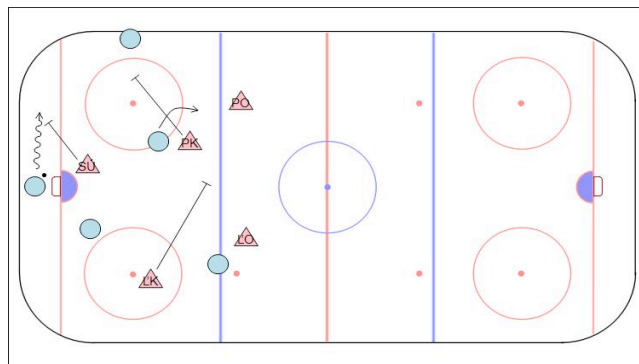


## 1.1. NAPÁDANIE V ÚTOČNOM A V STREDNOM PÁSME 1-2-2

Pri napádaní v útočnom pásme musí prvý napadajúci hráč čítať hru – pristupovať resp. odstupovať od hráča s pukom v závislosti od toho či súper má resp. nemá puk pod kontrolou. Napadajúci útočník musí mať osvojený spôsob vytvárania tlaku (vytláčanie v oblúkoch, práca s hokejkou, hra telom atď.) Podporu (zaisťovanie) vyžadujeme od druhého a tretieho napadajúceho útočníka. Je veľmi dôležité, aby boli vždy nad pukom (bližšie k svojej bráne) a využívali šírku a dĺžku herného tvaru. Najdôležitejšie je, aby hráči pochopili princíp napádania v útočnom pásme ako spôsob hry celého družstva a súčasne sa s ním stotožnili.

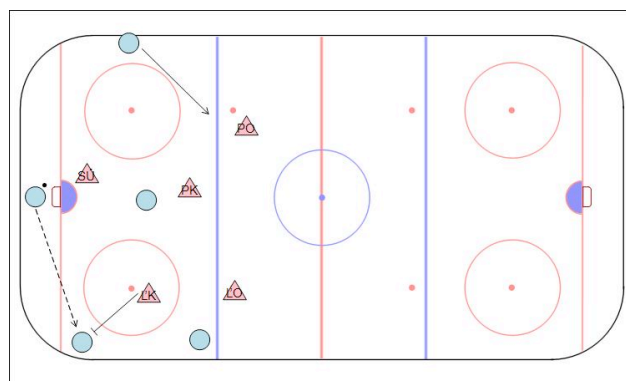
### 1-2-2 - aktívne napádanie v hĺbke ÚP

- SÚ vytvára tlak od osi ihriska smerom k mantinelu, ak SÚ nestíha tak ho nahradí PK alebo ĽK a on sa zaraďuje do priestoru útočníka, ktorý napáda
- PK zostáva nad súperovým hráčom pripravený vytvárať tlak nie priamo ale v oblúku a smerom ku vlastnej bráne na prvú prihrávku /silnú stranu/
- ĽK číta prihrávku od súperových obrancov a súčasne ostáva vysoko na osi ihriska pre prípadnú prihrávku na os a stáva sa BC
- PO a ĽO zostávajú na modrej čiare, a kontrolujú pohyb súpera



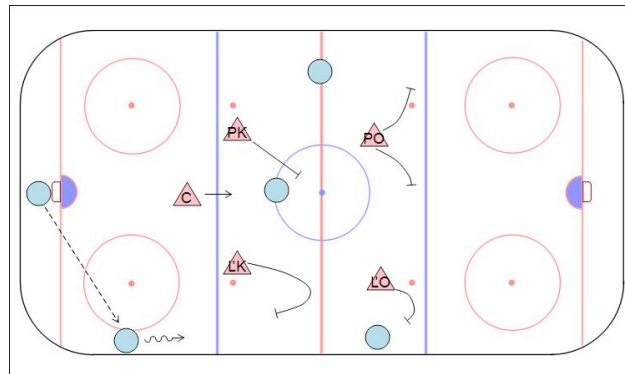
### 1-2-2 pasívne napádanie v hĺbke ÚP

- SÚ prispôsobuje pohyb tak aby obrancu s pukom vytlačal na stranu ĽK, ak hráč s pukom opustí tieň brány zahajuje agresívne napádanie
- PK a bráni priestor v strede ihriska, a prispôbí obranu v osy stáva sa BC
- ĽK na ľavej strane, podľa potreby reaguje na prvú prihrávku na silnej strane
- ĽO, PO sa prispôbujú smeru pohybu puku a súperovým hráčom



## 1-2-2 pasívne napádanie do SP

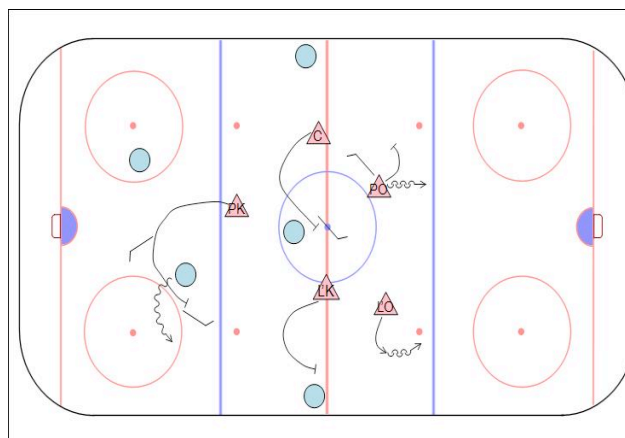
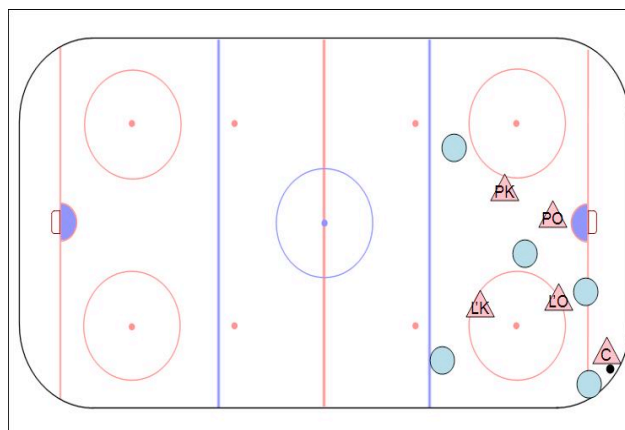
- C prispôsobuje pohyb tak aby súperovmu obrancovi nedovolil puk rozohrať stredom, prípadne ho vytláča do backhandovej strany
- ĽK bráni priestor na silnej strane a červenej čiare
- PK z ľavej strany, zaisťuje stred ihriska
- ĽO, PO sa prispôbujú smeru pohybu puku a súperovým hráčom, v snahe udržať modrú čiaru



## 1-2-2 aktívne napádanie z hĺbky OP

### U1 – NAJBLIŽŠÍ HRÁČ K SÚPEROVI S PUKOM

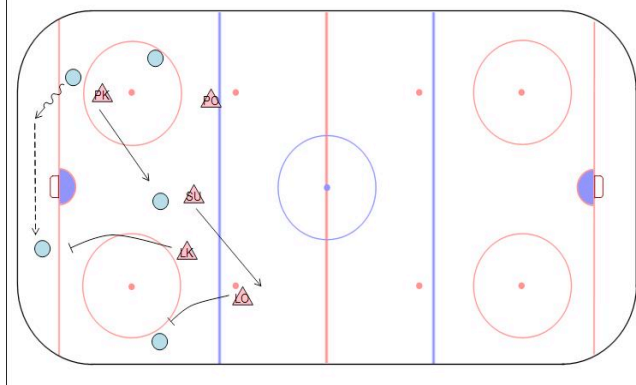
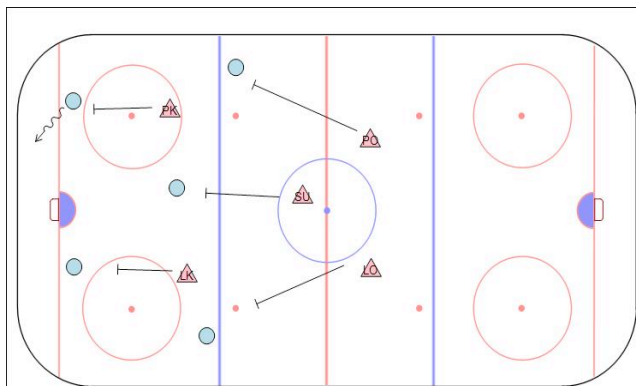
- prechod zo základného rozostavenia v obrannom pásme do napádania v strednom pásme – viď obrázok dolu
- PK prispôsobuje pohyb tak aby obrancu s pukom vytláčal na stranu ĽK a C, alebo ho prinútil pohybom puk rozohrať do strany k mantinelu
- C bráni priestor na osi a hráča v ňom
- ĽK na ľavej strane, obsadí priestor a drží červenú čiaru
- ĽO, PO sa prispôbujú smeru pohybu puku a súperovým hráčom, v snahe udržať modrú čiaru



## 1.2. NAPÁDANIE V ÚTOČNOM A V STREDNOM PÁSME 2-1-2

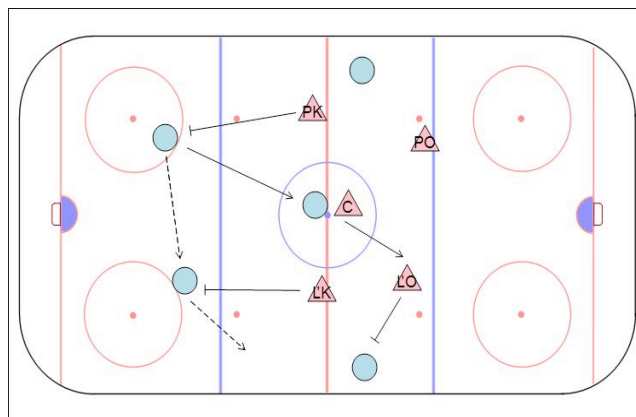
### 2-1-2 aktívne napádanie do ÚP /základné/

- ĽK a PK v dynamickom pohybe, nútia obrancov súpera s pukom zakladať útok pod tlakom
- C bráni priestor na osi a kontroluje pohybom hráča v ňom
- ĽO,PO nie vyrážať do hĺbky ÚP, a prispôsobujú smer pohybu puku a súperovým hráčom, ak to situácia dovoľuje snažia sa udržať MČ



### 2-1-2 aktívne napádanie v SP

- C,PK v dynamickom pohybe, nútia tak obrancov súpera s pukom zakladať útok pod tlakom
- ĽK bráni priestor na svojej strane a hráča v ňom
- ĽO bráni priestor osi a hráča v ňom
- PO ĽK bráni priestor na svojej strane a hráča v ňom

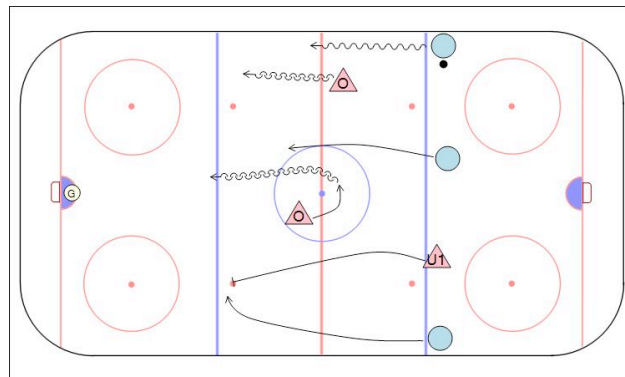


## 1.3. DOKORČUĽOVANIE SÚPERA - BACKCHECKING

### Backchecking – dokorčuľovanie z ÚP do OP

U1 – VZDIALENEJŠÍ HRÁČ OD SÚPERA S PUKOM

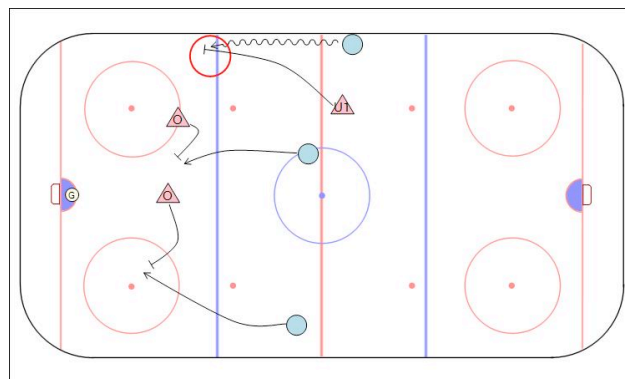
- Prvý bekčeker (U1) dokorčuľováva do OP a obsadzuje v plnej rýchlosti najbližšieho voľného súpera bez puku (hokejka na hokejku a telo na telo) - snaha zostať v priestore medzi bodmi na vhadzovanie a vytváranie tlaku na súpera smerom k vlastnej modrej čiare
- Obrancovia riešia po prechode modrou čiarou hernú situáciu 2 - 2 alebo spolu s bekčekom útočníkom 3 - 3



### Backchecking – dokorčuľovanie zo SP do OP

U1 – NAJBLIŽŠÍ HRÁČ PRI SÚPEROVI S PUKOM

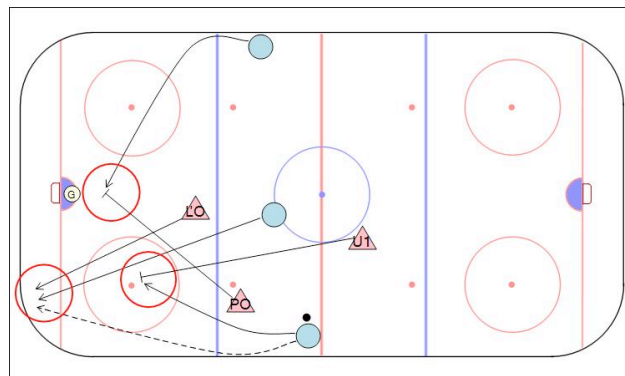
- Prvý bekčeker (U1) dokorčuľováva v SP súpera s pukom vždy z vnútornej strany – od osi ihriska k mantinelu (hokejka na hokejku a telo na telo)
- Obrancovia riešia po prechode modrou čiarou hernú situáciu 2 - 2 alebo spolu s bekčekom útočníkom 3 - 3



### Backchecking – dokorčuľovanie zo SP do OP

NASTRELENÝ PUK NA ZADNÝ MANTINEL

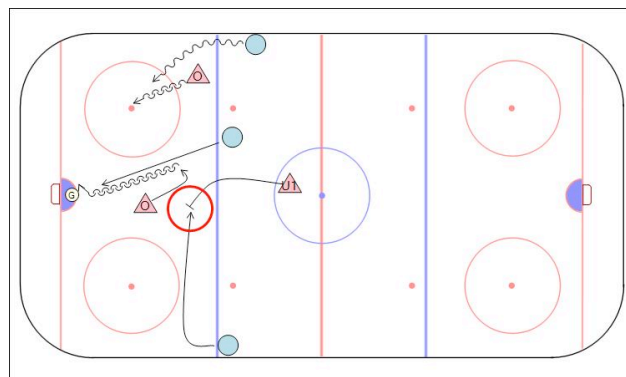
- Pri nastrelení puku na zadný mantinel dokorčuľováva L'O puk do rohu ihriska, kde puk rozohráva alebo vzniká herná situácia 1 na 1
- PO dokorčuľováva a kryje priestor pred vlastnou bránou
- U1 (najbližší útočník) dokorčuľováva do obranného pásma a zaisťuje L'O v rohu ihriska resp. obsadzuje voľného súpera bez puku
- U2 a U3 dokorčuľovávajú do priestoru pred vlastnú bránu a preberajú voľných hráčov súpera



## Backchecking – dokorčuľovanie zo SP do OP

### U1 – VZDIALENEJŠÍ HRÁČ OD SÚPERA S PUKOM

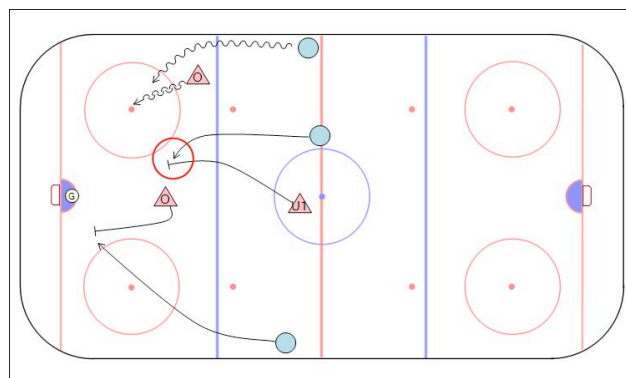
- L'O pri súperovi s pukom rieši hernú situáciu 1 proti 1
- PO obsadzuje súpera bez puku korčuľujúceho smerom k našej bráne (viď obrázok)
- Prvý (najbližší) bekčejúci hráč – U1 obsadzuje súpera bez puku na osi ihriska (hokejka na hokejku a telo na telo)
- Najdôležitejšia je komunikácia medzi braniacimi hráčmi



## Backchecking – dokorčuľovanie útočníkov

### U1 – VZDIALENEJŠÍ HRÁČ OD SÚPERA S PUKOM

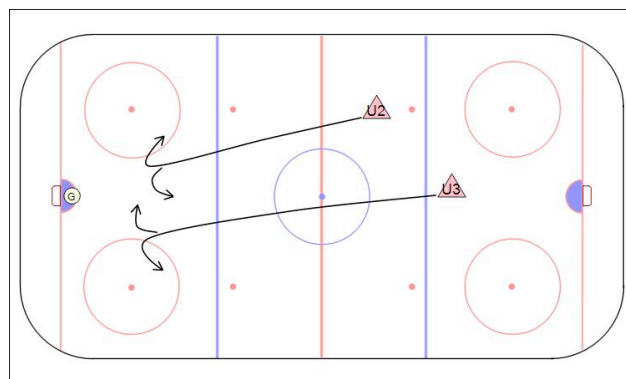
- L'O pri súperovi s pukom rieši hernú situáciu 1 proti 1
- PO obsadzuje súpera bez puku korčuľujúceho smerom k našej bráne (viď obrázok)
- Prvý (najbližší) bekčejúci hráč – U1 obsadzuje súpera bez puku na osi ihriska (hokejka na hokejku a telo na telo)
- Najdôležitejšia je komunikácia medzi braniacimi hráčmi



## Backchecking – dokorčuľovanie útočníkov

### U1 A U2 – NAJVZDIALENEJŠÍ HRÁČI OD SÚPERA S PUKOM

- U2 a U3 bekčejú do priestoru pred vlastnú bránu – medzi kruhy na vhadzovanie
- Po prechode modrej čiary si okamžite preberajú voľných hráčov (4. a 5. útočiaci hráč súpera) v závislosti od ich potencionálneho zapojenia sa do útoku



## 1.4. HRA V OBRANNOM PÁSME - DEFENSIVE ZONE COVERAGE

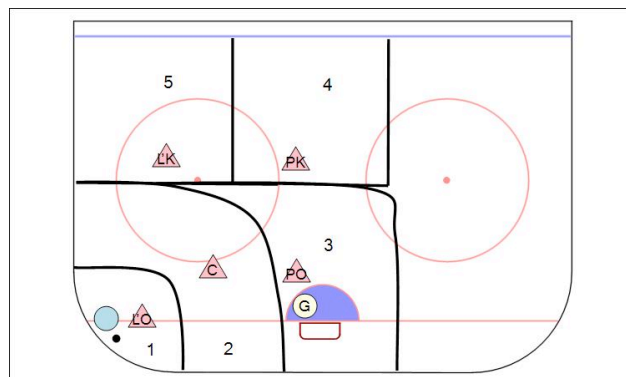
### Hra v obrannom pásme

#### BRÁNE NIE JEDNOTLIVÝCH PRIESTOROV IHRISKA

#### Rozostavanie brániacich hráčov, keď sa súper s pukom nachádza v rohu ihriska

1. Zóna kontaktu s hráčom s pukom – ĽO vytvára súboj 1 na 1 (pristupovanie/odstupovanie) k hráčovi s pukom v rohu ihriska
2. Zóna zaistovania a zdvojovania – C zaisťuje resp. zdvojuje ĽO
3. Zóna okolo brány – PO bráni priestor okolo brány
4. Zóna streľby (Slot) – strelca bráni PK na osi ihriska
5. Zóna vysoko pri mantinely – ĽK bráni hráča pri mantinely

**Kľúčové body:** nesleduj len puk, ale aj svojho hráča, brzda & štart, telo v dráhe strely a hokejka v dráhe prihrávky pracuj hokejkou.

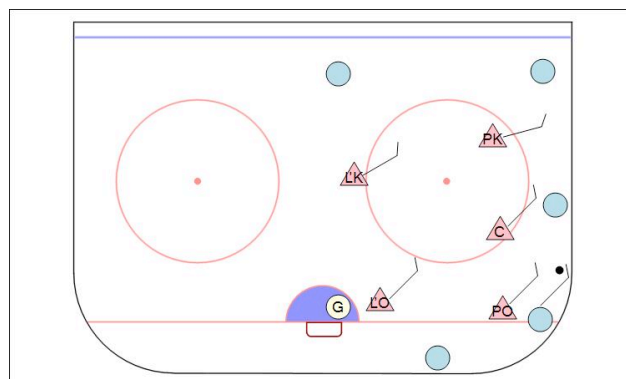


### Hra v obrannom pásme

#### TRAJA ÚTOČIACI HRÁČI V ROHU IHRISKA

#### Všetci brániaci hráči sledujú útočiacich hráčov vo svojich priestoroch – vždy záujmy brániacu pozíciu (tvoje telo medzi súperom a brankárom)

- PO aktívne pristupuje resp. odstupuje od útočníka s pukom
- C pristupuje k útočníkovi hore pri mantinely a vytvára priestorový tlak na vzdialenosť hokejky
- ĽO sleduje útočníka pri bližšej tyčke
- ĽK sa mierne sťahuje do zóny na streľbu/priestor pred bránou
- PK kryje priestor medzi hráčom s pukom a hráčom vysoko pri mantinely. Ak sa puk dostane k hráčovi na modrej čiare vytvára naňho tlak resp. blokuje strelu.
- Čím bližšie je hra k vlastnej bráne tým je bránenie 1 na 1 tesnejšie

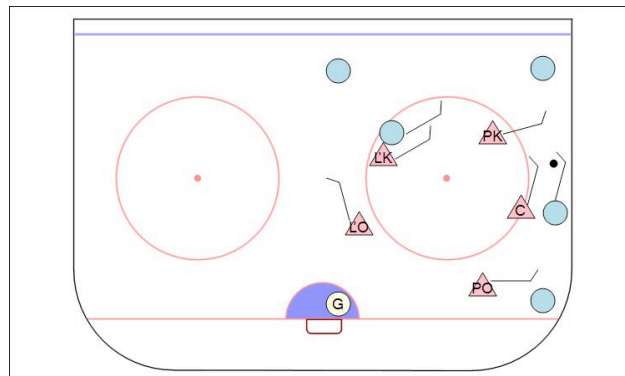


## Hra v obrannom pásme

### HRÁČ S PUKOM HORE PRI MANTINELY

#### Rozostavanie brániacich hráčov, keď sa súper s pukom nachádza hore pri mantinely (hluchý priestor)

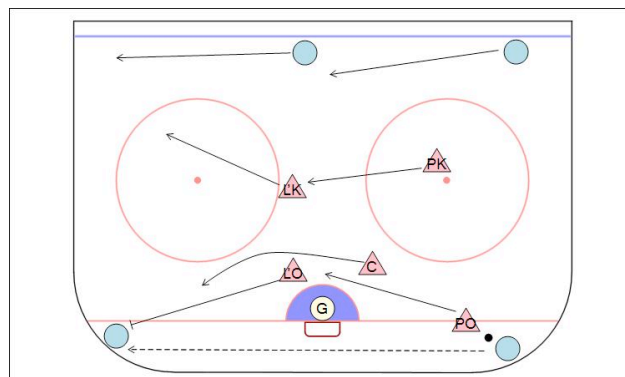
- Strelecký priestor obsadzuje ĽK a priestor pred bránou ĽO
- Dôležitá je práca s hokejkou - krytie „možných dráh“ prihrávok (viď obrázok)
- PK a PO zaisťujú C a vytvárajú tlak smerom od osi ihriska
- **Poznámka:** PO by mohol brániť až po vrchol kruhov a C zaisťovať, ale na väčšom ihrisku je bezpečnejšie ak C vytvára tlak smerom od brány a PO a ĽO bránia v rohoch ihriska a pred bránou



## Hra v obrannom pásme

### DLHÁ PRIHRÁVKA ZA BRÁNOU

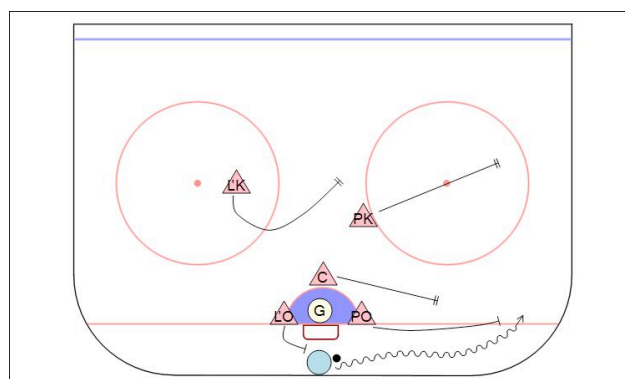
- Keď sa prenesie ťažisko hry (prihrávka z rohu do rohu) najbližší hráč vytvára tlak – ĽO
- Najbližší útočník – C – zaisťuje ĽO (viď obrázok)
- Ďalší najbližší útočník – ĽK sa presúva cez strelecký priestor k mantinelu
- Najvzdialenejší útočník – PK – kryje strelecký priestor (slot)
- Hráči musia komunikovať pri preberaní voľných hráčov v priestore!!!



## Hra v obrannom pásme

### HRÁČ S PUKOM ZA BRÁNOU/BRÁNKOVOU ČIAROU

- Všetci 5 hráči sa stiahnu pod úroveň bodov na vhadzovanie
- C na úrovni bránkoviška, ĽK a PK strelecký priestor
- ĽO vytláča hráča s pukom na bekhendovú stranu od osi ihriska poza bránu
- PO vytvára tlak na hráča a preberá ho od bližšej tyčky smerom do rohu
- ĽO sa vracia späť pred vlastnú bránu
- Ako náhle sa hráč s pukom dostáva do rohu ihriska – návrat do pôvodného rozostavenia

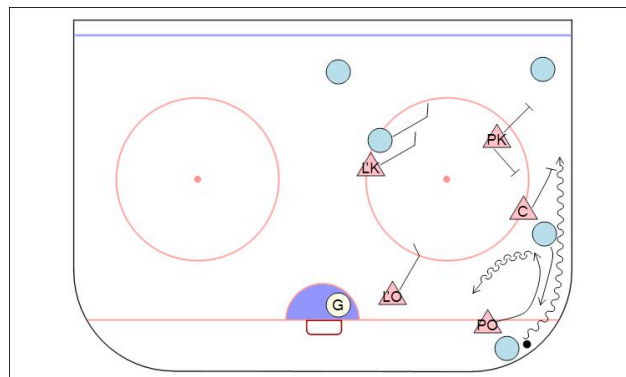


## Hra v obrannom pásme

### ROTÁCIA 2 HRÁČOV SÚPERA V ROHU IHRISKA

#### (LOW CYCLE)

- Pri preberaní hráčov po križovaní v rohu ihriska je nedôležitejšia komunikácia
- LK kryje strelecký priestor a priestor pred bránou kryje LO
- PK vytvára tlak smerom od osi ihriska
- PO vytláča hráča s pukom až po úroveň priestoru križovania. Od tejto úrovne si ho preberá C
- PO potom korčuľuje späť s prebratým útočiacim hráčom
- Veľmi dôležitá je práca s hokejkou - krytie „možných dráh“ prihrávok (viď obrázok)

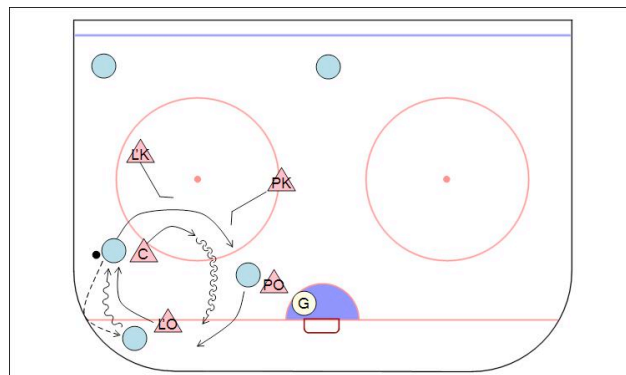


## Hra v obrannom pásme

### ROTÁCIA 3 HRÁČOV SÚPERA V ROHU IHRISKA

#### (LOW CYCLE)

- Všetci 5 hráči sa stiahnu pod úroveň bodov na vhadzovanie
- LK vytvára tlak smerom od osi ihriska
- LO a C rotujú (osobná obrana) každý s jedným hráčom súpera v rohu ihriska (viď obrázok)
- PK kryje strelecký priestor medzi bodmi na vhadzovanie
- PO zostáva pred vlastnou bránou a bráni (pristupuje resp. odstupuje od súpera v tesnej blízkosti brány)
- Ako náhle sa hráč s pukom dostáva do rohu ihriska – návrat do pôvodného rozostavenia



## Hra v obrannom pásme

### VÝMENA ÚTOČNÍKA S OBRANCOM (HIGH CYCLE)

- Pri výmene (križovaní) súperovho útočníka s obrancom v hluchom priestore nastáva osobná obrana
- PO vytvára tlak na súpera s pukom v rohu ihriska a korčuľuje s ním až po vrchol kruhov a potom sa vracia pred vlastnú bránu
- PK korčuľuje so svojim obrancom až do rohu ihriska
- C po návrate obrancu pred vlastnú bránu pristupuje súperovi (voľnému útočníkovi)
- LO zaisťuje PK v rohu ihriska
- LK kryje strelecký priestor medzi kruhmi

