrsta podlage**

Hokej na ledu se igra na ledeni površini, narejeni iz vode in kemikalij, ki so potrebne za vzdrževanje kvalitete na vseh predelih igrišča. Ledeno igrišče vzdržuje hladilna naprava (IIHF, 2014).

Za igranje floorballa se uporablja več različnih vrst podlag. V večini držav se floorball igra v telovadnicah na parketu z določenimi standardi za športne aktivnosti, na velikih tekmovanjih ter bolj razvitih državah pa uporabljajo talne podlage iz umetne mase, kot so gumijasti pod, PVC in Taraflex (Carda, 2012).

## **2.2 TEHNIČNI ELEMENTI**

### **2.2.1 Hokej na ledu**

#### **2.2.1.1 Osnovni položaj**

Osnovni položaj hokejista predstavlja postavitev stopal vzporedno v širini ramen. Pri postavitvi nog je potrebna velika pozornost pri krčenju kolen in gležnjev, koti v sklepu naj bi bili v

položaju 45 stopinj. Konica drsalk je usmerjena naravnost, iz bočnega položaja pa mora navidezna ravna črta sekati ramenski, kolenski in skočni sklep. Pomemben je pokončen položaj trupa, ki je v rahlem predklonu pod kotom 45 stopinj, teža telesa pa je spredaj na prstih stopala. Igralec palico drži sproščeno in sicer pred telesom s prijemom v širini ramen. Z vodilno (zgornja roka) roko igralec trdno drži konec ročaja, s podporno (spodnja roka) roko pa palico drži 20-30 cm nižje na ročaju palice navzdol. Pogled je usmerjen naprej 5 do 7 m na polje igrišča (Kern, 2008).

### **2.2.1.2 Vodenje**

Vodenje ploščka je sposobnost kontrole ploščka na mestu ali v gibanju. Učinkovito varanje, podajanje in streljanje je odvisno od dobre kontrole ploščka. Igralci pri kontroli ploščka ne gledajo ploščka direktno, pogled mora biti usmerjen proti igrišču (periferna kontrola). Vodenje mora biti gladko in ritmično (IIHF, 2007c).

Deli se na frontalno (kratko ali dolgo) vodenje, vodenje od sebe in k sebi, diagonalno vodenje in vodenje s potiskanjem. Frontalno vodenje poteka pred telesom, plošček pa igralec vodi z leve strani na desno s sprejemanjem ploščka s forehand in backhand stranjo lopatice. Pri kratkem vodenju plošček potuje na razdalji 30–40 cm, pri dolgem pa se palica giblje tudi zunaj širine ramen stran od telesa in prihaja tudi do popolne iztegnitve vodilne roke. Vodenje vzporedno s telesom s forehand stranjo se menjajoče oddaljuje in približuje, s sredino lopatice plošček potisnemo nazaj in menjajoče potisnemo naprej. Poznamo tudi vodenje s slabšo (backhand) stranjo. Pri diagonalnem vodenju plošček potuje diagonalno izpred telesa proti strani, uporablja se kot priprava na strel in podajo ter strel s slabšo stranjo. Pri vodenju s potiskanjem palico držimo z vodilno roko, plošček pa potiskamo pred seboj (Kern, 2008).

### **2.2.1.3 Podaja in sprejemanje**

Podajanje in sprejemanje ploščka je pomembno tako za posameznika kot za ekipo, saj lahko z dobro kontrolo ploščka učinkovito izvajamo dogovorjene naloge. Poznamo podaje, ki se izvajajo z notranjim in zunanjim delom lopatice. Podobna delitev je pri sprejemanju ploščka, ne gre pa zanemariti podajanja in sprejemanja ploščka po zraku.

Podaje z notranjim delom lopatice delimo na podaje s potegom in visoke podaje (flip). Podaje igralca v fazi učenja izvaja iz hokejskega položaja, kjer so stopala obrnjena vzporedno v smeri gibanja ploščka. Pogled je usmerjen na igrišče, ni pa nujno, da v smeri podaje. Podaja s potegom je osnovna in je prva, s katero se srečajo mladi hokejisti. Je najbolj natančna in največkrat uporabljena podaja, lahko je hitra ali počasna, na kratki ali pa dolgi razdalji. Igralec si plošček postavi za zadnjo drsalko. Plošček mora drseti od pete do konice lopatice proti cilju podaje z zamahom rok v smeri od telesa. Igralec težo telesa prenese iz zadnje na sprednjo nogo, palica pa nato v fazi sledenja sledi cilju podaje. Visoka podaja je primerna za podajanje preko ovir, ki se nahajajo na poti proti cilju (največkrat je ovira palica). Igralec plošček postavi pred sprednjo drsalko na peto lopatice. Oprijem palice z rokami mora biti čvrst, igralec z lopatico rahlo (10 stopinj naklona) pokrije plošček. Slednji z gibanjem od pete proti konici lopatice dobi rotacijo, s katero po stiku z lopatico leti proti cilju. Podaja z zunanjim delom lopatice je zahtevna, saj mora biti izvedena v polni hitrosti, brez spremembe smeri in pretirane rotacije ramen. Podaja s potegom z zunanjim delom (backhand) lopatice poteka tako, da igralec v času priprave težo prenese na nogo, ki je bolj oddaljena od sprejemalca. V času izvedbe težo prenaša na bližjo nogo. Vodilna roka je ves čas izvedbe v položaju pred telesom, saj je roka pomembna pri vzdrževanju smeri lopatice in vpliva na natančnost ter moč podaje. Visoka podaja z zunanjim delom lopatice se izvede podobno kot podaja z notranjim delom lopatice. Tudi tukaj je potrebno čvrsto prijeti palico, igralec z lopatico rahlo pokrije plošček, ki je v fazi priprave postavljen na peti lopatice. V času izvedbe plošček drsi po lopatici proti konici in po zapustitvi lopatice dobi rotacijo, s katero se giblje proti cilju (IIHF, 2007b).

Pri sprejemanju podaje je pomembno, da je lopatica palice postavljena pravokotno na ledeno površino. Sprejemalec sprejema plošček na sredino lopatice, ki je postavljena pred telesom. Stopali sta postavljeni v smeri gibanja ploščka. Pred sprejemom ploščka, igralec z rokami palico pravočasno prestavi izpred telesa za zadnjo nogo in na tak način kontrolirano ustavi plošček. Igralec lahko plošček sprejema tako, da ga v fazi leta s palico prestreže in preusmeri na led. To lahko izvede, če palica ne preseže višine ramen (pravila igre). Plošček lahko ustavi tudi z roko, saj hokejska pravila to dovoljujejo, pomembno pa je, da ujetega ploščka ne prime, ampak ga v čim krajšem času izpusti na ledeno ploskev (IIHF, 2007b).

#### 2.2.1.4 Streljanje

Poznamo več različnih načinov streljanja, ki so poimenovani kot strel z zapestja, strel z zamahom, strel s potegom, strel s poskokom in strel z zunanjim delom lopatice. Pomembni lastnosti dobrega strela sta natančnost in hitrost izvedbe. Pomembno je tudi, da strel ni predvidljiv, zato izvajalec poskuša presenetiti nasprotno igralce z varanjem. Za boljše razumevanje izvedbe strela razdelimo izvedbo na tri korake: priprava, izvedba in sledenje.

Pri pripravi se igralec pripravi na strel (zamah pri strelu z zamahom) in zavzame optimalen položaj za strel. Pri izvedbi se igralec osredotoči na to, da sile usmeri v smer leta ploščka. Pomembno je gibanje ploščka, palice in telesa (rotacija trupa, prenos teže in fleksija ramen). Sledenje se začne takoj po tem, ko plošček ni več v kontaktu z lopatico palice. S sledenjem palice po kontaktu ploščka z lopatice usmerimo plošček proti cilju (IIHF, 2007d).

Strel z zapestjem je najbolj natančen strel, saj je ploščica med gibanjem vedno v stiku z lopatico. Tak način strela se izvede podobno kot podaja. Razmak med rokama pri prijemu palice je širši kot pri vodenju ploščka. Plošček je v fazi izvedbe za zadnjo nogo izvajalca ob boku telesa. Teža igralca se prenese na palico in sprednjo nogo s fleksijo telesa. Palico je potrebno držati trdno, gib iz zapestja pa se izvede, preden ploščica preide navidezno črto sprednje noge. Strel je izveden z udarcem iz zapestja. Z vodilno roko udarimo naprej in nato nazaj od telesa. Zapestje podporne roke preide v fleksijo in zasuka palico proti cilju (IIHF, 2007d).

Strel s potegom je podoben strelu iz zapestja z razliko, da se lopatica po izvedenem strelu ne dotika ploščka. Palico primemo v širšem razmaku kot pri vodenju ploščka. Plošček je postavljen med drsalkama, lopatica pa je postavljena 20–30 cm za ploščkom. Težo prenesemo na palico, palica pa se dotika leda 5–7 cm za ploščkom. Pomembno je, da palico z rokama držimo trdno (IIHF, 2007d).

Strel z zamahom je najmočnejši strel in je tudi zelo učinkovit, če ga uporabljamo premišljeno. Slaba lastnost strela je, da potrebujemo veliko časa pri pripravi (lahko se izvede tudi s polzamahom). Strel tudi ni tako natančen kot s potegom ali zapestjem. Podporno roko postavimo nižje proti lopatici, plošček je blizu telesa med drsalkama. Po hitrem pogledu proti cilju ostane pogled usmerjen proti ploščku. V zapestju ni gibanja, palico pa je potrebno ob stiku lopatice s

ploščkom držati močno. Prenos teže mora biti z zadnje noge na palico in nato na sprednjo nogo. Višina zamaha je izvedena glede na čas, ki ga imamo za izvedbo, nikoli pa ne zamahnemo višje od višine ramen zaradi pravil igre (IIHF, 2007d).

Cilj strela s poskokom je, da plošček čim hitreje dvignemo v zrak. Plošček zajamemo z lopatico in ga uporabimo, ko smo blizu gola in kadar je vratar v klečečem položaju. Plošček je rahlo pred telesom igralca in ob strani. Igralec pokrči kolena in zajame plošček s konico notranjega dela lopatice tako, da naredi hitro fleksijo v zapestju podporne roke in ekstenzijo v zapestju vodilne roke. S palico zamahnemo v zrak z dvigom podporne roke in spusiom vodilne (IIHF, 2007d).

Strelji z zunanjim delom lopatice so težji za učenje, ampak zelo učinkoviti pri zadevanju cilja. Z zunanjim delom lopatice zapeljemo plošček od pete do konice lopatice. Plošček lahko z zunanjim delom lopatice tudi udarimo iz zapestja in s prenosom teže telesa. Prijem je širši kot pri vodenju ploščka. Drsalke so usmerjene proti cilju, ramena obrnjena lateralno, trup pa je upognjen preko ploščka, upognjeno je tudi sprednje koleno. Plošček sprožimo v smer cilja z rotacijo ramen in zgornjega dela telesa z močnim zasukom ramen in zapestij. Teža telesa se z zadnje noge na sprednjo prenese v času potovanja ploščka od pete do konice lopatice (IIHF, 2007d).

#### **2.2.1.5 Preigravanje, varanje in ščitenje**

Varanja so podrobneje opisana v napadalni osebni taktiki. Ločimo jih na telesna, drsalna in varanja s palico.

Tehnike preigravanja se uporabljajo za prehajanje napadalca mimo nasprotnika in za ohranjanje posesti ploščka. V končni fazi lahko uspešnemu preigravanju sledi strel na gol. Pri preigravanju se ploščica giblje pred nasprotnikom z ene strani na drugo. Razdalja med ploščkom in nasprotnikovo palico mora biti optimalna, saj lahko pri prekratki razdalji nasprotnik s palico plošček prestreže. Pomemben del preigravanja po uspešno izvedenem preigravanju je pospeševanje mimo nasprotnika. Preigravanja so del posameznikove kreativnosti, ki se jih posamezniki naučijo s treningi.

Tehnika ščitenja s prenosom ploščka z eno roko se uporablja za zaščito ploščka pred nasprotnikom. Telo igralca mora biti med ploščkom in nasprotnikom. Igralec mora zavzeti stabilen položaj na igrišču z rahlim nagibom proti nasprotniku. Tehnika ščitenja ploščka se izvaja v obe smeri, tako na boljšo – forehand (palico držimo z vodilno roko) kot slabšo – backhand (palico držimo nižje s podporno roko).

#### **2.2.1.6 Oviranje s telesom in palico**

Pri hokeju na ledu je najbolj značilno oviranje nasprotnika s telesom, poznamo pa tudi oviranja s palico. Po pravilih IIHF lahko igralci nasprotnika ovirajo s telesom, za ta element v igri pa je vseeno nekaj napisanih in nenapisanih pravil. Najpomembnejše pravilo je, da izvajalec nasprotnika ne ovira v hrbet. Oviranje nasprotnika s katerim koli delom telesa v glavo ali predel vratu je strogo kaznovano. Podobno se zgodi, kadar izvajalec nasprotnika s palico udari po telesu. Igralce se uči, da morajo v času posesti ploščka imeti pregled nad igro. Kadar igralec sprejema podajo, ne sme nikoli drsati vzvratno s pogledom proti podajalcu. Kadar napadeni pričakuje, da bo oviran s telesom, se mora s telesom obrniti tako, da po oviranju nasprotnika prileti na ogrado v bočnem položaju. Kadar to ni mogoče, si pri absorpciji sile pomaga z rokami (IIHF, 2007e).

#### **2.2.1.7 Drsanje**

Diplomsko delo se nanaša na podobnosti hokejske igre in floorballa, zato drsanja ne bom posebej opisoval, ker se v tem elementu športa povsem razlikujeta.

### **2.2.2 Floorball**

#### **2.2.2.1 Osnovni položaj**

Osnovni položaj igralca floorballa predstavlja postavitev stopal vzporedno v širini ramen, ki so v kolenskem in skočnem sklepu pokrčena, teža telesa pa je na prstih. Palico igralec drži pred telesom v razmaku 20–30 cm, vodilna (zgornja roka) roka se trdno oprijema ročaja palice povsem na vrhu ročaja, podporna (spodnja roka) roka pa je sproščena in je postavljena na ročaj

palice, kjer se nahaja trak za boljši oprijem. Pomembna je pokončna drža trupa, ki je v rahlem predklonu, pogled pa je usmerjen naravnost naprej v polje igrišča (Kysel, 2010).

#### **2.2.2.2 Vodenje**

Žogico lahko vodimo s forehand ali backhand delom lopatice, jo potiskamo ali vlečemo in pri vodenju uporabljamo eno ali obe roki. Žogico lahko vodimo tako, da jo vlečemo za svojim telesom, večinoma s forehand delom lopatice, omogoča pa nam boljšo kontrolo in zaščito pred nasprotniki. Pri vlečenju žogice palico držimo z obema rokama. Žogico lahko tudi potiskamo pred telesom igralca večinoma z backhand delom lopatice. Tak način vodenja se uporablja pri hitrih protinapadih, večinoma pa igralec žogico vodi samo z vodilno roko. Žogica mora biti med vodenjem blizu lopatice, saj to omogoča boljšo kontrolo (Carda, 12.3.2013).

Vodenje ločimo tudi po načinu vodenja. Hokejsko vodenje temelji na vodenju žogice izmenično s forehand in backhand delom lopatice. Floorball vodenje pa prepoznamo po značilnem vodenju žogice samo s forehand delom lopatice. Pot žogice med vodenjem spominja na številko 8, zato takemu načinu vodenja rečemo tudi osmica. Pomembno je, da ima lopatica igralca pri vodenju žogice kontakt s podlago (Carda, 17. 11. 2012).

#### **2.2.2.3 Podajanje in sprejemanje**

Podajanje lahko izvajamo s forehand ali backhand delom lopatice po tleh ali po zraku. Podaja s forehand delom lopatice je najbolj pogosta in se izvaja iz osnovnega položaja (pravokotno na cilj podaje). V pripravi podaje igralec s palico postavi žogico za navidezno črto zadnje noge, na isto nogo prenese težo, sprednja noga je tako skoraj iztegnjena. V izvedbi podaje igralec s potiskom podporne roke naprej usmeri žogico v smeri cilja, težo pa prenese na sprednjo nogo. Pogled ima usmerjen proti cilju podaje (ali pa ne), po podaji igralec proti cilju usmeri tudi palico. Žogico skozi celotno pot vleče po igrišču, lopatica palice pa se mora do sprožitve podaje dotikati podlage. Podaja z backhand delom lopatice je izvedena obratno kot podaja s forehand delom lopatice. Poleg osnovne podaje s potegom poznamo tudi podajo z udarcem. Igralec žogico udari, ko jo postavi pred navidezno črto sprednje noge. Pogosto je podaja z udarcem visoka podaja, ki se uporablja za dolg prenos žogice preko sredinske črte. Lopatica palice do dotika z žogico drsi



po podlagi, za uspešno izvedeno podajo po zraku pa mora igralec lopatico nagniti stran od žogice (Kysel, 2010).

#### **2.2.2.4 Streljanje**

Poleg backhand in forehand strela delimo strel na strel s potegom, strel iz zapestja ter strel z zamahom. V osnovi učimo strel s potegom preko forehand dela lopatice, ki pa je zelo podoben podaji s potegom. Osnovni strel s potegom ima tudi svoje novodobne različice. Ena izmed najbolj značilnih različic je strel s potegom preko obrata v forehand smeri (ang. *sweeper*). Razlika je v dinamiki gibanja in začetku ter koncu poti žogice. Strelec stoji v osnovnem floorball položaju pravokotno od cilja, palica je postavljena za telesom. Pot strela ne poteka naravnost, ampak v krivulji, saj igralec s postavitvijo palice žogico skriva za navidezno črto zadnje noge. Igralec pogled ves čas izvedbe usmerja proti cilju strela in izvede prenos teže telesa preko noge (to je noga, ki je na strani vodilne roke), katere stopalo v trenutku izvedbe postavi v smer cilja. Razlika med strelom in podajo je v hitrosti izvedbe in kotom lopatice, ki je postavljena na podlago, saj lahko pri strelu žogica večkrat leti nad podlago. Z naklonom lopatice od podlage usmerjamo let žogice po zraku ali po tleh. Pomemben faktor pri strelu je naslanjanje palice ob podlago med vlečenjem žogice, saj pri zaključku strela žogica prejme dodatno energijo z ukrivitvijo ročaja in sprostitvi ob strelu nazaj v iztegnjen položaj (Kysel, 2010).

Streli z backhand delom lopatice niso tako pogosti, ampak so na kratkih razdaljah precej učinkoviti. Pri backhand streljih ločimo strele z zamahom in strele s potegom. Slednji so učinkoviti pred golom nasprotnika, kadar varamo vratarja. Backhand strel z zamahom je agresiven in hkrati nenatančen. Streli z zamahom se razlikujejo po postavitvi lopatice na žogico, saj na tak način določamo smer leta žogice. Kadar je igralec s hrbtom obrnjen proti nasprotnikovemu голу in prejema visoko žogico pred sebe uporabi strel magnus. Pri slednjem gre za backhand strel s polzamahom, kjer napadalec blokira nasprotnika in mu zastira pogled nad žogico. Strel je lahko izveden v zraku ali pa na podlagi. Takšen strel je za vratarja izredno težak, saj je nepredvidljiv in močan (Kysel, 2010).

Pri strelu iz zapestja je kontakt palice s podlago krajši, prenos težišča telesa pa je manjši kot pri ostalih streljih. Tak strel je zelo hiter in učinkovit, saj vratarji težko razberejo, kam bo strelec žogico usmeril. Strel iz zapestja v gibanju zahteva dobre koordinacijske sposobnosti (sinhrono

gibanje telesa in udov). S potegom žogico vodimo do navidezne črte sprednje noge, nato pa jo z gibom zapestja udarimo proti cilju. Pogled je usmerjen proti cilju, gibanje po strelu pa mora biti usmerjeno proti голу, da strelec ob morebitnem odboju žogice pred gol lahko ustrela še enkrat (Kysel, 2010).

Strel z zamahom je močnejši kot strel z zapestja, vendar zahteva boljšo tehniko in je manj natančen. Žogica je pri strelu z zamahom udarjena in ne vlečena. Igralec v začetnem floorball položaju stoji pravokotno na cilj strela, žogica je postavljena pred sprednjo nogo, optimalna postavitev žogice na lopatici pa je v sredini njene dolžine. Pri strelu z zamahom je pomembno, da roki trdno oprijemata palico (predvsem podporna roka). Priprava na strel z zamahom je daljša, zato je strel zelo predvidljiv za nasprotnika. Zamah nazaj je izveden v višini kolen zaradi pravila visoke palice. Težišče telesa je na zadnji nogi in se ob izvedbi zamaha prenese na sprednjo nogo. Lopatica pred udarcem žogice zadane podlago, s tem se zaradi ukrivljenosti palice ob zapustitvi lopatice od podlage sproži energija, ki dodatno vpliva na hitrost leta žogice (Kysel, 2010).

Eden izmed bolj zahtevnih strellov je strel v zraku, kjer igralec udari žogico, ki leti po zraku. Udarec je možen s forehand ali backhand delom lopatice, lahko je sprožen neposredno iz zraka ali pa po odboju od podlage. Paziti je potrebno, da palice ne dvignemo višje od višine kolen, saj pravila tega ne dovoljujejo (Kysel, 2010).

#### **2.2.2.5 Preigravanje in varanje**

Carda (17. 11. 2012) v svojem članku opisuje tudi obrat (ang. *spin*) kot element varanja, ki je zelo učinkovit, a zahteven za izvedbo. Izvajamo ga lahko na obe strani lopatice, bolj pogost je obrat v smeri backhand dela lopatice. Pri izvedbi moramo paziti, da gib izvedemo hitro in da z lopatico pokrijemo žogico, da izboljšamo kontrolo.

Pri floorballu poznamo varanja s palico in telesom.

## **2.3 TAKTIČNI ELEMENTI**

### **2.3.1 Individualna obrambna taktika**

#### **2.3.1.1 Hokej na ledu**

##### **2.3.1.1.1 Igra 1 na 1**

Pri oviranju nasprotnika v igri 1 na 1 je pomembna postavitev telesa, postavitev palice, postavitev položaja glave, zmanjševanje prostora med palico obrambnega igralca in ploščkom ter telesni kontakt. Obrambni igralec mora biti postavljen tako, da ščiti svoj gol pred zadetkom. Kadar nasprotnik napada ob ogradi, mora obrambni igralec drsati po notranji strani tako, da je njegova zunanja rama poravnana z nasprotnikovo notranjo ramo. Kadar nasprotnik napada po sredini igrišča, ga mora obrambni igralec z drsanjem vzporedno z nasprotnikom prisiliti v to, da se pomakne ob ogrado. V obeh primerih mora obrambni igralec prisiliti nasprotnika, da se giblje v območjih, ki so manj nevarni za zadetek. Postavitev palice mora biti učinkovita za prestrežanje podaje nasprotnika, mora pa tudi aktivno sodelovati pri preusmerjanju igralca v nenevarna območja. Obrambni igralec se osredotoči na telo napadalca s ploščkom in ne na plošček. S periferno kontrolo si omogoča večji nadzor in lahko v primeru podaje prostemu nasprotniku bolje odreagira v obrambi. Zelo pomembno je, da ima obrambni igralec palico v dosegu ploščka, hkrati je tako pripravljen na odvzem ploščka s palico ali pa s telesom ob ogradi (IIHF, 2007e).

##### **2.3.1.1.1.1 Branjenje nasprotnika v kotu**

Obrambni igralec ima v primeru, da nasprotnik s ploščkom zavzame položaj v kotu za golom, dve možnosti. Lahko vrši pritisk ali pa spremlja igralca v ugodnem položaju. Za vršenje pritiska se odloči, kadar je nasprotnik obrnjen z obrazom proti ogradi, saj v tistem trenutku nasprotnik nima pregleda nad igro in ga lahko ovira s telesom ali pa mu s palico onemogoča prehod v ugoden položaj. Kadar obrambni igralec nasprotnika s ploščkom gleda v obraz, ga spremlja, si poskuša pridobiti ugoden položaj ter mu onemogoča prehod v območja za ugoden strel (IIHF, 2007e).

#### **2.3.1.1.1.2 Igra s telesom**

Pri kontaktu s telesom je potrebno ohranjati ravnotežni položaj, pri kontaktu pa mora obrambni igralec ciljati na zgornji del telesa, saj tako nasprotniku za čas stika onemogoči kontakt s ploščkom. Pomemben je tudi zaključek igre s telesom, saj se mora obrambni igralec po izvedenem kontaktu ustrezno odzvati in zavzeti položaj za nadaljnje sodelovanje v igri (IIHF, 2007e).

#### **2.3.1.1.1.3 Branjenje vzdolž ograde**

Kadar je napadalni igralec s telesom obrnjen proti ogradi, mora obrambni igralec čim hitreje zavzeti položaj, s katerim zmanjšuje prostor igralcu ob ogradi.

#### **2.3.1.1.1.4 Pripenjanje (ang. *pinning*)**

Je element v igri, kjer branilec s telesom prepreči premik nasprotnika s ploščkom ob ogradi. Obrambni igralec nasprotnika z ramo pod njegovo ramo nasloni ob ogrado izza hrbta. Kadar se nasprotnik obrača proti sredini igrišča, je pomembno, da obrambni igralec postavi bližnjo nogo med noge nasprotnika in ga z gibom v bokih nasloni ob ogrado ter rahlo dvigne od podlage. Ko plošček ni več v posesti nasprotnika, se obrambni igralec hitro pomakne nazaj v hokejski položaj (IIHF, 2007e).

#### **2.3.1.1.2 Pogledovanje nazaj**

Pomemben element igre je, da se obrambni igralec zaveda gibanja ter pozicije ploščka, dogajanja za hrbtom ter položaja nasprotnih ter svojih igralcev (IIHF, 2007e).

#### **2.3.1.1.3 Blokiranje strela**

Ta element igre je zelo učinkovit in spada pod posebno osebno taktiko. Blok mora biti izveden pravočasno in pravilno, da ne pride do poškodb. Poznamo tri načine blokiranja strelav. Prvi je, da obrambni igralec drsa naravnost proti nasprotniku s ploščkom, postavi nogi v linijo strela čim bolj skupaj. Drugi način je drsenje obrambnega igralca proti liniji strela z nogami naprej. Ta način se uporablja za blokiranje strelav z modre črte, pomembno pa je, da se izvede pravilno, da se ob morebitnem varanju strela obrambni igralec lahko hitro vrne v osnovno postavitev. Te tehnike se ne uporablja, kadar obrambni igralci branijo svoj gol z igralcem manj. Tretjega načina

se dandanes skoraj ne uporablja več, je pa primerna pri igri 1 na 1. Obrambni igralec izvede enonožni klek, prosto roko postavi ob telo in se dotika ledu. Z drugo roko drži palico, položeno na led in poskuša ubraniti strel (IIHF, 2008a).

#### **2.3.1.1.4 Igra za golom**

Kadar je nasprotnik s ploščkom za našim golom, mora biti obrambna ekipa potrpežljiva, stati mora v dani obrambni postavitvi blizu gola. Kadar nastopi priložnost, da pride obrambni igralec v kontakt z nasprotnikom, mora biti obrambni igralec prepričan, da bodo soigralci na to pripravljeni. Če je možno, pripravi nasprotnika, da se giblje na šibkejšo (backhand) stran. Preprečiti je potrebno podaje pred gol in zavzeti ugoden položaj (IIHF, 2008a).

#### **2.3.1.2 Floorball**

##### **2.3.1.2.1 Igra 1 na 1**

Igralec ohranja postavitev med nasprotnikom z žogico in svojim golom. Palico drži v eni roki in drži razdaljo z igralcem, tako da je s svojo palico še v dosegu žogice. Pomembno je, da je roka, s katero drži palico, pokrčena, da je njegovo težišče telesa stabilno tudi ob morebitnem poskušanju izbijanja žogice ali blokiranju strela. Pomembno je, da obrambni igralec gleda tako telo igralca kot tudi žogico. Za to tehniko uporablja periferni vid, s tem pa se izogne morebitnemu izigravanju napadalca s telesom. Nasprotnika je potrebno upočasniti in prisiliti, da se giblje proti nenevarnim delom igrišča ob ogrado ali za gol (Kysel, 2010).

##### **2.3.1.2.1.1 Igra s telesom**

Igra s telesom je dovoljena le, kadar se nasprotnika v boju za žogico poskušata z ramo ob rami izriniti iz ugodnega položaja. Nalet v tem primeru ni dovoljen tako kot tudi porivanje, držanje, spotikanje itd. (Kysel, 2010).

##### **2.3.1.2.1.2 Kraja žogice nasprotniku**

Obrambni igralec izkoristi nezbranost nasprotnika, kadar žogice nima pod kontrolo ali (in) kadar je obrnjen z obrazom proti ogradi. Takrat mu poskuša na pravilen način ukrasti žogico.

#### **2.3.1.2.2 Spremljanje nasprotnika brez žogice**

To je element igre, s katerim se poskušamo izogniti podaji igralcu, ki ga pokrivamo. Ključ spremljanja je pravočasno in pravilno spremljanje nasprotnika. Razlikujemo tesno pokrivanje in pokrivanje na razdalji. Bližje domačemu голу poteka nasprotnikov napad, tesneje je potrebno pokrivati igralca (Kysel, 2010).

#### **2.3.1.2.3 Spremljanje nasprotnika z žogico**

Razlikujemo dva načina spremljanja igralca. Pri prvem poskuša branilec nasprotnika z žogico napasti in prisiliti, da naredi napako. Pri drugem načinu poskuša branilec nasprotnika s telesom preusmeriti v območja, ki so manj nevarna za doseg zadetka (v kot ali ob ogrado). Paziti je potrebno, da napadalcu s ploščkom ne pustimo prostora za ugodno streljanje ali podajanje, zato je pomembna razdalja med igralcema (Kysel, 2010).

#### **2.3.1.2.4 Spremljanje nasprotnikov in pokrivanje prostora**

Taktični element je, ko obrambni igralec poskuša obraniti napad dveh ali več nasprotnih igralcev. V tem primeru poskuša držati pravo razdaljo med nasprotniki z rahlim premikom proti igralcu z žogico. Nasprotniku z žogico ne sme dovoliti podaje do ostalih nasprotnikov in ne sme pustiti, da bi streljal proti голу (Kysel, 2010).

#### **2.3.1.2.5 Blokiranje strela**

Obrambna akcija, ki ima veliko vlogo pri branjenju. Igralec lahko blokira strel v stoji ali kleku. V kleku ščitimo več prostora, vendar nam vzame več časa za postavitvev, zato tak način blokiranja manj zaželen kot stoječ. Pri slednjem gre za zavzemanje položaja sonožno, kjer noge postavimo pred lopatico strelca (Kysel, 2010).

## **2.3.2 Individualna napadalna taktika**

### **2.3.2.1 Hokej na ledu**

#### **2.3.2.1.1 Varanje s telesom**

Varanja s telesom delimo na štiri načine. Način s spremembo hitrosti je učinkovita metoda, kjer v igri upočasnimo ali pa pospešimo, s tem nasprotnika prisilimo v zakasnjeno reakcijo. Način “od ograde proti sredini” služi za premik nasprotnika na napačno stran. Napadalec najprej nakaže gib s telesom ob ogrado, nato pa v trenutku spremeni smer proti sredini in pospeši mimo nasprotnika. “Od sredine proti ogradi” ima podoben cilj, le da napadalec izvede premik ravno obratno. Zadnji način se imenuje “varanje s premikom dela telesa” in vključuje hitro gibanje glave, zgornjega ali spodnjega dela telesa. Nasprotnik ob spremljanju spremeni postavitev telesa in se premakne v napačno smer. Takrat napadalec izkoristi priložnost in pospeši v nasprotno smer, preden nasprotnik zavzame ugoden položaj za branjenje (IIHF, 2007f).

#### **2.3.2.1.2 Varanje s strelom in podajo**

Varanja s strelom delimo na štiri načine. “Varanje s strelom” je način, pri katerem napadalec nakaže strel in prisili nasprotnika v to, da se za trenutek postavi v blokiranje strela. S tem si napadalec pridobi ugoden prostor za premik mimo nasprotnika. “Pogled stran” je način, kjer napadalec s pogledom proti soigralcu in nakazovanjem na podajo prisili nasprotnika k blokiranju podaje, takrat pa ima napadalec prosto pot za premik mimo njega. “Obhod igralca” poteka tako, da napadalec pospeši po zunanji strani, prenese težo telesa na nasprotnika in vodenjem ploščka z eno roko prehititi nasprotnika. “Varanje za golom” je poteza napadalca, kadar stoji s ploščkom za nasprotnim golom. Napadalec nakaže podajo prostemu igralcu pred golom in obide gol po drugi strani ter poskuša ploščico spraviti za hrbet vratarja (IIHF, 2007f).

#### **2.3.2.1.3 Agresivno obračanje**

Je poteza napadalca v obrambni tretjini, ko se poskuša izogniti nasprotniku, ki mu sledi z obratom v stran, pogosteje v smeri proti ogradi (IIHF, 2007f).

#### **2.3.2.1.4 Obrat v napadalni tretjini (ang. *delaying*)**

Ko napadalec zadrša v napadalno tretjino, naredi obrat proti ogradi in poveča razdaljo med branilcem, ki ga spremlja (IIHF, 2007f).

#### **2.3.2.1.5 Hitro ustavljanje**

Napadalec si z nenadnim hitrim ustavljanjem ob tesnem pokrivanju nasprotnega branilca pridobi prostor, s takojšnjim pospeševanjem pa še poveča razdaljo in ima tako več prostora za strel ali podajo (IIHF, 2007f).

#### **2.3.2.1.6 Blokiranje igralcev (brez ploščka)**

Napadalec brez ploščka onemogoča prehod nasprotniku, ki želi ogroziti napadalčevega soigralca s ploščkom. S tem omogočimo napadalcu s ploščkom več prostora (IIHF, 2008b).

#### **2.3.2.1.7 Blokiranje vratarja (ang. *screening*)**

Napadalec pred nasprotnim golom poskuša blokirati pogled vratarju s postavitvijo pred vratarjevim prostorom v linijo s ploščkom. Napadalec pred golom mora biti obrnjen tako, da gleda svojega soigralca s ploščkom in v trenutku strela ne sme zadršati vstran, ampak mora obstati na mestu (IIHF, 2008b).

#### **2.3.2.1.8 Preusmerjanje ploščka (ang. *deflecting*)**

Iz položaja pred golom, ko napadalec blokira vratarjev pogled na ploščico, je možnost, da napadalec preusmeri smer gibanja ploščka. Tak strel je za vratarja zelo nevaren, ker je nepredvidljiv (IIHF, 2008b).

#### **2.3.2.1.9 Odbit plošček (ang. *rebound*)**

Napadalci morajo po strelu ustrezno reagirati. S predvidevanjem smeri odbitega ploščka poskušajo zavzeti ugoden položaj za ponoven strel (IIHF, 2008b).



#### **2.3.2.1.10 Agresiven napad branilca (ang. *pinching*)**

Obrambni igralec se iz položaja na modri črti v napadalni tretjini preseli globlje v napadalno tretjino ob ogrado, kjer poskuša pomagati napadalcem pri prenosu ploščice ob ogradi iz ene strani na drugo (IIHF, 2008b).

#### **2.3.2.2 Floorball**

##### **2.3.2.2.1 Preigravanje in varanje**

To poglavje je opisano pri poglavju tehnični elementi.

##### **2.3.2.2.2 Podpora soigralcu z žogico**

V trenutku, ko je žogica v naši posesti, mora napadalec brez žogice poskrbeti, da ima soigralec z žogico možnost podaje nanj. Tak igralec lahko zavzame ugoden prostor za podajo in prejme podajo direktno na lopatico, lahko pa s svojim gibanjem proti nasprotnemu branilcu igralcu z žogico odpira možnost lažjega prehoda. Igralec z žogico mora imeti v vsakem trenutku posesti žogice dve možnosti za podajo. Napadalci se gibljejo v tako imenovanem napadalnem trikotniku, s katerim pridobijo globino in širino igrišča za učinkovit napad (Carda, 22. 2. 2014).

##### **2.3.2.2.3 Postavitev in osvojitev bulija**

Buli je napadalni element v igri, ki ob prekinitvah odloča o posesti žogice. Izvajalca se borita za žogico, ki je postavljena na sredini oznake in na sodniški znak poskušata žogico podati svojemu soigralcu. Pri floorballu se uporabljata dve strategiji. Pridobivanje žogice nazaj in (ne tako pogosta) pridobivanje žogice naprej. Za uspešno izvajanje bulija je potreben dober reakcijski čas, optimalna postavitev lopatice ob žogici in dober oprijem na palici (Carda, 22. 11. 2012).

##### **2.3.2.2.4 Predajanje žogice**

Igralec lahko žogico preda soigralcu. Ta element igre se uporablja pri križanju igralcev. Igralec, ki vodi žogico proti soigralcu, tik pred srečanjem namerno preneha z vodenjem in žogico pusti na mestu. Soigralec prevzame žogico in jo nato on vodi po igrišču (Carda, 22. 11. 2012).

#### **2.3.2.2.5 Dotik žogice**

Ta element se uporablja pri izvajanju prostih strel, kjer se eden od igralcev žogice namerno le dotakne. Pri tej potezi se nasprotni blok, ki ga postavi nasprotna obramba, velikokrat napačno odzove in naredi prostor v bloku, zato ima izvajalec možnost neposrednega strela na gol (Carda, 22. 11. 2012).

### **2.3.3 Skupinska obrambna taktika**

#### **2.3.3.1 Hokej na ledu**

##### **2.3.3.1.1 Prezemanje igralcev**

Kadar napadalca pri igri 2 na 2 menjavata položaj na igrišču v napadu, se morata obrambna igralca pravilno odzvati in drug drugemu prevzeti napadalna igralca, ki ju pokrivata. Tak način prevzemanja je primeren za obrambno igro v nevtralni tretjini. Bolj agresivno prevzemanje izvajata obrambna igralca v obrambni tretjini, kjer napadalca, ki pri križanju prevzame plošček, najbližji obrambni igralec takoj po prevzemu pokrije in mu onemogoča prehod v prostor za dobro podajo ali strel. Drugi obrambni igralec prevzame igralca brez ploščka (IIHF, 2008c).

##### **2.3.3.1.2 Igra 2 na 1**

Obrambni igralec v tem primeru drsa med napadalcema in preprečuje podajo igralcu brez ploščka. Napadalca s ploščkom poskuša z gibanjem pripraviti, da drsa v manj nevaren prostor za dosego zadetka. Bližje голу se nahajata napadalca, večje pozornosti je s strani obrambnega igralca deležen napadalec brez ploščka (IIHF, 2008c).

##### **2.3.3.1.3 Igra 1 na 2**

Kadar imata obrambna igralca številčno premoč v igri 1 na 2, mora bližji obrambni igralec agresivno pristopiti k napadalcu s ploščkom in ga prisiliti k hitri odločitvi, drugi obrambni igralec pa podpira svojega soigralca. V obrambni tretjini obrambni igralec z uspešnim pokrivanjem napadalcu onemogoča nadaljnjo napadalno akcijo, zunaj obrambne tretjine pa nasprotni ekipi onemogoča, da bi načrtno pripravila napadalni prehod v tretjino (IIHF, 2008c).

#### **2.3.3.1.4 Podpora kril v obrambi (ang. *sagging*)**

Kadar se plošček nahaja globoko v obrambni tretjini, trije igralci (obrambna igralca in center) tesno pokrivajo napadalce, ki pripravljajo napad. Obrambna ekipa s postavitvijo krilnih igralcev globlje v obrambni tretjini zgosti nevaren prosti prostor pred golom, ustvari igro 3 na 5 in ne dopušča podaje na branilca nasprotne ekipe. Krili obrambne ekipe se postavljata globlje v obrambno tretjino med nasprotna obrambna igralca in plošček, da onemogočata podajo nanje (IIHF, 2008c).

#### **2.3.3.1.5 Pokrivanje prostih igralcev**

Obrambna ekipa veliko pozornost posveča igri, kjer se nahaja plošček, vendar mora pozornost posvetiti tudi igralcem, ki niso v bližini ploščka. V primeru, da napadalec plošček poda nazaj v smeri proti lastnemu голу, je potrebno paziti da obrambni igralec na šibki strani (v tem primeru je to krilo) zavzame prostor na igrišču in s tem napadalnemu igralcu brez ploščka, ki ga pokriva, prepreči prehod v prazen prostor pred gol.

### **2.3.3.2 Floorball**

#### **2.3.3.2.1 Odstopanje igralcev**

Situacija, kadar branilec v obrambni polovici sicer krije svojega nasprotnika in ga ima pod nadzorom, vendar ima možnost, da obrambno nalogo tudi zamenja v sodelovanju s svojim soigralcem (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.2 Podvajanje igralcev**

Je način sodelovanja dveh igralcev, ki poskušata dobiti žogo v svojo posest tako, da ustvarjata premoč v prostoru (ob ogradi) in vršita pritisk nad igralcem z žogo (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.3 Prevezemanje igralcev**

Je način delovanja dveh soigralcev v obrambni postavitvi, ki zamenjata vlogi pokrivanja "svojih" igralcev in prevzameta delo drug drugemu (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.4 Ščitenje igralcev**

Je individualno ali skupinsko delo obrambnih igralcev, ki s pravilnim postavljanjem telesa onemogočajo nasprotnikom prehod v prostor, ki je ugoden za doseg zadetka (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.5 Osebna obramba**

Obrambni igralci mož na moža pokrivajo nasprotnike in preprečujejo nasprotnikom, da bi prišli do strela ali podaje v ugoden prostor na igrišču (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.6 Igra 2 na 2**

Obrambni igralci spremljajo svojega igralca na igrišču kot pri 1 na 1. Pri križanju nasprotnikov je pomembno, da obrambni igralci vedo, kdaj prevzeti nasprotnika in kdaj slediti svojemu igralcu. To je del dogovora s trenerjem in je ključnega pomena, saj se ob napaki enega obrambnega igralca hitro sprostijo prostor za prostega napadalca, ki je nevaren za zadetek (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.7 Igra 3 na 3**

Pri igri 3 na 3 sta obrambna igralca odgovorna za igralca z žogico in igralca pred golom. Center kot tretji igralec pa tretjemu napadalcu v fazi pred podajo iz strani, namenoma pusti več prostora, da s tem nasprotnike prisili v podajo nanj. Zaradi namere centra je v primeru podaje na zgornjega napadalca center vseeno pripravljen na pravilno reakcijo v fazi branjenja (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.8 Igra 2 na 1**

Pri številčni premoči v fazi branjenja je potreben bolj pazljiv pristop. V tem elementu igre obrambni igralec ne drži svojega napadalca, ampak brani prostor in poizkuša prestreči sredinsko podajo. Ko se igralec znajde v položaju med dvema nasprotnikoma, mora ohranjati določeno razdaljo med njima. V zgodnji fazi, ko sta nasprotnika bližje sredinski črti, poskušamo s palico izbiti žogico iz posesti nasprotnika. Bližje sta nasprotnika голу, večja nevarnost je za doseg zadetka, zato se obrambni igralec bolj osredotoči na prestrežanje podaje na prostega igralca. Enostavno pravilo igre 2 na 1 je takšno, da obrambni igralec izloči iz igre (s postavljanjem med žogico in prostim igralcem) prostega napadalca, vratar pa se osredotoči na napadalca z žogico (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.9 Igra 3 na 1**

Obrambni igralec je postavljen med nasprotniki in poskuša zmanjšati napadalni prostor, prestreči podajo na prostega napadalca in upočasniti napad. Če obrambni igralec predvidi, da bo napadalec z žogico streljal, poskuša s telesom blokirati strel, palico pa postavi tako, da blokira morebitno podajo na najbolj nevarnega prostega napadalca v tistem trenutku (Kysel, 2009).

#### **2.3.3.2.10 Igra 3 na 2**

Obrambna igralca poskušata uporabiti taktiko branjenja 1 na 1 in 2 na 1. Na strani, kjer ima napadalec žogico, obrambni igralec upošteva taktični element branjenja 2 na 1, na nasprotni strani, kjer se nahaja prosti igralec, drugi obrambni igralec upošteva taktični element branjenja 1 na 1 (Kysel, 2009).

### **2.3.4 Skupinska napadalna taktika**

#### **2.3.4.1 Hokej na ledu**

##### **2.3.4.1.1 Povratna podaja**

Je taktika, kjer igralec nemudoma po podaji prostemu soigralcu hitro zadrša v prazen prostor in sprejme povratno podajo (IIHF, 2008d).

##### **2.3.4.1.2 Križanje**

Križanje je gibanje dveh igralcev, ki zadršata drug proti drugemu in poskušata z zamenjavo mest pripraviti obrambna igralca, da naredita napako pri prevzemanju. V času, ko sta igralca vzporedno drug na drugega, lahko izmenjata posest ploščka ali pa samo zadršata mimo brez prevzema (IIHF, 2008d).

##### **2.3.4.1.3 Podaja v prazen prostor**

Igralec s ploščkom uporabi podajo v prazen prostor za hrbet obrambnega igralca namesto neposredno na palico soigralca. S tem omogoči soigralcu sprejem podaje v maksimalni hitrosti in prisili obrambnega igralca v obrat proti smeri ploščka, s čimer izgubi hitrost (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.4 Podaja za hrbet obrambnega igralca (ang. *headman*)**

Takšna podaja je lahko dolga ali kratka, lahko je usmerjena neposredno na lopatico soigralca ali pa je podana posredno od ograde. Hiter prenos ploščka v nevtralno tretjino prisili obrambna igralca v spremembo položaja, s čimer izgubita hitrost in omogočita igralcu, ki sprejema plošček, več prostora. Podaja se uporablja, kadar izključeni igralec po preteku kazni zadrša proti modri črti napadalne tretjine za hrbet obrambnima igralcema (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.5 Široka podaja (ang. *wideman*)**

Podaja, ki je zelo učinkovita, kadar je postavitve nasprotnih igralcev usmerjena na polovici, kjer se nahaja plošček. S hitro vzporedno ali pa diagonalno podajo soigralcu na drugo stran igrišča se omogoči lažji prenos igre v napadalno tretjino (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.6 Podaja nazaj (ang. *backman*)**

Podaja nazaj na obrambnega igralca iz napadalne ali nevtralne tretjine se izvede, kadar želi ekipa razširiti postavitev nasprotnih igralcev (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.7 Podpora na sredini igrišča**

Učinkovita podpora na sredini igrišča lahko vodi v nevaren protinapad. Igralec s ploščkom napreduje proti nevtralni tretjini, krilo iz položaja ob ogradi pridrsa proti sredini in se ponuja za sprejem podaje. Sprejemalec sprejme plošček v visoki hitrosti in je zato nevaren za prehod mimo obrambnih igralcev.

#### **2.3.4.1.8 Trojni napad (princip napadanja 1-2-3)**

Trojni napad je princip kontrole ploščka, pritiskanja na nasprotni gol, gibanja v trikotniku in stabilnosti igre treh napadalnih igralcev. Igralec s ploščkom se giblje proti nasprotnemu голу, drugi soigralec pospeši in zadrša v globino pred gol nasprotnika, tretji pa z zmanjšanjem hitrosti pridobi prostor višje nad golom. S tem omogočita igralcu s ploščkom, možnost podaje v globino ali pa nazaj na igralca, ki je zmanjšal hitrost (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.9 Kroženje igralcev**

Kroženje igralcev poteka s sodelovanjem igralcev pred in za golom nasprotnika. Igralec s ploščkom zadrša ob ogradi proti modri črti in poda plošček ob ogradi nazaj v kot igrišča na isti strani. Igralec, ki je podal plošček ob ogradi proti kotu, zadrša proti sredini pred gol nasprotnika. Drugi igralec sprejme plošček v kotu in zadrša ob ogradi ter poizkuša podati plošček soigralcu pred gol. Če to ni mogoče, plošček pošlje ob ogradi nazaj proti kotu, kjer plošček sprejema tretji soigralec (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.1.10 Podaja v globino ob ogradi na drugo stran**

Ker napadalni ekipi zaradi dobre postavitve nasprotne obrambe ni vedno mogoč prehod v napadalno tretjino z neposrednim prenosom ploščka, lahko igralec s ploščkom, ko zadrša preko sredinske črte, nastreli plošček ob ogradi proti kotu. Plošček se, drsajoč ob ogradi, prenese na nasprotno stran, kamor zadrša prost soigralec, ki poskuša sprejeti plošček ob podpori še enega napadalca (IIHF, 2008d).

#### **2.3.4.2 Floorball**

##### **2.3.4.2.1 Povratna podaja**

Kombinacija, kjer igralec po sprejemanju žogice poda žogico nazaj tistemu soigralcu, ki mu je pred tem žogico podal (Kysel, 2009).

##### **2.3.4.2.2 Križanje**

Kombinacija s križanjem dveh ali več igralcev. Križanje mora biti izvedeno tako, da je učinkovito, vsak igralec, ki sodeluje v križanju, mora ta element avtomatizirati, poznati pa mora tudi določena pravila, brez katerih pride do nesporazumevanja (Kysel, 2009).

##### **2.3.4.2.3 Sledenje po podaji v napadu**

Situacija, kadar igralec s svojimi soigralci poskuša priti v napadalno polovico. Igralec takoj po podaji soigralcu s pospeševanjem, zaviranjem ali spremembo smeri pridobiva ugoden prostor v napadalni polovici, kjer je nevaren za zadetek (Kysel, 2009).

#### **2.3.4.2.4 Hiter prenos žogice – protinapad z visoko podajo**

To je najbolj uporabljena igralna kombinacija, zasnovana na igri z visoko podajo žogice preko nasprotnih branilcev v prostor, kamor odteka eden od napadalnih igralcev (Kysel, 2009).

#### **2.3.4.2.5 Blokiranje**

Situacija, kadar je igralec brez žogice s telesom postavljen tako, da preprečuje nasprotniku prehod mimo, da bi le-ta pokrtil svojega igralca (Kysel, 2009).

#### **2.3.4.2.6 Buli**

Je kombinacija iz prekinitiv, kjer se na znak sodnika eden od igralcev vsake ekipe bori za posest žogice (Kysel, 2009).

#### **2.3.4.2.7 Prosti strel**

Je element v igri, kjer poskušajo igralci z žogico iz prekinitve doseči zadetek. Lahko se izvede neposreden strel na gol, večinoma pa pri izvedbi sodeluje več igralcev in poskuša s postavitvijo ali gibanjem po prostoru uspešno izvesti prosti strel (Kysel, 2009).

### **2.3.5 Posebna taktična igra**

#### **2.3.5.1 Hokej na ledu**

##### **2.3.5.1.1 Igra z igralcem več (ang. *powerplay*)**

V zadnjih letih je pomembnost igre z igralcem več narasla, uspešnost ekipe v tem elementu pa v veliki meri vpliva na končni razplet tekme. Ta element igre ni zapleten ali kompleksen. Trener izbira med enostavnimi vzorci, kjer se igra osredotoči na dve ali tri močna področja v napadalni tretjini. V tem posebnem delu igre nastopijo tehnično boljši igralci, izbira sistema pa se določa glede na individualne sposobnosti in cilje (Smith, 2005).

##### **2.3.5.1.2 Igra z igralcem manj (ang. *penalty killing*)**

Poleg tega, da se igralci, ki igrajo z igralcem manj v igri, uspešno ubranijo napadov, je pomembna tudi možnost hitrega protinapada in dosege zadetka. Uspešna igra z igralcem manj



vliva igralcem samozavest, saj se čutijo sposobni ubraniti najmočnejših napadov nasprotnika. Igra z igralcem manj je lahko agresivna, konzervativna ali pa kombinacija obojega in je odvisna od značilnosti igre v ostalih ekipnih obrambnih sistemov. Še bolj pomembno kot v igri z enakim številom igralcem v polju je hitro in pametno reagiranje igralcev, ki poskušajo pridobiti posest ploščka ali pa z disciplinirano igro prisiliti igralce v pasivno igro (Smith, 2005).

#### **2.3.5.1.3 Buli (ang. *face-off*)**

Pri hokeju na ledu zaradi drugačnih pravil poznamo bulije v napadalnem, nevtralnem in obrambnem prostoru. Zaradi teh pravil je večji poudarek tudi na posebnih postavitvah v tem elementu igre, ki omogočajo ugodne priložnosti za zadetek iz prekinitve. Postavitve v napadu temeljijo na zadetkih, medtem ko postavitve v obrambi temeljijo na tem, da preprečijo nasprotniku, da dosežejo zadetek in izvedejo izhod ali protinapad. V nevtralni tretjini je naloga igralcev, ki pridobijo posest ploščka, da izvedejo postavitev, ki jim omogoči hiter prenos igre v napadalno tretjino (Smith, 2005).

#### **2.3.5.1.4 Kazenski strel**

Kazenski strel se izvaja na znak sodnika iz mesta na sredini, kjer se izvaja tudi začetni sodniški met. Vratar lahko zapusti gol šele po pisku sodnika, takrat izvajalec zadrša proti голу in poskuša prevarati vratarja. Lahko se odloči za varanje ali pa neposreden strel na vrata (Smith, 2005).

### **2.3.5.2 Floorball**

#### **2.3.5.2.1 Igra z igralcem več (ang. *powerplay*)**

Uspešna igra z igralcem več lahko prednost enega ali dveh igralcev na igrišču pripelje do zadetka. Z dobro postavitvijo si lahko napadalna ekipa v tej situaciji z ustvarjanjem ugodnega prostora ustvari dobre priložnosti za zadetek. Pomembno je, da trener izbere igralce, ki ustrezajo postavitvi, predvsem pa izbira temelji na tehnično sposobnejših in psihološko trdnejših igralcih. Pomembno je tudi to, da trener igralce izbere glede na dominantno stran palice. Igralci, ki imajo dominantno levo stran, ponavadi stojijo na desni strani in obratno. Taka postavitev nam omogoči hitrejši, natančnejši in močnejši zaključek akcije z nenadnim strelom na gol (Paavilainen, b. d.).

#### **2.3.5.2.2 Igra z igralcem manj (ang. *penalty killing*)**

Cilj igre z igralcem manj je, da obrambni igralci s postavitvijo usmerjajo smer žogice v manj nevarne prostore igrišča ob stran ali pa v kot igrišča. Tesna postavitvev igralcev onemogoča podaje žogice preko sredine in v diagonalni smeri. Obrambni igralci morajo ohranjati osnovni branilski položaj, gibanje palice mora biti aktivno, da preprečijo morebitne strele ali podaje. Igralec si pri blokiranju podaj in strelav pomaga tudi s telesom, služi pa tudi pri pokrivanju igralcev pred golom, ki jih morajo prisiliti v gibanje v manj nevaren prostor za podajo. Ekipe mora sodelovati, saj se ob vsaki napaki močno poveča nevarnost za zadetek (Paavilainen, b. d.).

#### **2.3.5.2.3 Buli (ang. *face-off*)**

Buli pri floorballu se ne izvaja tako pogosto kot pri hokeju na ledu, vendar lahko vseeno vpliva na potek igre. Napadalni igralci morajo pred izvedbo stati blizu nasprotnih igralcev, ki so postavljeni vzporedno z žogico, po izvedbi pa se morajo pravilno odzvati na premike nasprotnikov, ki jih pokrivajo pred izvedbo. Obrambni igralci so postavljeni za izvajalcem bulija in so v pričakovanju podaje (Paavilainen, b. d.).

#### **2.3.5.2.4 Kazenski strel**

Lastnost izvajalca kazenskega strela je dobra individualna tehnika in psihološka trdnost. Kazenski strel se izvaja iz sredine igrišča na znak sodnika. Izvajalec se odziva glede na premikanje vratarja po pisku sodnika. Kadar vratar zavzame prostor izven malega vratarjevega prostora, se izvajalec po navadi odloči za varanje vratarja v stran, nikakor pa ne sme žogice z backhand stranjo povleči nazaj, saj to ni v skladu s pravili. Izvajalec se lahko odloči tudi za neposreden strel na gol (Paavilainen, b. d.).

#### **2.3.5.2.5 Prosti strel (ang. *free-hit*)**

Igralci, ki nimajo posesti žogice, morajo najprej zavzeti prostor, ki je nevaren za neposreden udarec proti голу. To naredijo z blokom, ki je tri metre oddaljen od izvajanja prostega strela, število igralcev v bloku pa je odvisno od števila igralcev, ki je v neposredni bližini izvajanja prostega strela. Blok mora biti postavljen tako, da so igralci v nizkem položaju s postavitvijo kolena tik nad tlemi postavljeni vzporedno tesno drug ob drugem. Igralci, ki ne sodelujejo pri bloku, po navadi pokrivajo prostor, ki je nevaren za podajo nasprotniku izven neposredne bližine

izvajanja prostega strela. Postavitev obrambne ekipe temelji na prestrezanju žogice in hitri tranziciji v napadalno polovico. Izvajalci prostega strela poskušajo igralce nasprotne ekipe pripraviti, da naredijo napako v obrambi in si poskušajo pridobiti prostor za hitro podajo ali strel po podaji. Prosti streli, ki se izvajajo v neposredni bližini gola, se običajno izvajajo tako, da igralci z dvema ali tremi podajami skušajo ustvariti prostor za dober strel. Vratar nasprotnega moštva svoje igralce v bloku postavi vzporedno po celotni širini gola (Paavilainen, b. d.).

#### **2.3.5.2.6 Vračanje žogice v igro (ang. *hit-in*)**

Podobno kot pri prostem strelu je cilj vračanja žogice v igro priložnost za zadetek. S taktično postavitvijo lahko glede na položaj izvedbe vračanja žogice in glede na potek igre ohranjajo posest, prisilijo nasprotnika v pasivno igro in s tem pridobivajo na času (Paavilainen, b. d.).

## **2.4 IGRALNI SISTEMI**

### **2.4.1 Igralni sistemi v obrambi**

#### **2.4.1.1 Hokej na ledu**

##### **2.4.1.1.1 Obrambna igra v napadalni tretjini (ang. *forechecking*)**

To je proces napadanja nasprotnika v napadalnem prostoru, kjer poskušamo z agresivno obrambno postavitvijo pridobiti plošček v svojo posest. V tem elementu igre lahko izbiramo med različnimi možnostmi postavitve in je odvisna od trenerja ter lastnosti njegovih igralcev. Agresivnejši sistemi so namenjeni hitrejšim drsalcem, njihova naloga pa je, da napadejo, preden nasprotno moštvo organizira izhod in jim preprečijo ugoden prehod iz njihovega obrambnega prostora. Ostali (konzervativni) sistemi pa so namenjeni počasnejšim drsalcem, katerih naloga je, da počakajo nasprotnika, da organizira izhod in napadejo v času prehajanja iz njihovega obrambnega prostora. Nekateri sistemi vsebujejo oba načina obrambne igre v tem delu igrišča (Smith, 2005).

#### **2.4.1.1.2 Obrambna igra v nevtralni tretjini**

Obstajajo sistemi, ki zajemajo pokrivanje v nevtralnem prostoru, a jih je manj, saj je obrambna ekipa prisiljena, da se pomakne nižje proti lastnemu голу in je večja nevarnost, da prejme zadetek. Na drugi strani se je potrebno zavedati, da se v primeru dobljenega ploščka v nevtralnem prostoru odpira velika možnost za učinkovit protinapad. Rezultat dobre postavitve obrambe v nevtralnem prostoru je hitra tranzicija in protinapad, ki bo nasprotnika prisilil k napaki v postavitvi (Smith, 2005).

#### **2.4.1.1.3 Obrambna igra v obrambni tretjini (ang. *backchecking*)**

Obrambna igra v obrambnem prostoru zahteva prevzemanje odgovornosti vseh šestih igralcev na igrišču, preprečiti morajo zadetek in pridobiti posest ploščka. Vsak posameznik prevzame določen del prostora v obrambnem prostoru in mora uspešno odigrati svojo vlogo. Nasprotnik mora imeti malo časa za branje igre in uspešno izvajanje svoje vloge. Hkrati pa je malo prostora tudi za napake obrambnega igralca, ki lahko ob nepozornosti pusti nasprotniku prostor za ugoden strel. Pomembno je, da igralci razumejo sistem in svoje dolžnosti (Smith, 2005).

### **2.4.1.2 Floorball**

#### **2.4.1.2.1 Obrambna igra v napadalni polovici (ang. *forechecking*)**

Pri obrambni igri v napadalni polovici je pomembna nizka postavitve napadalca, ki mora aktivno uporabljati palico za morebitno krajo žogice ali blokiranje podaj. Napadalec mora na poteze nasprotnikov reagirati hitro, biti mora čvrst v dvobojih, mora pa tudi dobro poznati pravila obrambne postavitve svoje ekipe. Cilj obrambne igre v napadalni polovici je, da ekipa brez žogice usmerja potek gibanja nasprotne ekipe in si pripravi ugoden položaj za uspešno pridobitev posesti žogice. To lahko ekipa doseže z neposrednim pritiskom na igralce ali pa s postavitvijo obrambe, s katero upočasnijo izvedbo napada. Obramba v napadalni polovici se deli v dve različni kategoriji: conska obramba in obramba mož na moža. Pri conski obrambi se obramba giblje glede na postavitev žogice, pri obrambi mož na moža pa se obramba giblje glede na gibanje nasprotnih igralcev. Večinoma se uporabljata hkrati obe kategoriji. Vsak igralec posebej se mora odločiti, katero taktiko bo uporabil v dani situaciji (Skružny, 2010).

#### **2.4.1.2.2 Obrambna igra v sredinskem delu igrišča**

Obrambna igra v sredinskem delu igrišča poteka, ko se nasprotniki prebijejo skozi našo obrambno igro v napadu s podajo ali prehodom v sredinski del igrišča. V tem delu igrišča je nasprotnik že nevaren, da doseže zadetek, zato je pomembna tranzicija obrambnih napadalcev, da sodelujejo kot prosti igralci v obrambni igri, da se prepreči podaje in kombiniranje nasprotnikov. Učinkovita obramba v sredinskem delu igrišča pripelje do posesti žogice in možnosti hitrega protinapada. Napadalci naše ekipe v obrambni fazi aktivno sodelujejo, dokler obrambni igralci ne prevzamejo in pokrijejo nevarnega nasprotnika z žogico (Skružny, 2010).

#### **2.4.1.2.3 Obrambna igra v obrambni polovici (ang. *backchecking*)**

V obrambni polovici se obrambna igra osredotoči na gibanje igralca z žogico, kateremu ne smemo pustiti veliko prostora in časa, potrebno pa ga je prisiliti, da se giblje v nenevarnih prostorih na igrišču. S postavitvijo ostalih igralcev preprečujemo možnost podaje prostim nasprotnikom. Pomembno je, da obrambni igralci stojijo v liniji med igralcem in golom, imeti pa morajo dobro znanje individualne in skupinske obrambne taktike. Nasprotniki, ki niso v posesti z žogico, morajo biti deležni velike pozornosti, saj so oni tisti, ki so najnevarnejši za dosego zadetka (Skružny, 2010).

#### **2.4.1.2.4 Tranzicija**

Nasprotnik je v primeru izgube posesti žogice najbolj ranljiv, zato je tranzicija iz obrambne v napadalno polovico eden izmed ključnih ciljev obrambne igre. Vsak igralec v ekipi se mora zavedati, kakšne so njegove naloge in kakšne od preostalih soigralcev na igrišču. V tem delu obrambne igre se je potrebno izogibati prekrškom in posledično prostim strelom (Skružny, 2010).

## **2.5 IGRALNI SISTEMI V NAPADU**

### **2.5.1.1 Hokej na ledu**

#### **2.5.1.1.1 Izhodi iz obrambne tretjine**

Sistematični element igre v napadu, ki je ključnega pomena. Napad se začne takoj, ko napadalna ekipa ponovno pridobi posest ploščka, za uspešno izvedbo pa je pomembno, da obrambni igralci omogočijo napadalcem, da plošček pripeljejo iz obrambne tretjine in prisilijo nasprotnike v obrambno igro. Sistemi izhodov iz tretjine niso komplicirani, saj je v tem delu igre zelo pomembna uspešna izvedba, ker je v primeru izgubljenega ploščka verjetnost za prejeti zadetek največja. Vsak igralec na igrišču mora poznati svoje dolžnosti in odgovorno ter uspešno izvesti akcijo (Smith, 2005).

#### **2.5.1.1.2 Napadalna igra v nevtralni tretjini**

V preteklosti je bil ta element igre velikokrat spregledan, danes pa se učinkovitost ekipe meri po dobljeni igri v nevtralni tretjini in se je izkazala za ključni element pri zmagi. Učinkovita igra v nevtralni tretjini vodi do boljše realizacije v napadu, saj igralci v tem delu pridobijo na hitrosti in s tem agresivneje vstopajo v napadalno tretjino. Nasprotnik je tako prisiljen v reorganiziranje obrambe, zaradi tega je obramba v trenutku uspešne realizacije napada šibkejša. Napadalna igra v tem delu igrišča izhaja iz izhodov iz obrambne tretjine ali pa iz hitrih protinapadov (Smith, 2005).

#### **2.5.1.1.3 Napadalna igra v napadalni tretjini**

V tem delu igrišča ni sistemov, ki bi se jih ekipe učile, ampak so to kombinacije vzorcev gibanja igralcev, ki jih glede na situacijo producirajo in realizirajo. Igralci morajo obvladati individualno tehniko ter napadalno skupinsko taktiko, da se lahko uspešno znajdejo za napadalno modro črto (Smith, 2005).

## **2.5.1.2 Floorball**

### **2.5.1.2.1 Izhodi iz obrambne polovice**

Izhod iz obrambne polovice se izvede s podajami v napadalno polovico igrišča, običajno pa so trije igralci tisti, ki aktivno sodelujejo pri prenosu žogice v sredino. Običajno sta aktivna obrambna igralca in center, ki skupaj tvorijo trikotnik. Krili sta običajno postavljeni v napadalni polovici in imata nalogo, da s svojim gibanjem pridobita ugoden prostor za podajo ali pa prisilita nasprotne obrambne igralce, da se gibljejo v manj nevarnih predelih igrišča. Krili lahko izmenjujeta mesti in se gibljeta globoko v napadalnem prostoru ali pa visoko pri sredinski črti. Igralci, ki tvorijo trikotnik, snujejo napadalno akcijo, imajo pa tudi nalogo, da ustvarjajo prostor na igrišču za ugodno podajo proti krilom. Delimo jih na desnega in levega branilca ter libera. Slednji je igralec z žogico, ki je postavljen na vrhu trikotnika, branilca pa sta postavljena na desno oziroma levo stran igrišča ob ogradi. Libero je igralec z dobro tehniko (vodenje, podajanje) in pregledom nad igro ter je tisti člen ekipe, ki oddaja žogice v napad. Naloga stranskih branilcev je, da s svojim gibanjem omogočata prostor za podajo, ki jo običajno sprejemata krili. Vsak trener ima svoj način, kako priti iz obrambne v napadalno polovico, vendar v osnovi vsi stremijo k temu, da izolirajo boljše nasprotnike in si uspešno pripravljajo prostor za podajo. Le-ta mora biti seveda močna, točna in izvedena v pravem trenutku (Skružny, 2010).

Trenerji uporabljajo tudi izhode z dvema branilcema. V tem primeru je vloga centra podpora na sredini igrišča in je bolj usmerjena v igro v napadu. Izhodi z dvema branilcema služijo pri hitrem prenosu žogice preko sredinske črte ob ogradi. Nasprotnika lahko s takšno igro prisilimo k obrambni igri mož na moža, zato je sistem primeren za ekipe, ki imajo hitre napadalce (Skružny, 2010).

### **2.5.1.2.2 Napadalna igra v napadalni polovici**

V napadalni polovici gre predvsem za situacijske kombinacije vzorcev gibanja, kar zahteva ekipno kreativnost. Za uspešno izvedbo potrebuje ekipa igralce z dobrim znanjem individualne tehnike ter skupinskih napadalnih taktičnih elementov, kot so povratna podaja, križanje, kroženje, igra ob ogradi, blokiranje. Ekipe glede na postavitev obrambne ekipe poskušajo ustvarjati prostor v ranljivih območjih določene postavitve (Skružny, 2010).

## 2.6 FLOORBALL V ŠOLI

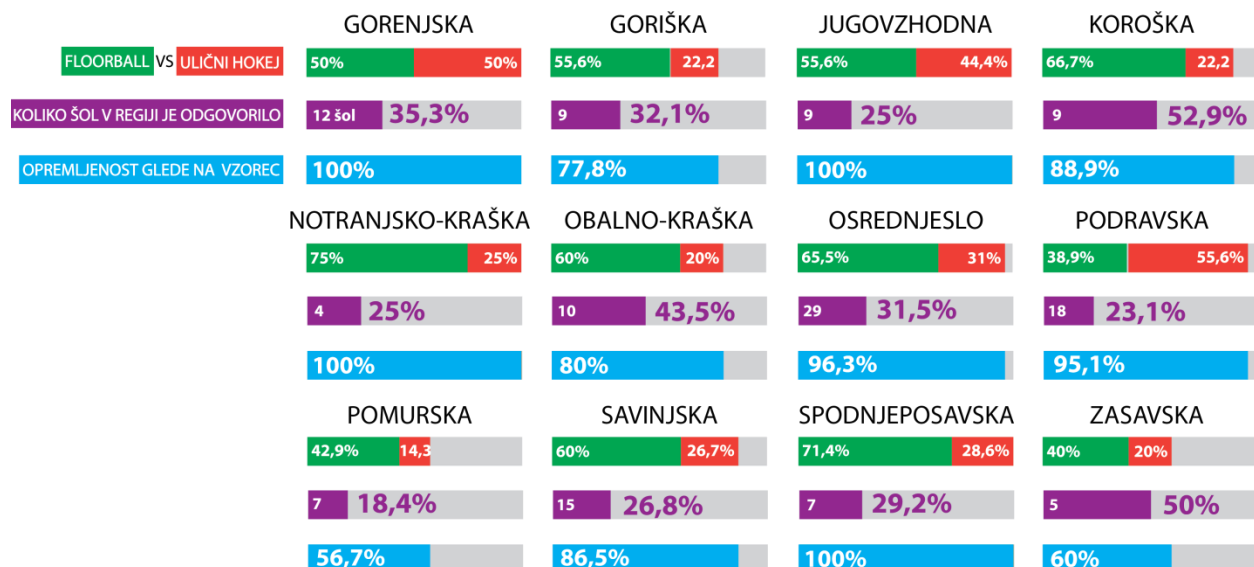
Za viden napredek pri promociji floorballa med mladimi v Sloveniji je poskrbel Floorball klub Olimpija Ljubljana, ki s podporo Mestne občine Ljubljana izvaja prvenstvo osnovnih in srednjih šol Mestne občine Ljubljana. V letošnji izvedbi projekta je sodelovalo 54 osnovnošolskih ter 20 srednješolskih ekip iz Ljubljane, tekmovanje pa je potekalo ločeno za ženske in moške ekipe (Floorball klub Olimpija, 15. 6. 2015).

Floorball klubi iz leta v leto povečujejo število mlajših članov, zlasti osnovnošolsko populacijo, ki jim lahko preko interesnih šolskih dejavnosti omogočijo večjo količino treningov. Seveda pa ta pot vodi tudi do precejšnje finančne olajšave. Bakonič (2006) je v svojem diplomskem delu poudaril, da je vključevanje floorballa v športno vzgojo podano tudi v učnih načrtih, v času pisanja njegovega dela (2006) pa se je s floorball opremo opremilo več kot 50 šol. Na spletu je možno zaslediti učne načrte osnovnih šol, ki vključujejo floorball v izbirne predmete, kot je na primer šport za zdravje. Preko spletne ankete sem pridobil informacije o opremljenosti osnovnih šol s floorball opremo po regijah. Izpostaviti moram, da pedagoge nisem spraševal po opremljenosti s floorball ogradami in goli, ampak sem jih spraševal po opremljenosti s floorball palicami in žogicami ali pa z opremo za ulični hokej. Anketa je bila poslana 445 šolam, odzvalo se je 260 športnih pedagogov. Za končno analizo sem nato uporabil vzorec 134 anket, ki so bile ustrezno izpolnjene. Izmed vseh osnovnih šol v Sloveniji (452) sem lahko v končni analizi uporabil vzorec, ki predstavlja 29,7 odstotkov vseh osnovnih šol. Najbolj me je zanimalo, kakšno pozornost pedagogi floorballu posvečajo v regijah, kjer ta šport ni tako razvit ter kakšna je priljubljenost floorballa med mladimi. V vprašalniku sem iskal odgovore o opremljenosti šol s floorball ali ulično hokejsko opremo, v kakšni meri vključujejo hokej v učne ure in če imajo učenci možnost igranja floorballa pri izbirnih športnih predmetih oziroma interesnih dejavnostih. Poleg tega sem pedagoge prosil tudi za subjektivno mnenje o popularnosti hokeja med učenci in učenkami, katere poučujejo.

Iz vzorca sem ugotovil, da je 76 šol opremljenih s floorball opremo, kar predstavlja 57 odstotkov vseh šol, ki so se odzvali anketi. Na 44 osnovnih šolah imajo opremo za ulični hokej, kar predstavlja 33 odstotkov celotnega vzorca. Oprema za ulični hokej se od floorball opreme razlikuje. Oprema je bolj podobna tisti za hokej na ledu, saj so palice daljše, lopatice pa so



zasnovane podobno kot za hokej na ledu, le da so plastične in ravne. Za razliko pa se ulični hokej igra z žogico, ki je v primerjavi s floorball žogico težja in napolnjena z gumijasto maso. 14 šol nima opreme (tako za floorball kot ulični hokej) in predstavlja 10 odstotkov celotnega vzorca.



Slika 1: Prikaz opremljenosti s hokejsko opremo po regijah

Na Sliki 1 je prikaz opremljenosti osnovnih šol po regijah. Prikaz prvega stolpca je razmerje med opremljenostjo s floorball opremo in opremo za ulični hokej. Delež slednjega je prikazan v rdeči barvi, zeleno barvo predstavlja delež floorball opreme, sivo območje pa je delež, ki predstavlja šole brez hokejske opreme. V drugem stolpcu je razviden delež šol določene regije, ki se je odzvala spletni anketi. Tretji stolpec pa prikazuje delež opremljenosti glede na vzorec po posameznih regijah. Največji odziv osnovnih šol prihaja iz Koroške regije, od koder sem prejel 9 odgovorov, najslabši odziv pa je bil s strani pomurskih osnovnih šol. Gorenjska in Osrednjeslovenska regija imata zelo dobro opremljenost s hokejsko opremo. Ti dve regiji sta tudi edini, kjer se floorball igra tudi na državnem nivoju pod okriljem Floorball zveze Slovenije. Na Gorenjskem je še vedno velik delež opreme za ulični hokej, medtem ko s 65,5 deležem na Osrednjeslovenskem prevladuje oprema za floorball. Z deležem najslabše opremljenosti izstopata Pomurska in Zasavska regija, medtem ko največji delež opremljenosti s floorball opremo predstavljajo Notranjsko-kraška, Jugovzhodna, Gorenjska in Spodnjeposavska regija. Podravska regija ima kot zanimivost edina večji delež opremljenosti z opremo za ulični hokej



Slika 2: Priljubljenost igranja hokeja med posameznimi regijami

V spletni anketi sem športne pedagogice prosil tudi za subjektivno oceno priljubljenosti igranja hokejske igre med učenci in učenkami. Hokejska igra je definirana kot igra floorballa ali pa uličnega hokeja.

Priljubljenost glede na osnovnošolske otroke po slovenskih šolah je večja med učenci, med vsemi predstavlja 90 % delež (mlajši učenci 89,2 %, starejši 90 %). Najmanjša priljubljenost se kaže pri starejših učenkah (58,3 %), mlajše učenke jim sledijo s 67,5 %. Na Sliki 2 je prikaz priljubljenosti hokejske igre med učenci in učenkami po regijah. Vsaka regija ima štiri stolpce, ki predstavljajo učence in učenke glede na starost. Leva stolpca prikazujeta delež priljubljenosti

igre hokeja med mlajšimi (ml) in starejšimi (st) učenkami, desna stolpca pa delež priljubljenosti igre hokeja med mlajšimi (ml) in starejšimi (st) učenci. Zeleno območje prikazuje priljubljenost med učenci, rdeče območje nepriljubljenost, sivo območje pa je nevtralnno, kar pomeni, da učitelji za starostno obdobje ne vključujejo igre hokeja v učni načrt. Pomurska regija izstopa po podatku, da je med mlajšimi in starejšimi učenkami 57 % delež nepriljubljenosti, največji delež nepriljubljenosti igranja hokeja je tudi med učenci (42,1 %). Pomurski sledi Obalno-kraška regija, vendar se velika nepriljubljenost kaže le med učenkami (mlajše učenke 50 %, starejše 40 %). Za razliko pa zelo pozitivne rezultate kaže Posavska regija, kjer je med učenci igra hokeja zelo priljubljena, prav tako pa imajo velik delež priljubljenosti med učenkami (mlajše učenke 85,7 %, starejše učenke 71,4 %). Med učenkami je igra hokeja priljubljena tudi na Notranjsko-kraškem. Velik delež priljubljenosti med učenci se kaže na Gorenjskem, Notranjsko-kraškem, Jugovzhodnem in Osrednjeslovenskem delu Slovenije.

### **3 SKLEP**

Hokej na ledu in floorball se v veliki meri razlikujeta, a imata tudi nekaj podobnih elementov, ki bi jih strokovnjaki na obeh področjih lahko uporabili za razvoj igralcev. Pri pregledu literature je možno opaziti, da je veliko več gradiva objavljenega za hokej na ledu, ki je obširneje razdeljeno po poglavjih, elementi igre pa so opisani zelo podrobno. Floorball je razmeroma mlad šport, literature je manj, posledično pa je na tem področju narejenih tudi manj raziskav in analiz. Bistveno razliko med športoma predstavlja način gibanja med igro in vratarjev stil igre, zato v svojem delu nisem podrobneje opisoval drsalne tehnike in tehnike vratarjev. Z določenimi modifikacijami pravil bi lahko trenerji ustvarili pogoje, s katerimi bi omogočili igralcem hokeja na ledu, da s pomočjo floorballa usvojijo tehnične in taktične elemente igre na drugačen način. Pri vključevanju floorballa v razvojni program hokeja na ledu najmanjšo pozornost posvečamo vratarjem, saj ni možno zaslediti nobene pozitivne povezanosti pri razvoju tehničnih in taktičnih elementov vratarske igre. Največ pozornosti bi lahko z vključevanjem floorball igre v hokej na ledu posvetili taktičnim elementom igre, kjer lahko zasledimo veliko povezav. Z igralnimi sistemi se hokejisti srečajo v kasnejšem obdobju razvoja, z individualno taktiko in posebno taktično igro kasneje v poznem otroškem obdobju. Vsak igralec se v prvih letih razvoja najprej sreča z drsanjem ter osnovami individualne tehnike. Veliko pozornost trenerji posvečajo drsanju.

Drsanje je prvina, ki je otrokom tuja, zato za usvojitev osnovnega znanja potrebujejo veliko časa. Ker je vzporedno učenje individualne tehnike in osnov drsanja toliko bolj zahtevno, je v tem obdobju bolj primerno učenje individualne tehnike na suhem, saj je koordinacija rok in nog olajšana zaradi predhodnega znanja gibanja na suhem. Osnove, kot so osnovni hokejski položaj, drža palice, postavitve rok, vodenje, podajanje in streljanje, lahko otroci usvajajo preko floorballa, ki ga trenerji lahko vključijo v glavni ali pa zaključni del priprave vadbene enote na suhem. S tem otroke pripravijo na učenje osnovnih tehničnih elementov na ledu in s tem omogočijo otrokom hitrejši razvoj.

Pri učenju individualne, skupinske ter specialne taktike v obrambi in napadu gre za podobno filozofijo, principe gibanja na igrišču ter zahteva dobro medsebojno sodelovanje. Ker pravila igre pri floorballu ne dopuščajo grobosti, se predvsem individualna in skupinska obrambna taktika pri obeh športih zelo razlikujeta. Veliko razliko predstavljata tudi prepovedan dolgi strel in prepovedan položaj, ki se v pravilih floorball tekmovanj ne pojavljata. Napadalna taktika v napadalni ter nevtralni tretjini je zaradi tega drugačna. Trenerji si lahko z vključevanjem floorballa najbolj pomagajo pri demonstraciji taktičnih prvin in pripravijo igralce na nadaljnje treninge na ledenih ploskvah. Finski strokovnjak Tuomo Karki (osebna komunikacija, 28. 5. 2014), ki je eden izmed glavnih trenerjev na športnem inštitutu na Finskem, je v pogovoru dejal, da treninge na suhem pogosto uporablja za razlago napadalnih, obrambnih in posebnih taktičnih elementov preko igre floorballa in rokometu. Razlog tiči v prihranku časa, ki bi ga v nasprotnem primeru porabil za razlago na ledu. Kot pozitivno lastnost je navedel, da ima z razlago taktičnih elementov na suhem več časa ter večji pregled nad igralci. Zaradi boljše kontrole žoge naj bi bila sicer bolj učinkovita razlaga preko rokometne igre, pri floorballu je prednost v tem, da igralci med demonstracijo ohranijo osnovni hokejski položaj in tudi v takšnem okolju rokujejo s palico.

Tudi slovenski hokejisti, ki si kruh služijo v tujini, so mi v pogovoru odgovorili, da trenerji v vadbene enote na suhem vključujejo floorball igro. Trenerji prihajajo iz Švedske, Finske in Nemčije, s floorball igro pa utrjujejo predvsem posebno taktično igro, izhode iz obrambne tretjine ter obrambno taktiko v obrambni tretjini. Trenerji vključujejo floorball tudi v začetni del, ki služi kot ogrevanje igralcev in pa v glavni del v obliki igre. S floorballom so se srečevali najmanj enkrat tedensko.

Skrbniki dvoran v Sloveniji začnejo z ohlajevanjem ledene površine nekje v avgustu in zaključijo konec marca. V treh mesecih brez možnosti uporabe ledenih ploskev trenerji posvečajo vadbene enote telesni pripravi, v mlajših selekcijah pa trenerji uporabljajo vadbene enote, katerih cilj je spoznavanje z naravnimi gibanji in vključevanje različnih športnih iger. Trenerji sicer posvečajo pozornost tudi individualni tehniki, vendar taktičnih elementov v vadbenih enotah na suhem ne vključujejo. S floorball igro bi lahko vadbene enote z ledu prenesli na zunanje površine, saj floorball žogica v optimalnih razmerah omogoča dobro vodljivost. Opremo za floorball poleg osnovne opreme za izvajanje vadbenih enot na suhem predstavljata palica in žogica. Prednost pred drugimi različicami hokeja (hokej na rolerjih, hokej na travi) je nižja cena opreme, ki predstavlja majhno breme za klube oziroma posameznike.

S floorballom se otroci v sklopu športne vzgoje na osnovnih šolah srečujejo zelo zgodaj. Otroci imajo možnost vzljubiti šport neposredno v izobraževalnem sistemu, floorball klubi pa imajo zaradi tega lažji dostop do potencialnih članov, ki jim lahko ponudijo možnost nadaljnjega treniranja. S sodelovanjem hokejskih in floorball klubov bi lahko ustvarili večjo bazo članov, ki bi se pri izbiri športa odločili glede na finančne zmožnosti in osebne interese. Ker je floorball zelo priljubljen tudi med žensko populacijo, bi tak projekt lahko vplival tudi na povečanje baze ženskih hokejistk v Sloveniji.

## 4 VIRI

American Youth Hockey (3. 10. 2013). Floorball Planet and USA Hockey join forces.

Pridobljeno iz: <http://americanyouthhockey.com/floorball-planet-and-usa-hockey-join-forces/>.

Bakonić, D. (2006). *Floorball – Pojav in razvoj športa*. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Bracko M. (2004). *Biomechanics powers ice hockey performance*. Pridobljeno iz <http://www.hockeyinstitute.org/9%20skating%20revs%2047-53.pdf>

Carda V. (22. 2. 2014). Zaklady hry v utoku. *Florbalovytrener*. Pridobljeno iz <http://www.florbalovytrener.cz/zaklady-hry-v-utoku>.

Carda V. (12. 3. 2013). Individual playing skills – Ball carrying. *Floorballcoach*. Pridobljeno iz <http://floorballcoach.org/individual-playing-skills-ball-carrying/>.

Carda V. (29. 1. 2013). Individual playing skills – shooting. *Floorballcoach*. Pridobljeno iz <http://floorballcoach.org/individual-playing-skills-shooting/>.

Carda V. (21. 11. 2012) Utočne systémy 2/2. *Florbalovytrener*. Pridobljeno iz <http://www.florbalovytrener.cz/utocne-systemy-iiii/>.

Carda V. (4. 11. 2012). Floorball methodology. *Floorballcoach*. Pridobljeno iz <http://floorballcoach.org/floorball-methodology/>.

Carda V. (17. 11. 2012). Individual playing skills – dribbling. *Floorballcoach*. Pridobljeno iz <http://floorballcoach.org/individual-playing-skills-dribbling/>.

Floorball klub Olimpija (15. 6. 2015). *Zaključena prvenstva MOL za sezono 2014-15*. Pridobljeno iz <http://fbkolimpija.si/novice/zakljucena-prvenstva-mol-za-sezono-20142015/>.

Habrun I. (2013). *Primerjava med tehnikama teka v supergah in bos* (Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno iz <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Diplome/Diploma22100149HabrunIgor.pdf>.

International Floorball Federation (2014). *Rules of the Game. Rules and Interpretations*.

Pridobljeno iz:

<http://windows3.salibandy.net/Liitetiedostot/Rules%20of%20the%20Game%20Edition%202014.pdf>.

International ice hockey federation (2014). *Official Rule Book*. Pridobljeno iz:

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/IIHF\\_Official\\_Rule\\_Book\\_2014-18\\_Web\\_Edition2.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/IIHF_Official_Rule_Book_2014-18_Web_Edition2.pdf).

International ice hockey federation (2008a). *Individual defensive tactics part 2*. Pridobljeno iz

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/9\\_Level\\_II\\_Individual\\_Defensive\\_Tactics.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/9_Level_II_Individual_Defensive_Tactics.pdf).

International ice hockey federation (2008b). *Individual offensive tactics part 2*. Pridobljeno iz

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/9\\_Level\\_II\\_Individual\\_Offensive\\_Tactics.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/9_Level_II_Individual_Offensive_Tactics.pdf).

International ice hockey federation (2008c). *Defensive team tactics*. Pridobljeno iz

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/9\\_Level\\_II\\_Defensive\\_Team\\_Tactics\\_and\\_Principles.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/9_Level_II_Defensive_Team_Tactics_and_Principles.pdf).

International ice hockey federation (2008d). *Offensive team tactics*. Pridobljeno iz

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/9\\_Level\\_II\\_Offensive\\_Team\\_Tactics.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/9_Level_II_Offensive_Team_Tactics.pdf).

International ice hockey federation (2007a). *Checking*. Pridobljeno iz

[http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/6\\_Level\\_I\\_Checking.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/6_Level_I_Checking.pdf).

- International ice hockey federation (2007b). *Passing and receiving*. Pridobljeno iz [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/6\\_Level\\_I\\_Passing\\_and\\_Receiving.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/6_Level_I_Passing_and_Receiving.pdf).
- International ice hockey federation (2007c). *Puck handling*. Pridobljeno iz [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/6\\_Level\\_I\\_Puck\\_Handling.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/6_Level_I_Puck_Handling.pdf).
- International ice hockey federation (2007d). *Shooting*. Pridobljeno iz [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/6\\_Level\\_I\\_Shooting.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/6_Level_I_Shooting.pdf).
- International ice hockey federation (2007e). *Individual defensive tactics*. Pridobljeno iz [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/7\\_Level\\_I\\_Individual\\_Defensive\\_Tactics.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/7_Level_I_Individual_Defensive_Tactics.pdf).
- International ice hockey federation (2007f). *Individual offensive tactics*. Pridobljeno iz [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/Coaching\\_manuals/7\\_Level\\_I\\_Individual\\_Offensive\\_Tactics.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/Coaching_manuals/7_Level_I_Individual_Offensive_Tactics.pdf).
- Kern M. (2008). *Osnove tehnike v hokeju na ledu* (Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno iz <http://www.fsp.unilj.si/cobiss/diplome/Diploma22040800KernMitja.pdf>.
- Kysel J. (2010). *Florbal – kompletní průvodce*. Praha: Češka florbalova unie.
- Kysel J. (2009). *Herní kombinace – příklady tréninkových jednotek*. Praha: Češka florbalova unie.
- Mlinar M. (2007). *Pojavne oblike hokejske igre na invalidskih vozičkih*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani: Fakulteta za šport.
- Oskanen J. (2004). *Floorball youth start up kit*. Švedska: Mednarodna floorball zveza.
- Paavilainen (2007). *Team tactics – teaching team tactics in floorball*. Pridobljeno iz [http://www.floorball.org/Materiaalit/teamtactics\\_www.pdf](http://www.floorball.org/Materiaalit/teamtactics_www.pdf).



Paavilainen (b.d.). *Special situations and goalkeeping*. Pridobljeno iz

[http://www.floorball.org/Materialit/special\\_situations&Goalkeeping.pdf](http://www.floorball.org/Materialit/special_situations&Goalkeeping.pdf).

Rekelj G. (2011). Taktična priprava. Trener hokeja na ledu. Ljubljana: Hokejska zveza Slovenije.

Smith M. A. (2005). *The hockey play book – teaching hockey systems*. Kanada: Firefly books.

Skružny (2010). *Herni systemy – zaklady hry v utoku i obrane*. Praha: Češka florbalova unie.