

## Tečovanie a dorážanie puku

(kategória – MŽ, SŽ, dorast)

Keď sa ťa niekto opýta akým spôsobom „padá“ v hokeji najviac gólov, čo by si odpovedal? Vyzerá to na jednoduchú odpoveď, ale skutočnosť je iná. Najviac gólov v hokeji nepadne po priamej strele na bránu, ale po dorážaní resp.



tečovaní puku. Priemerný brankár zastaví väčšinu priamych striel na bránu a súčasne ich vyráža pred seba, čím dovolí útočiacemu hráčovi doraziť puk do brány. Ak dôsledne sleduješ takto vyrazené puky máš možnosť opätovného zakončenia. Pozoruj súperovho brankára počas rozcvičky na ľade alebo počas stretnutia a analyzuj, ktorým smerom vyráža puky od betónov, hokejky, korčúľ resp. vyrážačky. Táto analýza

ti napovie, v ktorých miestach pred bránou sa máš pohybovať po každej strele svojho spoluhráča.

Zdokonaľovaniu týchto herných činností by sa nemali venovať len útočníci, ale aj obrancovia. Tí sa pre zmenu naučia ako sa úspešne brániť proti týmto dvom pomerne často využívaným spôsobom zakončenia.

Určite ste si počas hokejového stretnutia všimli prehustenie priestoru pred bránkou súpera. Dochádza v ňom k neustálej snahe útočiacich hráčov cloniť brankárovi vo výhlade a na opačnej strane snahe brániacich hráčov takúto clonu „odstrániť.“ V priemernom stretnutí družstvo vystrelí na bránu súpera 20 až 30 krát a preto je nesmierne dôležité, aby ste sa sústredili na každý strelecký pokus a usilovali si vyťažiť z neho maximum. Góly sú vyjadrením úsilia celého tímu a preto ľahkomyselnosť či nepozornosť v koncovke nemajú miesto! Niektoré góly dosiahnuté tečovaním či „dorážkou“ sa neraz označujú za tzv. „zlepence“, lebo útočiaci hráč nemusí vynaložiť príliš veľké úsilie. Chvália však dôslednosť strelca, aj keď neraz „zaúraduje“ šťastena.



V tomto článku si povieme niečo viac o tom, ako čo najviac „vyťažiť“ zo streleckých príležitostí svojho družstva. Zapamätaj si, že tieto odporúčania sú pre všetkých hráčov a môžu byť využívané na obidvoch koncoch ľadovej plochy. Predvídať myslenie útočiaceho hráča je neoceniteľnou výhodou, ktorú môžu v obrannom pásme využiť všetci brániaci hráči, vrátane brankára.

### Pripravenosť a orientácia v priestore

V útočnom pásme je veľmi dôležité, aby si vždy vedel, kde sa nachádzaš vzhľadom k bránke súpera, k svojim spoluhráčom, puku, mantinelu a aby si dokázal v čo najkratšom čase

adekvátne riešiť hernú situáciu (zmenou miesta, zmenou smeru jazdy, strelou na bránu atď.). Veľa hráčov nemá problém s tým, aby si uvedomovali postavenie svojich spoluhráčov, ale často majú problém uvedomiť si postavenie bránky, keďže v hokeji dochádza k rýchlym a častým zmenám pri riešení hernej situácie. V ponímaní útočiaceho hráča je dôležité nenechať sa z priestoru pred bránou „odtlačiť“ brániacim hráčom, ale naopak byť v neustálom pohybe a vytvárať clonu pred brankárom.

Ako všetci vieme, puk sa na ľadovej ploche pohybuje veľmi rýchlo a často je veľmi náročné predvídať smer jeho pohybu. „Čítaním“ hry a reagovaním na vyvíjajúcu sa hernú situáciu (smer a rýchlosť pohybu spoluhráčov a protihráčov, postavenie brány, vzdialenosť od mantinelu atď.) budeš schopný byť vždy o krok vpred pred protihráčmi – čím sa zvýši tvoja úspešnosť pri zakončení.

### Korčuľovanie smerom k bráne súpera



Keď má tvoj spoluhráč puk na hokejke v útočnej zóne ihriska a usiluje sa nájsť vhodnú pozíciu na zakončenie (strelbu) - neustále „agresívne“ a priamo korčuľuj smerom pred bránu súpera. Takouto vedomou činnosťou dosiaheš dve dôležité veci:

1. svojím pohybom zmätieš brankára súpera,
2. prinútiš brániaceho hráča reagovať buď na strieľajúceho hráča s pukom alebo na bránenie priestoru pred bránou.

Finálnym efektom pohybu hráča bez puku smerom k bráne súpera je zvýšenie možnosti úspešnosti zakončenia hernej akcie tečovaním alebo dorážaním puku.

### Tečovanie puku

Neustále maj na mysli, že cieľom tečovania nie je pohyb puku úplne zastaviť a ani ho tečovať mimo priestoru brány. Jeho úlohou je zmeniť smer, rýchlosť alebo výšku strely, ktorá smeruje do priestoru brány. Strela po ľade môže byť tečovaná nastavením čepele hokejky smerom hore, čím tečovaný puk naberie výšku. Puk nad ľadom môže byť jednoducho tečovaný „sklepnutím“ smerom dole.

Postavenie čepele hokejky je rovnako dôležité ako samotné postavenie hráča pred bránkou. Čepeľ hokejky musí byť neustále nasmerovaná tak, aby sa tečovaný puk odrazil smerom do brány súpera.



Dôležitý je pevný úchop hokejky, keďže väčšina striel od obrancov z modrej čiary ihriska je pomerne prudká (razantná). Zdokonalenie tejto hernej činnosti vyžaduje veľa času. V tréningu to

znamená veľké množstvo pokusov pri hľadaní správneho postavenia čepele na tečovanie vzhľadom na rôzne možnosti postavenia (priestoru) strieľajúceho hráča a hráča, ktorý puk tečuje.

Cieľom strieľajúceho hráča pri vedomej spolupráci je mieriť na čepeľ hokejky spoluhráča, ktorý dokáže jednoduchšie zmeniť smer, rýchlosť resp. výšku takto vystreleného puku. Zdokonaľovanie sa v tréningu v tejto činnosti ukáže, ktoré postavenie čepele hokejky je účinné pri strelách z rôznych priestorov ihriska.

### Dorážanie puku

Ako sme spomínali v úvode článku, v ľadovom hokeji brankár veľké množstvo priamych striel zastaví, ale následne vyrazí pred bránu. Ale len malé množstvo takto vyrazených striel sa skončí gólom. Je to najmä preto, lebo sa tejto hernej činnosti nevenuje v tréningu dostatočná pozornosť a v zápase je tak viac menej odkázaná na náhodu. Keď sa spoluhráč pripravuje na strelu, okamžite korčuľuj priamo pred bránu s pripravenosťou na dorážanie puku. Zapamätaj si, že čepeľ hokejky musí byť na ľade a hlava hore, aby si bol neustále pripravený doraziť puk do



brány potom, čo bleskovo vyhodnotíš situáciu.

Načasovanie pohybu a rýchlosť reakcie sú najdôležitejšími faktormi pri vytváraní si vhodnej pozície. Limitovaný priestorom pred bránkou a prítomnosťou brániacich hráčov musíš byť aj dobrým korčuľiarom a predvídať (anticipovať) strelu od spoluhráča, aby si sa čo najrýchlejšie dostal k odrazenému puku a následne ho dorazil do brány.

Hráč často dokáže predvídať, kam sa vystrelený puk odrazí, no rovnako dôležité je aj „agresívne“ korčuľovanie v priestore pred bránou (odvíjajúce sa od trajektórie strely) a koncentrácia na pohyb odrazeného puku s hokejkou na ľade. Pokiaľ ti brániaci hráč blokuje hokejku, využi korčuľu pre získanie kontroly nad odrazeným pukom, „uvoľni“ si hokejku a „doraz“ puk do brány. Gól bude sladkou odmenou za vynaložené úsilie.

**Mgr. Igor Andrejkovič, PhD.**  
**MO SZĽH a FTVŠ UK**