

ÖTLETEK • IRÁNYOK • ÚTVONALAK

JÉGKORONG

A MÓDSZERTANI KÖZPONT SZAKMAI KIADVÁNYA II. ÉVFOLYAM | 2023_02



- A hazai pálya előnye
- Euro Hockey Clubs
- Kiss Dávid+Tyler Dietrich
- Négy akadémia, három kulcstéma
- Út az olimpiára

[03]



SZÉKESFEHÉRVÁR



NSÜ
NEMZETI
SPORTÜGYNÖKSÉG ZRT.



HONVÉDELMI
MINISZTERIUM



we are all you need to know

TARTALOM

- 04 KÖSZÖNTŐ**
A székesfehérvári jégkorong fontos közösségformáló erő
- 06 A SPORTAKADÉMIAI RENDSZER FEJLESZTÉSI LEHETŐSÉGEI**
Hol tartunk most?
- 10 AZ AKADÉMIAI SZEZON ÖSSZEJEGYZÉSE**
A második év történései
- 12 A 4. SZAKMAI NAPOK ÖSSZEFOGLALÓJA**
Nem kortalan kérdések
- 18 SZÜLETÉSI NEGYEDÉV-ÉRTÉKELÉS**
Számít-e a relatív életkor?
- 22 IIHF EDZŐI SZIMPÓZIUM**
Felkészülés, fejlesztés, kommunikáció
- 30 AZ IDEI FÉRFI VILÁGBAJNOKSÁGOK ELEMZÉSE**
Mit mesélnek a számok?
- 34 ALLIANCE OF EURO HOCKEY CLUBS**
Tízezer óra története
- 38 A TUDOMÁNY ÉS A JÉGKORONG**
Tudás és tanulás
- 40 KISS DÁVID ÉS TYLER DIETRICH MUNKAKAPCSOLATA**
Egy nyerő páros
- 44 LEHETŐSÉGEK DEFORMITÁSOK KOMPENZÁLÁSÁRA**
A gyógytestnevelés mozgásanyaga a jégen
- 46 A HAZAI PÁLYA ELŐNYE**
Mindenütt jó?
- 50 NÉGY AKADÉMIA, HÁROM KULCSTÉMA**
Két év tapasztalata
- 58 A NŐI VÁLOGATOTT ÚTJA AZ OLIMPIÁRA**
A következő nagy dobás
- 62 AKTUALITÁSOK**
Mínuszos hírek



IMPRESSZUM

FELELŐS KIADÓ: Jégkorong Módszertani Központ – FEHA19 / Ifj. Kovács Csaba szakmai igazgató.

SZERKESZTŐBIZOTTSÁG: Dr. Kiss Csaba, Dr. Nagy Attila, Dr. Sáfár Sándor, Prof. Dr. Géczi Gábor.

PROJEKTVEZETŐ: Szűcs András. **FOTÓK:** Cara Morey, EHC/Aarno Vuorinen, FEHA19/Soós Attila, Hydro Fehérvár AV19/Soós Attila, Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Minnesota Golden Gophers, Nemzetközi Jégkorong Szövetség, Odnoga Lotti.

DESIGN, NYOMDAI ELŐKÉSZÍTÉS: Violenza-Art Kft. **NYOMDAI MUNKÁLATOK:** Impressio Correctura.

LAPZÁRTA: 2023. november 20. **ISSN-SZÁM:** 2939-6778

A székesfehérvári jégkorong fontos közösségformáló erő

Székesfehérvár életében fontos a sport, azon belül is a jégkorong. Ahhoz, hogy igazán értékelni tudjuk a jelenlegi eredményeket, érdemes visszatekintenünk a múltba, és elismeréssel adózni azoknak a játékosoknak, edzőknek, sportvezetőknek a munkája előtt, akik hozzájárultak a jégkorongsport és a tradíciók erősödéséhez.

Nagy áttörést jelentett 1977-ben a fehérvári jégpálya megnyitása, amely nem csak a fehérváriaknak nyújtott sportolási és kapcsolódási lehetőséget, hanem a magyar jégkorong történelmének is fontos időpontja lett. Megalakult a Székesfehérvári Volán SC, és elkezdte tevékenységét a csapatnál Ocskay Gábor, akinek a neve ma is fogalom a magyar hokiban. Szinte minden idejét a jégpályán töltötte, valamint iskoláról iskolára járt és toborozta a jégkorongozni vágyó gyerekeket. Székesfehérvár lett az első vidéki bajnokcsapat, a híres második generáció az 1990-es években rendre az élen végzett, a sportág pedig széleskörű szurkolói bázist vonzott maga köré.

A Raktár utcában teltház előtt rendeztek felnőtt világbajnokságot, és a kanadai jégkorong-válogatott is itt játszott először hazánk válogatottja ellen. Zsinórban hat magyar bajnoki cím után a csapat 2007-ben csatlakozott a magasabb szintű, osztrák bázisú ligához, ahol az évek során gondoskodtak róla, hogy egész Európa megismerje Székesfehérvár városát. A hosszú, lelkes, de küzdelmes első szezonok után két évvel ezelőtt bajnoki ezüstérmet és Bajnokok Ligája-szeplést ért el az együttesünk!

Ezen évtizedek alatt egyre több székesfehérvári család kezdett kapcsolódni a jégkoronghoz. Az utánpótlás csapatokban játszó több száz gyermek, a közönségkorcsolya, az „Ördögkatlan”, vagyis az utánózatlan hangulatú Ifj. Ocskay Gábor Jégcsarnok, a találkozások a melegedőben mind-mind erősítették azokat az értékeket, melyek közösségé kovácsolnak egy várost. Székesfehérváron a jégkorongnak hagyománya lett. Ez pedig – büszkén kijelenthetjük, hogy – nem csak a város polgárait, az ország valamennyi hokirajongóját megmozgatja. Büszké lehetünk arra, hogy aki ma Magyaror-

szágon a legmagasabb szintű jégkorongot szeretné látni, az Székesfehérvárra utazik.

Viszont azon túl, hogy ez nagyszerű eredmény és elismerés, egyben nagy felelősséget és folyamatos, megfeszített munkát is jelent.

Ahhoz, hogy a csapat az elérhető legmagasabb szinten szerepeljen, nem elég évről évre leigazolni a tehetséges légiósokat. Szükség van azokra a játékosokra és edzőkre is, akik itt nevelkednek, és végigjárva az utánpótlásrendszert, klub- és válogatott szinten is hasznos tagjai lesznek a jégkorongnak. Székesfehérváron erre minden fiatalnak lehetősége van, miután az országos tendenciákat messze megelőzve itt létesült először jégkorong-akadémia. Elég csak a Hydro Fehérvár AV19 vezetőedzői posztját az idei szezontól betöltő Kiss Dávid karrierjét végignézni, és máris kirajzolódik az út, amire a fehérvári utánpótlásjátékosok megkapják a lehetőséget. Kiss Dávid székesfehérvári születésű játékosként, az akadémia összes lépcsőfokát bejárva lett a felnőtt csapat tagja, majd visszavonulása után az edzősködést is itt kezdte el. Az évek során a klub számos utánpótlás együttesét vezette, majd idén nyáron a klub bizalmat szavazott a 33 éves mesternek. Kiss Dávid vezetőedzőként olyan játékosokkal dolgozhat együtt a Hydro Fehérvár AV19 csapatánál, akik szintén a fehérvári utánpótlásban nevelkedtek.

Székesfehérvár és a jégkorong közös útját jól jelzi, hogy a város – ahogyan az élet minden területére, úgy – a jégpályára is hazavárja a fiatalokat. Jó példa erre a felnőtt csapat jelenlegi keretéből Vokla Roland, aki a székesfehérvári utánpótlás után felnőtt karrierjét a MAC-nál kezdte, majd a DEAC-tól igazolt haza, Székesfehérvárra. Érdemes megemlíteni Vértés Nátán nevét is, aki az Egyesült Államokból tért vissza a városba, hogy az osztrák hokiligában termelje tovább a pontokat.





A fehérvári játékosok tudását mutatja, hogy a legutóbbi idényben az „A-csoportban” szereplő magyar válogatott gerincét is ők adják, valamint a jelenlegi keretben is sok Volán-játékos van. Ha pedig azokat a játékosokat nézzük, akik korábban is szerepeltek valamelyik fehérvári csapatban, ez a szám még jelentősebb.

Ahhoz, hogy a fehérvári akadémiai rendszerből a jövőben is olyan játékosok kerüljenek ki, akik mind a fehérvári, mind a magyar jégkorongsport meghatározó alakjai lehetnek, előremutató, komoly szakmai munka szükséges. Fontos mérföldkő, hogy két évvel ezelőtt az Ifj. Ocskay Gábor Jégkorong Akadémia államilag elismert sportakadémia lett, majd a tavalyi év tavaszán megkezdte működését a Jégkorong Módszertani Központ is. Cél, hogy a helyi kötődésű, lokálpatrióta játékosok minél nagyobb arányban találják meg a helyüket a felnőtt csapatban. Egy helyi, saját nevelésű játékos eltephetetlen kapocs a szurkolók és a csapat között. Az akadémia természetesen máshonnan is várja a tehetséges fiatalokat, akik reméljük, hogy szakmai és emberi vonatkozásban is otthonra lelnek Székesfehérváron. Munkájukat hazai és külföldi edzők, nevelők segítik. Kiemelten fontos feladat a fiatal magyar utánpótlásedzők szakmai fejlődésének elősegítése, aminek fontos része a nemzetközi műhelyek és módszerek megismerése, majd az így megszerzett tudás itthoni átadása is.

Jövőre régi nagy álmunk teljesül azzal, hogy átadásra kerül az Alba Aréna, ami új szintre emeli a székesfehérvári jégkorongéletet. Az új, modern csarnok méltó otthona lesz a Hydro Fehérvár AV19-nek. Nagyon fontos azonban, hogy ne feledjük el a Raktár utcában megélt csodákat, szomorú és felemelő közös élményeket, illetve hogy az új arénában is megőrizzük a fehérvári jégkorong tradícióit, és azt a közösségépítő erőt, ami az elmúlt közel ötven évben a város egyik legerősebb bástyájává emelte a sportágot! Legyen egy szerethető, a városhoz ezer szállal kötődő játékosokkal felálló együttesünk, amely hétről hétre nagy örömet okoz a szurkolóknak, akik negyven évvel ezelőtt is ott álltak a lelátókon, és székesfehérvári polgárként a következő évtizedekben is buzdítani fogják a csapatot!

Az akadémia pedig reményeink szerint teljes egészében birtokba veheti majd a Raktár utcai bázist, amely az idővel megtörténtő felújítását, a kor kihívásainak és az új szerepkörök megfelelő átalakítását követően olyan bázissá alakítható, ami a magyar utánpótlás egyik legfontosabb központjaként működhet majd – közös erővel és összefogással szolgálva a magyar jégkorong egészét.

Hajrá, Székesfehérvár, hajrá, Volán!

DR. CSER-PALKOVICS ANDRÁS
Székesfehérvár polgármestere



SZERZŐK: **BAJI BALÁZS²**, **JUHÁSZ PÉTER³**,
KOVÁCS KRISTÓF², **DR. NAGY ATTILA⁴**, **DR. SÁFÁR SÁNDOR^{1,2}**

¹ Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Edzésméleti és Módszertani Kutató Központ, Budapest, ² Nemzeti Sportügynökség Nonprofit Zrt., Budapest, ³ Done IT Innovations Kft., Győr, ⁴ Jégkorong Módszertan i Központ, Székesfehérvár



Hol tartunk most?

Az alábbi cikk a Sporttudományi Szemle (2023) 103. számában megjelent a „Államilag elismert sportakadémiai rendszer sporttudományi fejlesztési lehetőségei, digitális teljesítményértékelése a labdarúgás sportágban” jégkorong-specifikus átdolgozása.

A sportakadémiai rendszer kidolgozásáról szóló 1656/2019. (XI. 21.) Kormányhatározat alapján, a Kormány a sportról szóló 2004. évi I. törvényben kapott felhatalmazás alapján, az Alaptörvény 15. cikk (1) bekezdésében meghatározott feladatkörében eljárva 2019. december 12. napján elfogadta a sportakadémiákról szóló 303/2019. (XII. 12.) Kormányrendeletet (Rendelet), amely létrehozta az államilag elismert sportakadémiai rendszert.

A Sporttörvény 49. § r) pontja értelmében a sport társadalmilag hasznos céljainak megvalósítása érdekében az állam ösztönzi és támogatja az államilag elismert sportakadémiák létrejöttét és működését.

Az elfogadott és hatályba lépett Rendelet alapján az Emberi Erőforrások Minisztériuma (EMMI) 2019 decemberében négy éves időtartamra három sportágban húsz (kosárlabdában négy, kézilabdában hat, labdarúgásban tíz) sportszervezettel kötött keretmegállapodást. Az EMMI a sportakadémiákról szóló Rendelet alapján 2021. július 1-től kezdődően központi sportcélú támogatásban részesítette a keretmegállapodással rendelkező államilag elismert jégkorong-sportakadémiákat (Budapesti Jégkorong Akadémia, DVTK Jegesmedvék Jégkorong Sportakadémia, ifj. Ocskay Gábor Jégkorong Akadémia és Újpesti Jégkorong Akadémia) és kiemelt régiós alközpontokat (DEAC Jégkorong Akadémia és Győri ETO Hockey Club Sportegyesület). A jégkorong-egyesületek közül többnyire komoly hagyományokkal rendelkező



sportklubok utánpótlás műhelyei nyerték el a sportakadémiai címet, ugyanakkor vannak olyan sportszervezetek is, amelyek évszázados múlttal ugyan nem rendelkeznek, de a képzési minőség a jelen kor aktuálisan kimagasló utánpótlás-nevelési értékein keresztül biztosított az első osztályú beválás lehetősége.

EMMI HELYETT HM ÉS NSŰ

A sportakadémiák jogosulttá váltak az „államilag elismert sportakadémia”-cím birtoklására, mely titulus a sportakadémiai támogatással összhangban jégkorongban az U15–U21 éves amatőr sportolók felkészülésével, versenyztetésével kapcsolatos költségeit hivatott fedezni. A sportakadémiai támogatás a minőségbiztosítás alapú működés érdekében az akadémiák esetében jelentős szervezet- és sportszakmai irányítási átalakulást eredményezett, alapját a sportágspecifikusan egységes minőségbiztosítási rendszer (benchmark) segíti, amely tartalmazza a legjelentősebb stratégiai szempontokat, a támogatás felhasználásának rendjét, keretet adva a sportakadémiák működésének. Az államilag elismert sportakadémiák minőségbiztosítási rendszere a maximálisan felhasználható tételre, illetve a maximálisan alkalmazható létszámkereteket mutatja, így a közös fundamentumok ellenére, akár a nemzetközi minták bevonásával, az akadémiáknak lehetőségük van a szakmai programjuk megvalósítására egyedi szervezeti felépítésük alapján.

A Magyarország minisztériumainak felsorolásáról szóló 2022. évi II. törvény 1. § d) pontja és a 4. § (2) bekezdése alapján, a Kormány tagjainak feladat- és hatásköréről szóló 182/2022. (V. 24.) Korm. rendelet 112. § 4. pontja szerint immár a honvédelmi miniszter a Kormány sportpolitikáért felelős tagja. A hivatkozott jogszabályhelyek, továbbá a Kulturális és Innovációs Minisztérium és a Honvédelmi Minisztérium (HM) között létrejött költségvetési megállapodás alapján az EMMI helyére a HM lépett.





Az államháztartásról szóló 2011. évi CXCV. törvény 49. §-ában foglaltak alapján a fejezetet irányító szerv a költségvetési támogatásokkal kapcsolatos feladatok ellátásával lebonyolító szervezet is megbízható, ha azt jogszabály lehetővé teszi. Az állami sportcélú támogatások felhasználásáról és elosztásáról szóló rendelet értelmében a HM a Nemzeti Sportügynökség Nonprofit Zártkörűen működő részvénytársaságot (NSÜ) lebonyolító szerveként bízta meg. Az NSÜ feladatainak meghatározásáról, valamint az államháztartásról szóló törvény végrehajtásáról szóló 368/2011. (XII. 31.) Korm. rendelet és a központi beszerző szerv kijelöléséről, a védelmi és biztonsági feladatokkal összefüggő beszerzések körének meghatározásáról és a védelmi és biztonsági feladatokkal összefüggő beszerzések központosított rendszeréről szóló 329/2019. (XII. 20.) Korm. rendelet módosításáról szóló 602/2022. (XII.28.) Korm. rendelet alapján az NSÜ a magyar állam kizárólagos tulajdonában álló, a Kormányrendeletben és külön jogszabályban meghatározott sportirányítási feladatokat ellátó gazdasági társaság, amely az sportakadémiai rendszer pénzügyi, jogi és sportszakmai koordinációját is ellátja.

A nevesített jogszabályi környezet megteremtésével a kormány lehetővé tette, hogy a sportakadémiai rendszerben nagyobb esély legyen képzett jégkorongozókat nevelni.

SAKMAI NAP BOGLÁRON

A sportakadémiai működésének első éve az elindulásról, a szakmai programok megújításáról, átszervezésről szólt. Az akadémiai között szoros együttműködés ala-

kult ki korosztályos és vezetői szinten is, mely lehetőséget biztosított arra, hogy megfelelő hazai és nemzetközi versenyztetést biztosítsanak a klubok játékosainak.

2021 végén a Rendelet nevesítette a Jégkorong Módszertani Központot. Kiemelése magasszintű szakmai és sporttudományos munkát volt hivatott támogatni. A módszertani központ az NSÜ-vel karöltve az államilag elismert jégkorong sportakadémiákon és egyéb utánpótlás képzőműhelyeken lefolytatott sporttudományos munkákat támogatja, annak előkészítésében szükség szerint

segédkezik, a kutatási folyamatot katalizálja, az államilag elismert sportakadémiákon és utánpótlásban rendelkezésre álló adatokat a sporttudomány szabályait figye-

lembe véve felügyeli és a sporttudomány alapelveit tartalmazza. Emellett fontos, hogy az anyag és módszertan ismeretében támogatja az eredmények interpretálását a sportági gyakorlatba a sporttudományi kötelezettségeket figyelembe véve, a tudományos munkák ismeretében az eredményeket beépíti a gyakorlati környezetbe, ajánlásokat tesz a sportági szereplők részére.

Az NSÜ a rezümék ismeretében támogatja, elősegíti és lehetővé teszi a szakdolgozatok, diplomadolgozatok és PhD-tézisek szakmai háttérének előkészítését, illetve mind az állami sportakadémiák, mind az NSÜ kapcsolatot tartanak a sporttudomány felsőoktatási intézményeivel, szakmai vezetőivel és az intézmények etikai bizottságaival.

2022 tavaszán elkészült az egységes tesztprotokoll, mely kidolgozásában az államigazgatási, szakszövetségi és akadémiai szakemberek is részt vettek. Ennek kapcsán került megrendezésre az első szakmai nap is Balatonbogláron.



**NSÜ
NEMZETI
SPORTÜGYNÖKSÉG ZRT.**

MÉRÉSEK, DIGITÁLIS RENDSZEREK

A hatékony működés és a mérési eredmények kezeléséhez elengedhetetlen a megfelelő digitális eljárásrend. A kidolgozott digitalizált rendszerben számos indikátor felel azért, hogy a jégkorong képzési rendszere a lehető legmagasabb szintű kimeneti produktivitást biztosítson. A sportakadémiai rendszer vonatkozásában a kötelező eljárásrend elfogadását követően az alábbi sportszakmai átláthatósági rendszert építette ki az NSÜ minőségbiztosítás céljából.

A TalentX (Done IT Innovations Kft., Magyarország, Győr), az akadémiai magyar nyelvű digitális feltöltési és adatrögzítési platformja, ahol minden sportolót, illetve csapatot érintő adat rögzítésre kerül az összes képzési, fejlesztési és rehabilitációs tartalommal. A szoftver az NSÜ számára olvasói jogosultsággal válik láthatóvá (TalentX Support). A digitális eljárásrend értelmében a program használatát illetően elvárás a pontos adatfeltöltés, illetve az akadémiákon belül irányadó az egységes kitöltési minta. A TalentX AMS a sportakadémiai egységes platformja, amely direkt adatszolgáltatást tesz lehetővé a sportágak utánpótlás-környezetében elfogadott egységes felmérések, pályatesztek és bajnoki mérkőzések vonatkozásában. Ennek célja az egységes rendszerszemlélet, illetve a feltöltött adatok anyag és módszereinek összehasonlíthatósága.

Az elfogadott digitális eljárásrend részeként a sportakadémiai időablak szerint több alterület vonatkozásában méréseket kell elvégezniük. A mérési tesztbateriák a sportakadémiai korosztályokra vonatkoznak (U15–U21), ugyanakkor a pre-akadémiai korosztályokban az egyes tesztelési eljárások az U15-ös

korosztály protokolljával megegyezően alkalmazhatók, ennek kidolgozása módszertani központ vezetésével, a Magyar Jégkorong Szövetség szakembereivel együtt történt meg. Az általános tesztbateriák mellett a sportakadémiáknak az egyéni struktúrájukból fakadóan opcionálisan lehetőségük van további mérések lebonyolítására is, melyet a saját TalentX AMS-felületükön kezelhetnek. A mért változókat a sportakadémiák a mérést követően egy héten belül kötelesek feltölteni és rögzíteni a TalentX AMS-rendszerbe. Az akadémiák önálló AMS-rendszerei API-kapcsolaton keresztül napi rendszerességgel, teljesen automatikusan képesek adatot szolgáltatni a TalentX HUB-felületre. A TalentX HUB célja, hogy az akadémiák objektív adatokon alapuló, biztonságos informatikai rendszerbe szervezett és jogilag rendezett környezetben adatokat cserélhessenek egymással a sporttudományos munka és a teljesítmény optimalizálás elősegítése érdekében.

Motorikus mérésenként 5, 10, 20, 30 méter felgyorsulás és sprint, helyből távolugrás, counter movement jump (CMJ) felugrás, change of direction (COD505) és YoYo Intermittent Recovery Test Level 1 (YoYoIRL1) szerepel. Élettani mérésenként a spiroergometria vizsgálat opcionálisan javasolt, humánbiológia része az antropometria, testösszetétel, biológiai életkor kalkulálása, illetve a PHV (Peak High Velocity – növekedési csúcsebesség és időpontja) kalkulálása. Továbbá a sportakadémiákon 5RM-erőtesztek mellett funkcionális előszűrés is történik. A sportágspecifikus jeges tesztek esetén 5, 10, 20, 30 méter felgyorsulás és sprint (előre, előre korongvezetéssel, hátra) mellett irányváltásos és korongvezetéses korcsolyázó teszteket is mérnek.



A tudatos sportegyesületek választása és minden ami sport!

Ögyölkönyv alapján azaz a gondolatok kivételével megpróbáljuk, hogy jelenleg teljesen átláthatóan az egyesület sporteseményeinek működéséhez kapcsolódó folyamatok és információk kezelhetőek. Az adatokat kapcsolódó eszközökön keresztül, melyekről nincs megjelölt biztonsági mentés és csak az időadót lehet hozzá.



Segítünk a hatékony bevezetésben

A szoftver használatát egy 3 alkalmas oktatás alkalmával sajátíthatják el a felhasználók. Az előzetes egyeztetések alkalmával szakértő csapatunk segít a személyre szabásban és a bevezetés hatékony lépéseinek megtervezésében.



TalentX Athlete Management System

A TalentX AMS-t a management és a szakmai stáb minden tagja szeretni fogja, mivel a logikus felépítés mellett rendkívül könnyedén kezelhető és személyre szabható.





A módszertani központ az NSÜ-vel karöltve az államilag elismert jégkorong sportakadémiákon és egyéb utánpótlás képzőműhelyeken lefolytatott sporttudományos munkákat támogatja, annak előkészítésében szükség szerint segédkezik, a kutatási folyamatot katalizálja

Irodalomjegyzék

Magyarország Alaptörvénye.

A társasági adóról és osztalékadóról szóló 1996. LXXXI. tv. (Tao tv.).

A sportról szóló 2004. évi I. törvény (Sporttörvény).

Az államháztartásról szóló 2011. évi CXCV. törvény (Áht.).

Magyarország minisztériumainak felsorolásáról szóló 2022. évi II. törvény.

Az általános közigazgatási rendtartásról szóló 2016. évi CL. törvény (Ákr.).

Az államháztartásról szóló törvény végrehajtásáról szóló 368/2011. (XII.31.) Korm. rendelet (Ávr.).

Az állami támogatásokkal kapcsolatos eljárásról és a regionális támogatási térképről szóló 37/2011. (III. 22.) Korm. rendelet (Atr.).

Az államháztartásról szóló törvény végrehajtásáról szóló 368/2011. (XII. 31.) Korm. rendelet.

Az állami sport célú támogatások elosztásáról és felhasználásáról szóló 474/2016. Korm. rendelet.

A központi beszerző szerv kijelöléséről, a védelmi és biztonsági feladatokkal összefüggő beszerzések körének meghatározásáról és a védelmi és biztonsági feladatokkal összefüggő beszerzések központosított rendszeréről szóló 329/2019. (XII. 20.) Korm. rendelet módosításáról szóló 602/2022. (XII.28.) Korm. rendelet.

A sportakadémiákról szóló 303/2019. (XII.12.) Korm. rendelet.

Kormány tagjainak feladat- és hatásköréről szóló 182/2022. (V. 24.) Korm. rendelet.

A sportakadémiai rendszer kidolgozásáról szóló 1659/2019. (XI.21.) Korm. határozat (Korm. határozat).

Sáfár S., Kovács K., Juhász P. és Baji B.; (2023): Államilag elismert sportakadémiai rendszer sporttudományi fejlesztési lehetőségei, digitális teljesítmény-értékelése a labdarúgás sportágban. Sporttudomány Szemle (103) 3-11 o.

SZERZŐ: IFJ. KOVÁCS CSABA, FEKTI ISTVÁN

Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



A második év történései

Az akadémiai rendszer 2021 júliusi bevezetése után az első év még leginkább az útkeresésről, a megfelelő versenyzetési rendszerek megtalálásáról szólt minden résztvevő számára, a 2022–2023-as szezonnak viszont már sokkalta felkészültebben vághattak neki az akadémiák.

A szakmai stábok összetételében is akadtak változások az akadémiai rendszer második idényében, a BJA csapatánál megkezdte munkát a kanadai-olasz Luciano Basile, a FEHA19-nél pedig finn Vesa Viitakoski. Az Újpesti Jégkorong Akadémia csapatánál a kanadai Duane Sutter távozása után egy újabb észak-amerikai szakember, Mark Lerosse vette kezébe a szakmai munka irányítását. A DTVK Jegesmedvék Sportakadémia pedig tovább erősített a finn és svéd kapcsolatait tanulmányutakkal és szakember-csereprogramokkal.

A JUNIORVÁLOGATOTTNAK MÁR SEGÍTETEK AZ AKADÉMISTÁK

A bajnokságok korosztályos bontását áttekintve a FEHA19 felnőtt csapata az Erste Ligában indult, előbbiben kiemelkedő rájátszás kvalifikációs sorozatot produkálva bejutott a negyeddöntőbe is, ahol az alapszakaszgyőztes BJA HC lett az ellenfele, és a szériában két alkalommal is hosszabbításra kényszerítették a későbbi ezüstérmest!

A Magyar Kupa-sorozatba a FEHA19 mellé az Újpesti Jégkorong Akadémia és a DTVK JJSA U21-es csapatai is csatlakoztak. Ugyan egyiknek sem sikerült a legjobb négy közé kerülnie, a lila-fehérek elnyerték a legjobb nem elsőosztályú csapat titulását, azzal, hogy legyőzték a későbbi Andersen Liga-győztes MAC Ikonokat.



Az U21-es csapatok részére volt a legnehezebb nemzetközi mérkőzéseket szervezni, így többnyire a korosztályos magyar bajnokság maradt, valamint saját szervezésű edzőmeccsek a környező országok klubjaival. A bajnokság végeredményét tekintve a FEHA 19 örülhetett, a döntőben a DTVK JJSA-t győzte le. Az U20-as válogatott sikeres világbajnoki szerepléséhez mind a négy akadémia játékosai hozzájárultak, a csapat közel felét (10 fő) alkották akadémiai játékosok. (Az idénybeli férfi világbajnokságok elemzéséről bővebben a 30–33. oldalakon.)



AZ IFIKERET FELÉ IS AKADÉMISTÁK ADTÁK

Az U18-as korosztályban már több fronton is zajlottak a küzdelmek: a magyar bajnokság mellett az akadémiák részt vettek az osztrák bajnokságban is, valamint az Elite Cup nevű nemzetközi tornasorozatban. Az Újpesti Jégkorong Akadémia korosztálya nagyszerű szezont futott, az osztrák és a magyar bajnokságban is döntőbe jutott, előbbiben az osztrák Klagenfurt ellen maradt alul szoros mérkőzéseken, míg a magyar bajnokságban a BJA-t győzte le a döntőben egy végreleg kiélezett párharcban. Az Elite Cup minőségi csapatokat felvonultató mezőnyében egy akadémiái csapatnak sem sikerült bekerülnie a négyes döntőbe.

Az U18-as válogatott is nagyszerű világbajnokságot tudhatott maga mögött, a csapat soraiban 11 akadémiái sportolóval.

Az U16-os korosztályban a magyar bajnokság mellett az Elite Cup mérkőzései egészítették ki az évadot, de a komoly nemzetközi mezőny kifogott az akadémiái csapatokon, sajnos nem jutottak be a négyes döntőbe.

ERŐSÍTENI KELL A HAZAI BAJNOKSÁGOT!

A sajátos bajnoki kiírás miatt kése startoló évadot akadémiái tornával kezdték a csapatok, melyet Veszprém-ben rendeztek meg. A Budapest Jégkorong Akadémia és az Újpesti Jégkorong Akadémia került végül a magyar bajnokság döntőjébe, melyet utóbbi nyert meg.

Az idény zárásaként második alkalommal került megrendezésre a DVTK JJSA szervezésében egy U15-ös nemzetközi torna, mely remek alkalmat jelentett az akadémiái csapatoknak, hogy összemérjék erejüket cseh, finn, osztrák, szlovák klubokkal.

Az akadémiái korosztályok bajnokságait tekintve ki kell emelni, hogy az akadémiái csapatok dominálnak, ugyanakkor a magyar bajnokságban kevés a kompetitív



mérkőzések száma, ezért is fontos a rugalmas bajnoki lebonyolítás, mely teret ad a minőségi nemzetközi versenyzetés megszervezésére, lebonyolítására.

VÉLEMÉNYEK

BUDAPEST JÉGKORONG AKADÉMIA



U21: „Bár nem sikerült megvédenünk a bajnoki címet, egyénileg és csapatként is sokat fejlődtünk!”

U18: „Teher alatt nő a pálma”

U16: „The show must go on!”

U15: „Ez az a „B”, ami „A”

Nők: „A cél az volt, hogy az EWHL rájátszásban szerepeljünk, és ez sikerült is.”

DVTK JEGESMEDVÉK SPORTAKADÉMIA



U21: „Egészen közel a csúcshoz”

U18: „Az alap stabil, folyamatosan haladunk előre”

U16: „A nemzetközi szintér új kihívást adott”

FEHA19



Felnőtt: „Biztató játék a szezon második felében és a playoffban!”

U21: „Két elvesztett döntő után újra sikerült elérni a célunkat!”

U18: „Csalódás a nyújtott teljesítmény, keményebben kell dolgoznunk!”

U16: „Fejlődő tendenciát mutatott a csapat, de a végére elfogyott a lendület!”

ÚJPEST JÉGKORONG AKADÉMIA



U21: „Most már rajtunk a sor!”

U18: „A szomszéd öltöző taktikája nálunk is bevált.”

U16: „Ott folytattuk, ahol abbahagytuk!”



SZERZŐ: SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



Nem kortalan kérdések

Minden idők legnagyobb és legszínvonalasabb szakmai továbbképzését tartottuk Budapesten 2023 májusában, az MVM Dome-ban, ahol hazai sportszakteknéyek mellett a magyar és a kanadai férfiválogatott szakvezetősége is előadott.



Az eddigi szakmai napjainktól eltérően az esemény két-naposra nőtt: soha ennyi előadó, ilyen színvonalon és ilyen nagy hallgatóság előtt nem gyűlt még össze Magyarországon jégkorongszakmai továbbképzés keretében!

A helyszín is mindehhez igazodott, hiszen a tavaly átadott multifunkcionális csarnok, az MVM Dome adott otthont a szakmai napoknak, amelyek tudományos prezentációit a csarnok médiatermében tartottuk, a gyakorlati foglalkozásokat ugyanakkor a küzdőtéren. Utóbbiakból is akadt szép számmal, hiszen a résztvevők megtekinthették az „elit” világbajnokságra készülő magyar és kanadai férfiválogatott edzését is, Bartalis Balázs, a svájci bajnok Geneve-Servette képességfejlesztő edzője pedig bemutató jeges tréninget is tartott négy válogatott-kerettag játékos segítségével.

Ugyanő szóban is beszámolt a svájci élvonalban szerzett tapasztalatairól, a klasszisjátékosok eltérő profiljairól, az edzőkollégákkal kialakult – ez esetben elégtelen – együttműködésről, illetve hogy miként viszonyul egymáshoz az általános és a hokikultúra Svédországban, illetve Svájcban.

MIKÉNT MŰKÖDIK A KANADAI VÁLOGATOTT?

Az előadások sorát a Magyar Jégkorong Szövetség fejlesztési igazgatója, Don MacAdam nyitotta meg, aki áttekintette a magyar hoki jelen helyzetét, majd következett Bartalis Balázs említett beszámolója és Kanada jeges edzésének megtekintése.

Ezután a mieink kerültek sorra, majd a kanadai szakvezetőség foglalta el a pódiumot, hogy gyors be-



mutatkozás után az előre összegyűjtött, majd a helyszínen támadt kérdésekre is őszintén és világosan feleljen.

A színpadra kiülő stáb a hoki „Ki kicsodájának” is elmenne, hiszen a következőkből állt: Scott Salmond szakmai alelnök, Shane Doan általános igazgató-helyettes, André Tourigny szövetségi kapitány, Troy Ryan, D. J. Smith és Alex Tanguay segédedzők, Justin Pogge kapusedző és James Emery videóelemző. Szóba került többek között, hogy miként áll össze a vb-keret; miként tudják összehangolni a sok klubból érkezett szakemberek és a még több helyről érkezett játékosok felkészülését, az általuk megszokott játékosrendszereket és szokásokat; hogy miként oszlanak el a feladatok az edzők között; és hogy mit jelent az összes kanadainak, ha a jégkorong-válogatottat képviselheti a nemzetközi porondon.

A rendkívül informatív és szórakoztató egy órát követően a magyar stáb következett, Fodor Szabolcs és Szilassy Zoltán, a férfíválogatottunk edzői mutatták be a mi szakvezetőségünk működését, hogy ki és miért felelős, mik a teljes mechanizmus egyes szakaszai, és hogy mik a mi csapatunk előnyei és hátrányai a riválisokkal szemben a vb-re készülve, ilyenek például a sekkély merítés, illetve a hosszú felkészülési időszak.

SENKIT SEM SZABAD KIENGEDNI A RENDSZERBŐL!

A második napot a Honvédelmi Minisztérium (HM) érdekes prezentációja nyitotta: Kristofóri Balázs, a HM főhadnagya megvilágította, miként kapcsolódhat össze a honvédelem és a sport. Ezek a kormányzati rendszerben is összefüggenek, miután a tavaly átalakított állami sportirányításban immár a HM alá tartozik a sportálmintikárság. Elhangzott, hogy az elsődleges feladat a hazafias nevelés, ami nem azonos a honvédelmi oktatással, ugyanakkor a HM-nél is lehet pályázni forrásokra, amelyek például edzőtáborozáshoz csatolt hazafias programokkal elérhetőek.

A kanadai válogatott, illetve Bartalis Balázs részletekre koncentráló bemutató-edzése mellett három előadás fért még bele a programba. Az első persze dupla volt, hiszen Sáfár Sándor és Pozsonyi Zsolt megosztva szólt a fiatal sportolók fejlesztését illető modern kutatásokról és módszerekről. Elmondták többek között, hogy a kronológiai és a biológiai kor mennyire eltérhet egymástól, ezért sem szabad senkit sem kiengedni a rendszerből, mert idővel például a sokáig akcelerált fiatalokat is utolérhetik a többiek. Ehhez jött még érdekességként, hogy ugyancsak nemzetközi kutatások alapján túl hamar kezdődik a sportági specializáció, ami nagyobb aránnyal vezethet sérüléshez, és így pályaelhagyáshoz is. Fontos tényező viszont, hogy mindezzel az eddig ismertnél korábban érdemes már elkezdni foglalkozni, így például a súlyzós edzésekkel is.

TAKTIKA, KÉPESSÉG, SZEMLÉLET

A FEHA19 nemzetközi igazgatója, Stephan Lundh az edzői szakmai fortélyairól adott elő, meghatározva kulcsfontosságú pontokat, illetve intelmeket is, hogy miket nem szabad elkövetni.

Majoross Gergely, a szlovák Extraligában negyedöntős Nové Zámky vezetőedzője – aki nyáron a német másodosztályú DEL2-es Ravensburg Towerstarshoz szerződött – ezúttal az elit edzői munkáról beszélt, és rámutatott olyan taktikai és képességbeli apróságokra, valamint szemléletbeli különbségekre is, amikkel ajánlatos foglalkoznunk itthon is, amennyiben a világ élvolnának útját kívánjuk járni.

Az előadás-sorozat végeztével a szakmai napok résztvevői megtekinthették a Magyarország–Kanada felkészülési mérkőzést is, újabb élő tapasztalatokat szerezve arról, hol tartunk mi, és hol az abszolút elit, hiszen a kanadai csapat végül megnyerte a világbajnokságot.



Majoross Gergely



Dr. Sáfár Sándor

VÉLEMÉNYEK

MAJOROSS GERGELY

Ez olyan szakma, amelyben állandóan tanulni és fejlődni kell. Ezt már-már az unalomig ismételtgetjük, de akkor is azt gondolom, az a legfontosabb, hogy valaki értse: sose érkezett meg és a játék is nagyon gyorsan változik. A pedagógiai eszközök is elég gyorsan változnak, úgyhogy máshogy kell vezetni ma, mint ahogy kellett húsz évvel ezelőtt. Nyitottnak kell lenni minden újdonságra és próbálni tanulni minél többet! Itthon az a probléma, hogy túl korán kezdjük az alsó évfolyatokban, túl sokat edzünk – viszont egy bizonyos kor után, ahol meg nagyon sokat kell, ott meg nem eleget... Ebben mindenképpen változnunk kell a jövőben.

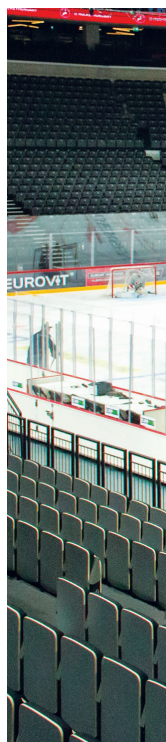
DR. SÁFÁR SÁNDOR

Az előadásom egy utánpótlásképzés felépítéséről szólt. Ennek vannak ilyen csúnya angol szavai is meg kifejezései, mint ortogenetikus, meg organikus fejlődési minta. Ezeknek a lényege az, amiről az előadás is szólt, hogy miként találjuk meg azokat a keresztmetszeti pillanatokat, amikor valamit fejleszteni szükséges.

Az utánpótlásképzési rendszernek a tisztázása régóta elvárt akár a sportági, akár a szövetségi rendszerekben. Ezt annak idején a Magyar Labdarúgó Szövetségben kezdtük el, ahol az elméleti képzésen keresztül már idestova tíz éve ilyenfajta oktatási rendszert alkalmazunk. Ennek az egésznek magyar vonatkozása is van, ugyanis Baji professzor úr rakta össze az egész LTD-rendszer alapjait. Ennek a kanadai utánpótlás kiválasztási és képzési rendszernek a bázisát helyeztük át magyar viszonylatba, úgyhogy ezt az egész folyamatot úgy alakítjuk ki, az edzőknek úgy próbálunk segíteni, hogy az utánpótlás-képzés célszerű képzési rendszerét, normatíváját rakjuk össze. A pozitívum, hogy nem kell újat kitalálnunk, hanem a nemzetközi szakirodalmak által integráljuk és átültetjük a hazai akadémiai képzési rendszerbe.

STEPHAN LUNDH

Az nagyon jó dolog, hogy a magyar edzők fejlődni szeretnének, nyitottak a tanulásra és kíváncsiak a nagyobb hokinemzetek módszereire, amiket meg is próbálnak átültetni a magyar hokiba. Amiben szerintem egy kicsit fejlődniük kellene, az, hogy kicsit strukturáltabbak legyenek. Néha kicsit érzékenyek abban a tekintetben, hogy ha valami rosszul sikerül, akkor azon túlságosan nagy mértékben akarnak változtatni. Kicsit



türelmesebbnek kellene lenniük és jobban bízniuk a módszereikben!

Az egyéni képességfejlesztés egyik alapja, hogy nagyon komolyan kell venni, több időt kell szánni rá, több teret kell adni neki, és jobban eladhatóvá kell tenni a fiatal játékosok számára! Emellett fontos, hogy az edzőket is képezzük ebben a tekintetben, hogy ők is lássák, mik a legfontosabb dolgok.

A hokihoz jól kell korcsolyázni, ez az alap. Emellett jó lenne kiemelni, mondjuk, négy fontosabb pontot, amelyek alapján dolgozunk egészen addig, amíg nem látjuk, hogy elégedettek vagyunk a képzés színvonalával. Az én üzenetem a magyar edzőkhöz, hogy emberekkel dolgozunk. Nagyon fontos látni, hogy minden ember más. Ha megtanuljuk, hogyan adjuk át a saját ötleteinket, a filozófiánkat, a módszereinket a játékosoknak, az nehéz dolog.

DON MACADAM

A prezentációm fő mondanivalója talán az volt, hogy szeretném, ha Magyarországon mindenki rájönne: túl sokat foglalkozunk azon dolgokkal, amikben szerintünk nem vagyunk jók. Ezzel szemben, amik jól mennek, azokkal nem törődünk annyit. Pedig sok nagyszerű dolog történik itt. Kiemelhetnénk például, hogy az U15-ös válogatott megnyerte a Riga Cupot, az U16-os együttes első lett a Modo Cupon, az ifjúsági és a juniorválogatott pedig ott van a divízió 1/A-ban. Ez mind siker. De mi inkább először a problémákat keressük és azokról beszélünk! Persze

Stephan Lundh



tudom, azokról is kell, de remélem, ezután elkezdünk kicsit pozitívabban gondolkodni arról, hol járunk most és merre tartunk.

Az elmúlt évek sikereinek egyik alapja az volt, hogy jó játékosokat neveltünk. Közülük voltak, akik külföldön nevelkedtek, mert mi még nem tartunk ott... Az Erste Liga átalakításra szorul, versenyképesebbé kell tennünk és több fiatal játékost kell beépítenünk. Jelenleg úgy áll a dolog, hogy a legjobb játékosoknak nem kell a legjobbra törekedniük, anélkül is ők lesznek a legjobbak. Ez nem jó nekik sem, a fejlődésnek is gátat szab és teljesen biztos, hogy a válogatottnak sem tesz jót, hiszen amikor odakerülnek a nemzeti csapathoz és magukhoz képest alacsonyabb szinten játszottak egészen addig, aztán egy szinttel már magasabban kellene teljesíteniük, az nehéz feladat. Viszont ha minden meccsen magas szintű játékra vannak kényszerítve, azzal jobbá fognak válni. Ehhez csökkenteni kellene a csapatok számát a bajnokságokban, hiszen nyilvánvaló a probléma: túl sok a csapat, túl kevés a játékos. A saját méretünkhöz kell szabni a ligát is, így tudunk fejlődni.

SCOTT SALMOND

2003-ban már jártam Magyarországon, most az első dolog, ami feltűnt, ez az új létesítmény... Sokszor elmeséltem már Kanadában, hogy anno nem is Budapesten játszottunk, hanem valahol a közelben. Egy régebbi csarnokban léptünk jégre, de emlékszem, rengetegen voltak a meccsen, voltak, akik a

lelátó alól nézték a találkozót, sohasem fogom elfelejteni!

Mindig éreztem, hogy szenvedélyesen szeretik ezt a sportot itt. Voltak emberek, akik rengeteget tettek a magyar jégkorongért. Kovács Zoltánt régóta ismerem, tudom, hogy milyen szenvedéllyel dolgozik a hokiért. Tudom azt is, hogy komoly akadémiai rendszer épült ki, és elkötelezettek az emberek a sportág fejlődése iránt. De azzal is tisztában vagyok, hogy más sportágak komoly kihívás elé állítják a hokit, például a labdarúgás, a kézilabda vagy a vízilabda. Mi, kanadaiak ebben a tekintetben szerencsésnek mondhatjuk magunkat, mert nálunk a jégkorong az első számú sport. Ezáltal a legjobb sportolókkal dolgozhatunk.

A saját kiválasztási folyamatunkban mindig az aktuális klub GM-jétől kérünk engedélyt arra, hogy beszélhessünk egy játékosal arról, csatlakozna-e a válogatottnak. Néhány GM egyből megmondja, hogy a játékos sérült, vagy nincs szerződése, de ad egy-két információt. Aztán vannak olyanok is, akik egyből a játékoshoz irányítanak. Először nyilván a legjobbakkal beszélünk, Sidney Crosbyval és a hozzá hasonló kaliberű sztárokkal. Kiderítjük, lenne-e kedvük jönni a világbajnokságra. Ez azért is fontos, mert a sztárjátékosok mások számára is vonzóvá teszik a részvételt. Az idei évben szerettünk volna jó és fiatal csapatot, de szerettünk volna olyanokat is a keretbe, mint Lucic, Toffoli, akik idősebbek, Scott Laughton, aki ugyancsak tapasztalt, vagy éppen Tyler Myers. A kanadai válogatottnál is



Scott Salmond





Szilassy Zoltán



Dr. Nagy Attila



fontos, hogy tisztában legyünk azzal, persze, hosszú volt a szezon, ezért olyanok legyenek itt velünk, akik tényleg itt akarnak lenni. Ez nem nyaralás, azért vagyunk itt, hogy nyerjünk! Szóval, fontos, hogy kiderítsük, kit mi motivál abban, „B” vagy „C”.

Az egész projektnek mindig van egy feje és a szövetségi kapitány valósítja meg. Ő bontja le a feladatköröket, ő osztja le a szerepeket a stábnak, ő delegálja a munkát, és ő is kéri számon. Nyilván a stábtagnak közül mindenki maximumon próbál pörögni. Ám nem rólunk szól a történet, mi eszközök vagyunk a játékosok fejlődéséhez, teljesítményéhez.

SZILASSY ZOLTÁN

Felmerült az a kérdés, hogy a klubjainkban én és Fodor Szabolcs is vezetőedzők vagyunk, és ott nyilván a miénk a döntő szó, míg a válogatottnál a szövetségi kapitányé. Ehhez én könnyen adaptálódok, tudom a helyem, a dolgom. Meg van határozva a feladat, és pont ez a jó benne, hogy megmondja az edző, kiket felügyelsz és azon belül is meghatározza, hogy mire figyeljünk, defenzív vagy offenzív játékra. Én is így csinálom a klubon belül, hogy például a videózásban a két kollégámnak le van osztva, ki, mire figyel. Így lehet haladni, így lehet a részletekbe jobban belemenni és lefedni az összes területet.

BARTALIS BALÁZS

Az egyéni fejlesztés aranykorát 9 és 12 éves kor közé szokás tenni, de sosem késő. Fel-

nőtt szinten, felnőtt csapattal, felnőtt játékosokkal, volt olimpiai bajnokokkal, vagy Stanley-kupa-győztesekkel is lehet fejleszteni, tanulni. Főleg fiatal korban fontos, hogy az edző mennyire tudja érdekessé tenni ezt. 12-13 évesen nem minden gyerek jön úgy edzésre, hogy mindenre nyitott és mindent meg akar tanulni, de ez csak annak a kérdése, hogy miként tálalod? Ahogyan beveszed a mindennapjaidba, az lehet döntő fontosságú. Azok a játékosok, akik jelenleg a top szinten játszanak, a kultúra részévé kell tegyék ezt a fajta edzésmódszert, amit a rájuk felnéző fiatalok is követni fognak.

DR. NAGY ATTILA

A számok azt mutatják, jó irányba haladunk, hiszen egy év alatt négy ilyen szakmai rendezvényt sikerült összehoznunk. Az első körülbelül 50 ember vett részt, a másodikon a létszám már súrolta a 100 főt, a harmadik alkalommal már 130-an voltunk és most pedig 175 regisztráció érkezett be. Tehát az igény megvan, a mi felelősségünk pedig az, hogy olyan tartalommal töltsük meg, ami előremutató és a magyar jégkorongot fejleszti. Szeretnénk folytatni ezt a szakmai sorozatot, a nyári szünetben felkészülni a jövő szezonra, megtalálni azokat a dátumokat, amik megfelelőek mindenkinek, hogy ne rontsunk bele a klubmunkába. Ezek az első számú céljaink, hosszútávon pedig olyan kiszámítható képzési programot összeállítani, ahol folyamatosan új tudásra tehetnek szert az edzők.

SZERZŐ: DR. NAGY ATTILA¹, DR. KISS CSABA²¹Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár, ²Budapesti Corvinus Egyetem

Számít-e a relatív életkor?

Az előző oldalakon tárgyalt szakmai konferenciánk egyik legérdekesebb témája lett, hogy mennyire eltérhetnek a kronológiai és a biológiai életkorok, ami a kiválasztásra is nagy hatással lehet az utánpótlásban. Ezen a nyomon elindulva vizsgáltuk meg a vonatkozó számokat.

Ezt a cikket és a kapcsolódó kutatást Dr. Sáfár Sándor, a „Modern módszerek a fiatal sportolók fejlesztésében – Az életkori sajátosságoknak megfelelő képzés fontossága” című előadása ihlette, melyet a májusban rendezett IV. Szakmai napunkon tartott a jégkorongedzők részére. Az előadásban több alkalommal kitért arra, hogy a sportolók felkészítésénél milyen fontos tényező a relatív és biológiai életkor pontos meghatározása. Relatív életkorhatás alatt azt értjük, hogy amennyiben egy játékos az első vagy a második negyedévben született, akkor nagyobb a valószínűsége annak, hogy jobb karriert fut be futballistaként, ugyanakkor az év utolsó negyedében született labdarúgók rosszabb esélyekkel indulnak.

Az előadó Helsen és munkatársai (2005) labdarúgó-utánpótlásban végzett kutatását ismertette, ahol az Európai Labdarúgó Szövetség (UEFA) tornáin játszó labdarúgóknál (n=2175) igenis számít, ki, mikor született. Az eredmények alapján a különböző korosztályokat összegezve az első negyedévben született labdarúgók száma több mint kétszerese a negyedik negyedévben született labdarúgók számához képest.

A témában már több nemzetközi publikáció is született a jégkorongsportágat tekintve, az alábbiakban ezeket tekintjük át, majd a magyarországi számokat vizsgáljuk meg a férfi korosztályos, akadémiai és válogatott szempontból.

A KICSIKNÉL NAGY A KÜLÖNBSÉG

Nolan és munkatársai korábbi kutatások eredményeinek változását vizsgálták a National Hockey League (NHL), a Western Hockey League (WHL), az Ontario Hockey League (OHL) és a Québec Major Junior Hockey League (QMJHL) játékosainak születési dátumait összegyűjtve. A játékosokat születési hónap és születési ország szerint is kategorizálták hasonlóan az eredeti tanulmányokhoz (Barnsley és mtsai. (1985), valamint Grondin és mtsai (1984). Az eredmények azt mutatták, hogy a jégkorong globalizációja és a jégkorongban bekövetkezett kisebb változások ellenére továbbra is fennáll a relatív életkorhatás, vagyis a születési hónap (januártól decemberig) és a vizsgált bajnokságban szereplő játékosok aránya között erős lineáris kapcsolat áll fenn.

Hancock és munkatársai (2012) kutatásukban a kiválasztás és a relatív életkor közötti kapcsolatot vizsgálták. 5-17 éves korú kanadai játékosokat vizsgáltak (n=147 991), eredményeik szerint a kiválasztáson résztvevő és

ki is választott játékosok számánál a relatív életkor meghatározó tényező, míg a nem versenysport jellegű csapatoknál – ahol nincs is edzői kiválasztás – nem releváns a születési hónap.

Az Ontario Minor Hockey Szövetség számait vizsgálta Lemez munkatársaival egy 2013-as cikkben. A kutatás 10 és 15 év közötti férfi jégkorongozók relatív életkora, versenyszintje és lemorzsolódási aránya közötti összefüggést vizsgálta (n=14 325). Ez a tanulmány a lemorzsolódás felől közelítette meg a beválás kérdését, hiszen az eredmények szerint a lemorzsolódás a harmadik és negyedik kvartilisban született játékosok között volt a legmagasabb.

Bezuglov és munkatársai (2020) az orosz játékosok beválását vizsgálták (n=2285) a színvonalasabb jégkorongbajnokságokban. Az első félévben születettek száma meghaladta a későbbiekét: 65,5%, illetve 34,5%. A relatív életkor alapján az adott évben korábban születettek száma magas volt a vezető orosz jégkorongakadémiák és juniorcsapatok összes korosztályában. Az utánpótláskorú jégkoronggal ellentétben az elit felnőtt csapatokban (NHL, KHL) már többen voltak az év negyedik negyedében született játékosok.

Eredményeikre azt a magyarázatot adták, hogy a fiatal játékosok között magas a verseny a jégkorongakadémiákra való toborzás során. Sőt, az edzők célja az azonnali előrelépés, így érettebb, fizikailag fejlettebb játékosokat választanak ki. A „később születettek” azonban széles körben jelen vannak az NHL-ben és a KHL-ben a többi orosz ligához viszonyítva, melyet az 1. táblázat mutat be.

Liga	I. félév, n (%)	II. félév, n (%)
NHL, n=196	114 (58,2)	82 (41,8)
KHL, n=175	100 (57,1)	75 (42,9)
SHL, n=176	113 (64,2)	63 (35,8)
NJT, n=112	77 (68,8)	35 (31,2)
RJHL, n=369	242 (65,6)	127 (34,4)
Akadémiák, n = 1,257	851 (67,7)	406 (32,3)

*NHL (észak-amerikai liga) KHL (orosz elsőosztály), SHL (orosz másodosztály), NJT (orosz utánpótlás-válogatott), RJHL (orosz juniorbajnokság)

1. táblázat I. és II. félévben született orosz játékosok a különböző bajnokságokban (Bezuglov és mtsai, 2020)



A sportági körületek után a magyarországi számok vizsgálatakor a 2022–2023-as idény akadémiai korosztályaira fókuszáltunk – az adatokat a szezon lezárása után az MJSZ Versenyirodája biztosította számunkra.

Az akadémiaiak az U16, U18, U21 férfi bajnokságokban vesznek részt, ez alapján a 2002. január 1. és 2009. december 31. között férfi játékosok listáját vizsgáltuk (n=1836). A születési hónapok alapján négy csoportra osztottuk a játékosokat (I. negyedév: január-március, II. negyedév: április-június, III. negyedév: július-szeptember, IV. negyedév: október-december).

Születési év	I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
2002	21	21	27	18	87
2003	30	37	23	26	116
2004	42	40	39	30	151
2005	56	46	46	41	189
2006	58	67	66	59	250
2007	84	54	68	81	287
2008	90	70	99	78	337
2009	88	119	96	116	419
Összesen (fő)	469	454	464	449	1836
%	25,54%	24,73%	25,27%	24,46%	

2. táblázat: A 2022–2023-as szezonban versenyengedéllyel rendelkező játékosok száma és eloszlásuk a születési év, hónap alapján

A fenti táblázatból látható, hogy a negyedévek között nagyságrendileg egyenlően oszlanak el a játékosok születési hónapjai, ami a korábban említett kanadai kutatással részben megegyezik, azaz a relatív életkornak az összes játékos tekintetében nincs hatása. Érdeklődéssel megvizsgáltuk, ezek a játékosok mennyi

mérkőzésen voltak nevezve – ami nem jelenti azt, hogy játszottak is. Ezeket az adatokat a 3. táblázat foglalja össze. Természetesen még pontosabb lenne, ha tartozna jégidő is a játékosokhoz, de ennek kivitelezése még fejlettebb jégkorongkultúrával rendelkező országokban is szinte lehetetlen.

Születési év	I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
2002	509	481	667	384	2041
2003	620	934	481	567	2602
2004	920	698	775	536	2929
2005	1140	936	949	726	3751
2006	881	997	1168	920	3966
2007	2066	1247	1342	2045	6700
2008	1784	1471	2230	1376	6861
2009	2075	2728	1882	2349	9034
Összesen (db)	9995	9492	9494	8903	37884

3. táblázat: A 2022–2023-as szezonban versenyengedéllyel rendelkező játékosok által lejátszott mérkőzések száma

Ezek a játékos- és mérkőzészszámok a 2022–2023-as szezonban versenyengedélyt kapott összes játékost tartalmazzák, azokat is, akik a felnőtt amatőr bajnokságokban vagy a kispályás bajnokságokban léptek pályára. Ezért fontosnak tartottuk, hogy tovább

szűkítsük a vizsgált csoportot az elsőszámú bajnokságokban játszókra (U21 A, U18 és U16 I. csoport), ezeket a bajnokságokat a továbbiakban kiemelt bajnokságoknak nevezzük és az adatokat a 4. és 5. táblázat foglalja össze.

Születési év	I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
2002	13	9	16	9	47
2003	17	25	14	13	69
2004	24	13	19	18	74
2005	45	36	41	34	156
2006	49	53	53	48	203
2007	39	27	27	42	135
2008	42	32	46	33	153
2009	35	47	26	37	145
Összesen (fő)	264	242	242	234	982
%	26,88%	24,64%	24,64%	23,83%	

4. táblázat: A 2022–2023-as szezonban az U21 A, U18 és U16 I. csoportban versenyengedéllyel rendelkező játékosok száma és eloszlásuk születési év, hónap alapján

Születési év	I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
2002	469	355	502	323	1649
2003	495	749	375	389	2008
2004	719	366	499	412	1996
2005	1056	744	906	676	3382
2006	827	786	986	724	3323
2007	1210	771	657	1260	3898
2008	1048	827	1135	665	3675
2009	1109	1507	689	1028	4333
Összesen (db)	6933	6105	5749	5477	24264
%	28,57%	25,16%	23,69%	22,57%	

5. táblázat: A 2022–2023-as szezonban az U21 A, U18 és U16 I. csoportban versenyengedéllyel rendelkező játékosok által lejátszott mérkőzések száma

Az adatok szűkítése után már látható minimális különbség a korábban születettek (I. negyedév) javára (26,88%) a később születettekkel (IV. negyedév) szemben (23,83%).

A játékos- és mérkőzésszámok tekintetében a kiemelt bajnokságokba lett nevezve a játékosok 53%-a és ők játszották a mérkőzések 64%-át, míg a többi jégkorongozó alsóbb bajnoki vagy amatőr szintre lett nevezve, és ott kevesebb mérkőzést is játszott.

A mérkőzésszámok tekintetében a negyedéves bontásban is látható az eltérés, a korábban született játékosokat a kiemelt korosztályos bajnokságokban több mérkőzésre neveztek. Ennek egyik oka lehet a feljátszás, de ki kell emelni, hogy ez az összehasonlítás nem vette figyelembe a feljátszást, kizárólag azon alapszik, hogy a játékos mely korosztályban kapott versenyengedélyt és összesen hány hivatalos magyar bajnoki mérkőzésre lett nevezve (akár saját korosztályában, akár magasabb szinten). A feljátszás – ezáltal a magasabb mérkőzésszám – többnyire az ügyesebb, tehetségesebb gyerekeket érinti, hiszen az edzők őket preferálják az idősebb korosztályba történő feljátszás esetén, de a pontos feljátszási számokat a rendelkezésre álló adatokból nem tudtuk kiszűrni.

A FELNŐTTEKNÉL MÁR CSÖKKEN AZ ELŐNY

Amennyiben csak az akadémiai csapatokban regisztrált sportolókra szűkítjük a játékosokat, akkor összesen 326 játékos rendelkezik akadémiai csapatnál versenyengedéllyel, ők közel egyharmadát adják a kiemelt bajnokságokban szereplő játékosoknak. Ahogy a 6-os táblázatban alább látható, a születési negyedév alapján az első negyedévben született játékosok száma messze kiemelkedik (115 fő), míg a második és harmadik negyedév közel azonos (73 és 76 fő), a negyedik negyedévben született játékosok létszáma a legkevesebb (62 fő).

I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
115	73	76	62	326
35,28%	22,39%	23,31%	19,02%	

6. táblázat: Akadémiai versenyengedéllyel rendelkező játékosok számának születési negyedév alapú eloszlása

Bizonyára senki sem vitatja, hogy a beválás jó mérőszáma lehet a korosztályos és felnőtt világbajnokságokon való szereplés, így következő lépésben azt vizsgál-

tuk, hogy a 2014–2023-as időszakban a férfi U18, U20 és felnőtt válogatottban miként nézett ki a negyedévek való csoportbontás alapján a játékosok eloszlása.

A 2019–2020-as szezonban az U20-as világbajnokságot még megrendezték, de az U18 és felnőtt világbajnokságok a Covid19-járvány miatt elmaradtak, majd a 2020–2021-es szezonban a válogatottak a járványhelyzet miatt egyáltalán nem szerepeltek világbajnokságokon. Ezáltal az összehasonlításban 8 felnőtt és U18 világbajnokságot és 9 U20-as világbajnokságot vettünk figyelembe, a 7. táblázat foglalja össze a születési hónapok alapján negyedévre bontott játékosszámokat.

Korosztály	I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
Felnőtt	56	47	49	30	182
	30,77%	25,82%	26,92%	16,48%	
U20	68	65	42	23	198
	34,34%	32,83%	21,21%	11,62%	
U18	69	53	35	19	176
	39,20%	30,11%	19,89%	10,80%	
Összesen	193	165	126	72	556
	34,71%	29,68%	22,66%	12,95%	

7. táblázat: Világbajnokságon szereplő játékosok számának születési negyedév alapú eloszlása

A fenti táblázat mutatja, hogy összesen 556 világbajnoki játékoshely volt 2014–2015-ös szezon óta, ezeken a világversenyekeken összesen 217 játékos vett részt. A 8. táblázatban már kizárólag ezen játékosok születési negyedévet vizsgáltuk, függetlenül attól, hogy hány világbajnokságon vettek részt.

I. negyedév	II. negyedév	III. negyedév	IV. negyedév	Összesen
78	60	49	30	217
35,94%	27,65%	22,58%	13,82%	

8. táblázat: Világbajnokságokon résztvevő játékosok eloszlása a születési negyedév alapján.

Az eredmények azt mutatják, hogy a magyar utánpótlás-bajnokságok egészét tekintve a relatív életkor

nem befolyásolja a sportolókat, de ahogy az elit szint fele szűkítünk, úgy már előtérbe kerül a relatív életkor jelentősége. A kiemelt bajnokságokban minimálisan, a válogatottaknál már teljes mértékben látható a korábban születettek előnye, hiszen több mint kétszer annyit első negyedévben született játékos vett részt világbajnokságon, mint utolsó negyedévben született. Ezek az arányok hasonlóak a bevezetőben említett orosz kutatáshoz akkor is, ha fél évekre bontva vizsgálunk (magyar I. félév 64,39% - orosz I. félév 65,5%).

A válogatottak tekintetében az U18-as korosztályban közel 40% az első negyedévben született játékosok száma, míg a felnőtt csapatban alig több mint 30% – így itt is bizonyára megállapítható, hogy az utánpótláskorú jégkoronggal ellentétben a felnőtt válogatottban már többen voltak az év negyedik negyedében született játékosok. Ennek oka talán későbbi érés, lassabb fejlődéssel magyarázható (egy év hátrány ledolgozása). A későbbi születésű játékosok is elvégzik a megfelelő edzőmunkát, de a megfelelő szintű teljesítményt csak később tudják nyújtani, ezért még nem férnek be a korosztályos válogatottba (két év egy korosztály), viszont a felnőtt válogatottban már helyet tudnak szerezni (nincs felső életkori korlát).

IGAZODUNK A NEMZETKÖZI TRENDEKHEZ

Összefoglalva: az utánpótlás magyar jégkorong-bajnokságokban az összes sportolót tekintve a születési negyedév nem befolyásolja a kiválasztást, a sportolást. Ez a sportág általános szempontjait tekintve jó dolog, mivel minden gyereknek lehetősége van így jégkorongozni.

A kiemelt bajnokságokat tekintve már többnyire az első fél évben született sportolók szerepelnek. Az akadémiai csapatokban és a válogatottakban szereplő játékosok tekintetében abszolút az első negyedévben születettek játékosok vannak a legtöbben, míg az utolsó negyedévben születettek a legkevesebben.

Az adatelemzés során kapott értékek és trendek hasonlóak a bevezetésben áttekintett nemzetközi a kutatási eredményekkel.

Egy mondatban összefoglalva pedig a relatív életkor hatás jelen van az élsportolóvá válás során a magyar jégkorongsportban is.

Irodalomjegyzék

- Barnsley, R. H., Thompson, A. H., & Barnsley, P. E. (1985). Hockey success and birthdate: The relative age effect. *Canadian Association for Health, Physical Education, and Recreation*, 51(1), 23-28.
- Bezuglov, E., Shvets, E., Lyubushkina, A., Lazarev, A., Valova, Y., Zholinsky, A., & Waskiewicz, Z. (2020). Relative age effect in Russian elite hockey. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 34(9), 2522-2527.
- Grondin, S., Deshaies, P., & Nault, L. P. (1984). Trimestre de naissance et participation au hockey et au volleyball.
- Hancock, D. J., Ste-Marie, D. M., & Young, B. W. (2013). Coach selections and the relative age effect in male youth ice hockey. *Research quarterly for exercise and sport*, 84(1), 126-130.
- Helsen, W. F., Van Winckel, J., & Williams, A. M. (2005). The relative age effect in youth soccer across Europe. *Journal of sports sciences*, 23(6), 629-636.
- Lemez, S., Baker, J., Horton, S., Wattie, N., & Weir, P. (2014). Examining the relationship between relative age, competition level, and dropout rates in male youth ice-hockey players. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 24(6), 935-942.
- Nolan, J. E., & Howell, C. (2010). Hockey success and birth date: The relative age effect revisited. *International Review for the Sociology of Sport*, 45(4), 507-512.



SZERZŐK: IFJ. KOVÁCS CSABA¹, SZÉKELY CSABA², GALSÍ PÉTER³

¹ Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár, ² FEHA19/DR Briancon,

³ FEHA19



Felkészülés, fejlesztés, kommunikáció



Sergio Lara-Barcial

Folytatjuk a szemlénkben az IIHF nemzetközi edzői szimpóziумán elhangzott előadások összefoglalóinak bemutatását.

A tavalyi évhez hasonlóan idén is Tampereben rendezték meg az edzőképzéssel kapcsolatos konferenciát az A-csoportos világbajnokság alatt. Eljátszva azzal a gondolattal, hogy Magyarország is pályázni akart a 2023-as eseményre, ez a komoly szakmai rendezvény akár Budapesten is lehetett volna, lehetőséget adva minél több hazai szakembernek, hogy első kézből tanulhassanak a világ kiemelkedő sportszakembereitől. A cikkünk célja, hogy ha végül élőben nem is adatott meg a lehetőség a magyar fővárosban, de legalább összefoglalásként elhozzuk a honfitárs szakembereknek is a Tampereben elhangzott ismereteket.

PROGRAM SATURDAY 20.5.

MASTER OF CEREMONIES: DR SERGIO LARA-BERCIAL

8.00-09.00	REGISTRATION
09.00-09.15	START (IIHF + FIHA)
09.15-10.00	PAUL BOUTILIER – FUTURE D'S
10.15-11.00	CARA MOREY - THE DEVIL'S IN THE DETAILS: STRUCTURING YOUR WEEK FOR SUCCESS
11.15-12.00	MIKE SNEE - TBD
12.00 -13.00	LUNCH
13.00-14.30	JEAN COTE – TRANSFORMATIONAL COACHING
14.45-15.30	PANEL DISCUSSION ON QUALITY COACHING IN THE FUTURE
16.20	WC GAME AUT-FIN
20.20	WC GAME SWE-FRA

Schedule Subject To Change

WE LIVE THE GAME



PROGRAM SUNDAY 21.5.

08.50-09.00	START (IIHF + FIHA)
09.00-10.00	SERGIO LARA-BERCIAL – TALENT DEVELOPMENT
10.10-11.00	JAMES VAUGHAN - SHAPING SKILLED INTENTIONS
11.10-12.00	ANGELICA LINDBERG- HOW A STRUCTURED CHAMPIONSHIP SYSTEM CAN HELP WITH PLAYER DEVELOPMENT
12.00 -13.00	LUNCH
13.00-13.45	TODD WOODCROFT - KNOWING YOUR OPPONENT - HOW TO PREPARE YOUR TEAM THROUGH A PRE-SCOUT
14.00-15.30	ASHLEY EHLERT IIHF - INTEGRITY
15.30-15.45	CLOSING SEREMONY
16.20	WC GAME GER HUN
20.20	WC GAME USA-FRA

Schedule Subject To Change

WE LIVE THE GAME



SERGIO LARA BERCIAL: A TEHETSÉG FEJLESZTÉSE – MIÉRT? MIT? HOGYAN?

A szimpóziium házigazdája idén ismét a világ egyik vezető edzőfejlesztő szakembere, Prof. Dr. Sergio Lara-Bercial, a Leeds Beckett Egyetem oktatója volt, aki egyébként az International Council for Coaching Excellence alelnöke is.

A nyitó előadásában a tehetséges sportolók fejlesztésének új megközelítését bontotta ki. Összefoglalva a tehetség fejlesztése az a folyamat, amely során felismerjük és támogatjuk a résztvevőket abban, hogy a sport legmagasabb szintjére eljussanak, ő ezt a folyamatot teljességre törekvő fejlesztésnek nevezi („Holistic Development”).

A professzor az előadás során egy sportoló fejlesztését egy tetris-játékhoz hasonlította, ahol a cél a különböző alakú idomokat a megfelelően beilleszteni, hogy teljes sorokat kapjunk. Ugyanez igaz a sportolók fejlesztésénél, hogy minden elemet a megfelelő helyen és időben kell beépíteni a sportoló képzsébe, hogy teljes legyen és szintet tudjon lépni.

Ezt a teljes fejlesztési folyamatot hat részre bontja le, melyek az alábbiak:

- ◆ Teljeskörű sportolófejlesztés
 - ◆ Sportoló központú filozófia
 - ◆ A siker teljes (újra)definiálása
 - ◆ Bajnok egyéniség és befogadás
- ◆ Érdekeltek összehangolása és támogatása
 - ◆ Proaktív és pozitív bevonása a szereplőknek
 - ◆ Interdiszciplináris kultúra megteremtése

- ◆ A gondoskodás légköre
 - ◆ Népszerűsíteni és támogatni a mentális egészséget
 - ◆ A sportolói hangok felerősítése
- ◆ Fókusz a hosszútávú tanításon és fejlesztésen
 - ◆ Hosszútávú tervek végrehajtása
 - ◆ Együttműködés a célok meghatározásában
- ◆ Megfelelő kihívások
 - ◆ Következtesen meghatározott húzópontok
 - ◆ Törekvő, túlélő és virágzó kompetenciák elősegítése
 - ◆ Személyre szabott és időben nyújtott támogatás
- ◆ Beépített életkészség-fejlesztés
 - ◆ Elősegíteni az interperszonális növekedést
 - ◆ Életkészségek átadásának elősegítése

Egy edzőnek teljes fejlesztési folyamatot kell figyelembe vennie és minden esetben ezen szempontok alapján dolgoznia, hogy a sportolójából kihozassa/a sportolója elérhesse a benne lévő maximumot. Különösen a gyerekekkel dolgozó edzőknél fontos, hogy teljes fejlesztésben gondolkodjanak, a témával kapcsolatban pedig rengeteg szakanyag és tanács érhető el az icoachkids.org honlapon.

**TODD WOODCROFT:
ISMERD AZ ELLENFELED! – HOGYAN
KÉSZÜLJÜNK FEL EGY MÉRKŐZÉSRE?**

A magyar válogatott szempontjából is izgalmas előadást tartott a Vermont Egyetem akkori vezetőedzője: Todd Woodcroft az osztrák válogatott elemzésén keresztül mutatta be, miként lehet felkészülni egy mérkőzésre.

Minél több információ áll rendelkezésünkre, annál felkészültebbek lehetünk a soron következő mérkőzéseinkre, a csapatok és mérkőzések előelemzése ezt a célt szolgálja. Az előadó bemutatta, hogy minden ellenfelükről, amellyel találkoznak a szezon során, átfogó elemzést készítenek. Ez azt jelenti, hogy 4-5 mérkőzés kielemezése során – ami kb. 15 órát vesz igénybe – meg kell keresni a csapat erőseit és gyengeségeit, meghatározni az alapkövet, mely köré épül az adott csapat.

Az elemzett csapat minden játékelemét külön veszik, valamint minden játékosra kiterjed az elemzés. Ilyenekre különböző min-

tákat mutatott be, mint például a védekező harmadban lévő erős oldali hátvéd a korongbedobásnál jobb vagy balkezes ütőfogással játszik? Hány balos center van?

Minden elemzés végére meg kell találni azokat a mintákat és alapköveket, melyek a legjobban leírják az ellenfél játékát. A kiválasztás után a stáb illeszti be a havi, heti, napi edzésprogramokba, felkészülésbe azokat az elemeket, melyek a következő mérkőzésen segíthetik a csapatot.

Miért fontos a felkészülés és az elemzés? Miért csináljuk? Azért, hogy minél több mérkőzést nyerjünk! Minden apró, extra információval felkészültebbek tudunk lenni, mely hozzásegítheti a csapat eredményesebb szerepléséhez.

**JEAN CÔTÉ: TRANSFORMATIONAL
COACHING ÉS LEADERSHIP**

Jean Côté professzor kutatása többek között a gyermeksporttal és az edzőképzéssel kapcsolatos témákra összpontosított.



Jean Côté



Ha egy játékos edző nélkül is tud fejlődni, akkor mit ad az edző?

A kutatás során azt az eredményt kapták, hogy nagyobb arányban jönnek ki profi játékosok egy kisebb városból, mint egy nagyobból, a példa erre, hogy 9 év alatt 5 NHL-játékos érkezett egy dán kisvárosból. Az eredményt látva vizsgálni kezdték az okokat és megpróbálták arra a kérdésre választ kapni, hogy mitől lesz egy edző jobb, mint a másik és tud jobban, többet, hatékonyabban átadni egy játékosnak?

Először is mitől jó egy edző? A nyert mérkőzések számától? Hogy jól érzik magukat a játékosok? Sokat fejlődnek? Sokat eddzenek? Az eredmények azt rajzolták ki, hogy a 4C-t (Competence, Confidence, Connection, Character – Versenyképesség, Önbizalom, Kapcsolatok, Karakter) egyaránt fejleszteni kell.

Ha egy játékos edző nélkül is tud fejlődni, akkor mit ad az edző? Stratégiát, visszajelzéseket – de még mindig nem éri el a maximális fejlődését. Az edző-játékos kapcsolat során kiemelkedően fontos a kommunikáció: ugyanaz a mondat lehet fejlesztő és degradáló is. Egy edző akkor tudja elérni a maximális fejlesztési szintet, ha a kommunikációs csatornákon keresztül át tudja adni a játékos számára a megfelelő tudást.

Kiemelkedően fontosak az inter- és intrapersonális kapcsolatok és kommunikáció – egy jó és egy kiváló edző közötti különbség nem tudásbéli.

Minden sportban megkülönböztetünk három féle edzői szerepet:

- ◆ „Toxikus” edző: negatív dolgokat erősít meg
- ◆ „Jó” edző: a pozitív dolgokat erősíti meg, illetve fejleszti, ugyanakkor a negatívumokra visszajelez, de nem fejleszt
- ◆ „Kiváló” edző: A pozitív és negatív dolgokat egyaránt fejleszti

Mi az a transformational leadership? Egy játékos megfigyeli az edzőit és az alapján viselkedik. Ha késik, akkor a játékos is fog, ha ordít a bíróval, akkor a játékos is fog. Az edző testbeszéde és viselkedése kihat a játékosaiéra is, ez pedig közvetlenül hat a teljesítményre.

Ha egy játékost bevonunk a fejlesztésbe és megértjük vele, mit miért kell csinálnia, könnyebben tudja elsajátítani és megtanulni, amit kell. Ezért a játékosokat aktívan kell tartani és partnerként kell bánni velük, hogy magukénak érezzék az edzéseken tanult folyamatokat. A játékos érzékeli a befektetett munka mennyiségét és minőségét, ezáltal hinni fog a képzési folyamatban, és eredményesebben fog tudni fejlődni.

Gondolatébresztőként ebből az előadásból érdemes megjegyezni, hogy nem az a lényeg, milyen jól felkészült edző vagy, hanem hogyan dolgozol és adod át a tudásod.

CARA MOREY:**AZ ÖRDÖG A RÉSZLETEKBEN REJLIK**

Cara Morey, a Princetoni Egyetem The Tigers női jégkorongcsapatának vezetőedzője részt vett a Hockey Canada női edzőfejlesztési kezdeményezésében, amelynek célja a világszínvonalú teljesítmény és vezetői képességek előmozdítása. Előadásában részletesen bemutatta, hogyan épül fel egy éves, havi, illetve heti terv az egyetemen. A legfontosabb üzenete a prezentációnak a tervezés, a tervszerű munka fontossága volt. A tervezések fő pillérjei a „Teach and Train” vagyis tanítani és edzeni a testet és az agyat.

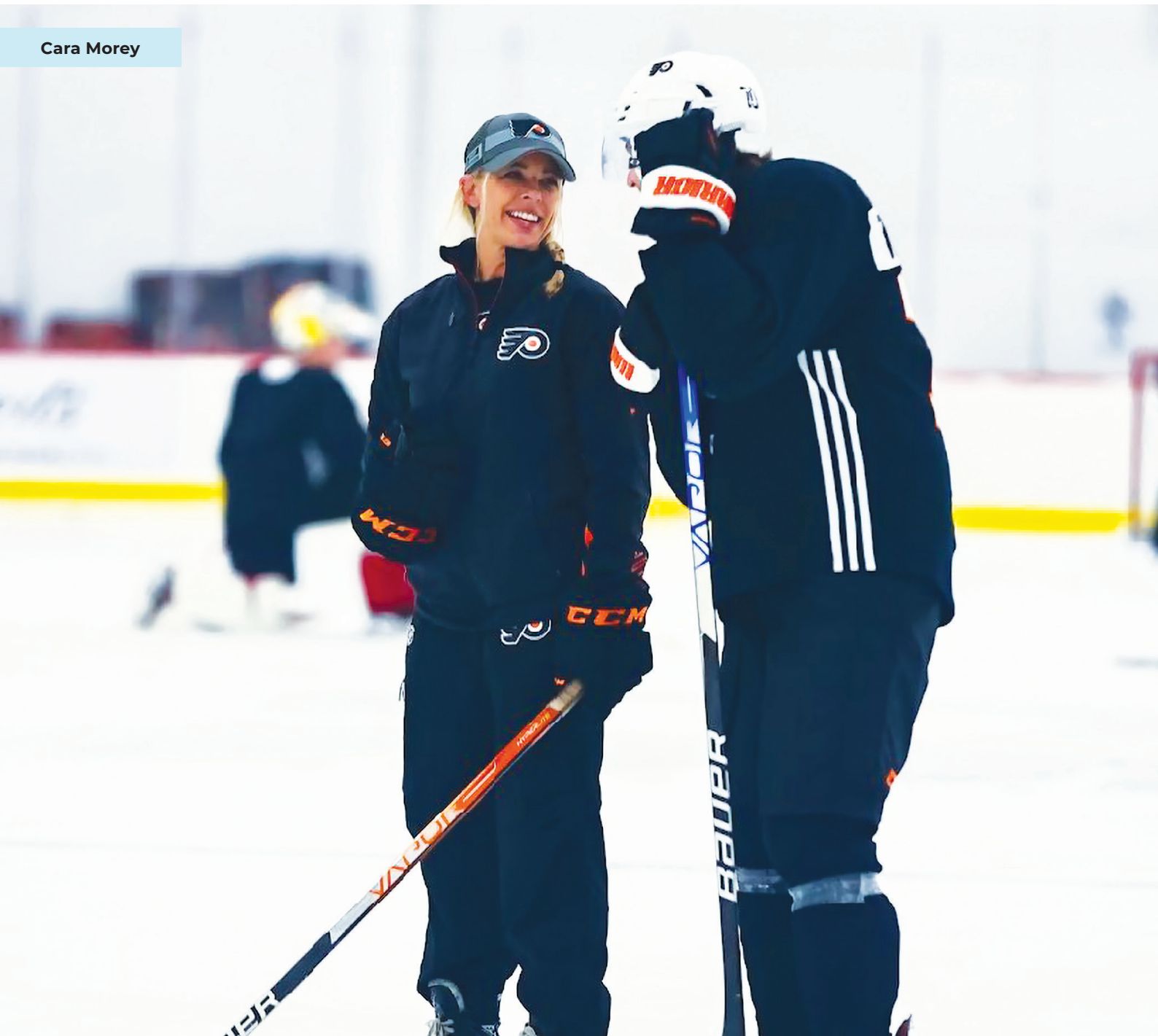
Az egyetemi csapatánál a következőképpen épül fel egy heti terv:

- ◆ Hétfő: száraz edzés, elemzés, videó, jeges edzés
- ◆ Kedd: videó és jeges edzés
- ◆ Szerda: száraz edzés, videó, jeges edzés
- ◆ Csütörtök: videó, jeges edzés
- ◆ Péntek: átmozgató jeges edzés, videó, meccs
- ◆ Szombat: videó és meccs
- ◆ Vasárnap: szabadnap

A heti tervezés fő jelmondata a „Review and Preview”, ami annyit takar, hogy négy szempont szerint áttekinti az elmúlt és adott heti edzéseket és mérkőzéseket.

1. Elemzés: Biometrikus mérés. Az edzések során pulzsmérőövet használnak a játékosok, így folyamatosan figyelemmel tudja kísérni a terhelést. Ezen

Cara Morey



információk függvényében építi fel a gyakorlatokat, határozza meg a szabadnapokat és optimalizálja a teljesítményt. Minden gyakorlatot, amit a jégen használ, 1-től 5-ig terjedő intenzitási értékel látott el.

2. Értékelés: Használj statisztikát, hogy mérni tud a sikert! A mérkőzések elemzésére egyéni és csapatstatisztikákat készít, amelyet a csapatnak is prezentál minden héten. Az egyéni statisztikák közé tartoznak a megnyert vagy elvesztett korongbedobások, ezek százalékos aránya, kapuralövések, lövéspróbálkozások, gólok, gólpaszok, a gólhelyzetek kialakításban aktív részvétel, korongszerzések, korongeladások. A csapatstatisztikákban részletesen lebontja a lövések, a gólhelyzetek, a megszerzett és eladott korongok, a létszámfölényes szituációk számát harmadonként.

3. Javítás: A statisztikai kiértékelést követően újra visszanezi a mérkőzést, így pontosabb képet kap arról, melyek voltak azok a játéksituációk, részletek, amelyekben javulniuk kell.

4. Beállítás/módosítás: Nagyrészen a videózások témáját, százalékos arányát jelenti, illetve azon taktikai elemeket, amelyeken változtatni szeretne a következő mérkőzésre az ellenféltől függően.

	Saját Csapat	Ellenfél
Hétfő	100%	
Kedd	80%	20%
Szerda	40%	60%
Csütörtök	50%	50%
Péntek	80%	20%
Szombat	50%	50%

Mike Snee



Minden mérkőzésnapon van egy úgy nevezett „Game Day Grit Video”, amelyben az előző mérkőzésekről összegyűjti a blokkolt lövéseket, „ütkezéseket” és minden olyan pillanatot, amely motiválóan hat a játékosokra és a csapatszellemet erősíti.

A prezentációt azzal zárta, hogyan építi fel a kapcsolatot a játékosokkal. Minden hónapban egyéni megbeszéléseket tart: az ún. „Jersey Number Meeting”-en például 13-án a 13-as mezzszámú játékosal van megbeszélése. Az edzői irodájában van egy persely, amelybe mindig beledob egy pénzérmét, miután beszélt a játékosával. Ezzel érzékelteti, hogy először be kell „fektetni” a játékosba és csak utána lehet „kivenni”. Ahogy telik a persely, úgy látja, hogy mennyi gondoskodást, munkát, érdeklődést fektetett beléjük, amit a játékosok is meg fognak hálálni.

MIKE SNEE: MINNESOTÁT FINNORSZÁG IHLETTE

Mike Snee, a College Hockey, Inc. ügyvezető igazgatója, az USA Hockey és az US Hockey Hall of Fame igazgatótanácsának is tagja. Mielőtt csatlakozott a College Hockey Inc.-hez, a Minnesota Hockey ügyvezető igazgatója volt, korábban pedig kilenc évet töltött a Minnesota Sports & Entertainmentnél, az NHL-es Minnesota Wild anyavállalatánál. A munkásságát tekintve látható, hogy ismeri és elkötelezett a minnesotai jégkorong iránt.

Az előadása során egy női és férfi jégkorongozó példáján keresztül bemutatta, hogy miért fontos, hogy minden régióban minőségi klubok működjenek. Minnesota állam jégkorongfejlesztési programját Finnország ihlette, ahol egy-egy játékosnak nem kell kilométereket utaznia és/vagy országot váltania, hogy elérhessen a legmagasabb szintre.

Minnesota	Finnország
5,7 millió lakos	5,6 millió lakos
206 000 km ²	338 000 km ²
Januárban: -6°C	Januárban: -3°C
67 000 jégkorongozó	67 000 jégkorongozó

Egy jégkorongozó fel tud nőni úgy, hogy gyerekkori barátaival tölti az idejét, családjával lakik és ugyanabba az iskolába jár. Ezek nem csak a játékosnak fontosak, hanem a közösségnek is, hiszen, amikor később saját városa csapatában kikorcsolyázik egy felnőtt mérkőzésre, akkor a szurkolók szemében egy lesz közülük, aki velük és közöttük nőtt fel. Ryan McDonagh, Stanley-kupagyőztes játékos szavaival összefoglalva: „Az NHL-ben olyanokkal játszol együtt, akik a világ minden tájáról indulva, különböző utakon át (juniorok, főiskola, európai ligák) kerültek a ligába. Számomra szórakoztató volt hallani reakciókat, amíg a középiskolában játszottam, és otthon laktam egészen az NHL-draft évemig. Tudod, hogy sok srác 14-15 éves korában elindul otthonról, mennek különböző ligákba, azaz kivételes

lehetőség, ha otthon maradhatsz, hiszen a leghosszabb buszút 40 perc, amit egyre jobban értékelek. Sokat elmond a sportágról, hogy Minnesota-államban miként állnak hozzá, nekem különleges időszak volt az életemben.”

Miben is rejlik a minnesotai jégkorong program ereje? Megfizethető, elérhető, helyi és inspiráló!

- ◆ Városi (nyilvános) jégpályák
- ◆ Nonprofit csapatok 16 évesnél fiatalabak számára
- ◆ Ott kell játszani, ahol élsz!
- ◆ Önkéntesen vagy minimális fizetésért dolgozó edzők
- ◆ Nagyon kevés utazás
- ◆ 150 csapat a legjobb 14 éveseknek
- ◆ 150 csapat a legjobb 18 éveseknek
- ◆ Jelentős széleskörű kulturális hatás, inspiráló!

Taylor Heise és Noah Cates ennek az inspiráló hatásnak a nagykövetei, hiszen mindkét játékos egész gyermekkorában egy csapatban játszott! A helyi állami iskolába jártak és egész gyermekkorukban otthon laktak, nem is fizettek óriási összegeket a jégkorongozásért.

**PAUL BOUTILIER:
VÉDEKEZÉSFEJLESZTÉSI PROGRAM
- LASSABB TANÍTÁS,
GYORSABB EREDMÉNYEK**

Paul Boutilier tagja volt az 1982–1983-as szezonban Stanley-kupát nyert New York Islandersnek. Edzőként dolgozott az NHL-ben mint fejlesztő edző, a kanadai egyetemi ligában, a QMJHL-ben és az AHL-ben is.

Az előadását Al Arbourtól hozott idézettel kezdte, amely így szól: *„A védekezés olyan játék, ahol limitárod a hibáid számát, ebből adódóan nem építesz semmit”.*

Ezzel az idézettel és egy képpel mutatta be, milyen volt a 80-as évek jégkorongja az NHL-ben, ahol az volt a védekező taktika egy 50 gólos csatárral szemben, hogy le kell birkózni, bármi áron, de meg kell őt állítani.

Ellenben a mai modern jégkorongban minden hátvéd jól kezeli és mozgatja a korongot, több szabadságot kapnak a játékban és bátran mernek rizikós megoldásokat is bevállalni. Az is változás a hátvédek szerepkörét illetően, hogy emberelőnyös soronként már csak egy hely jut nekik. Elképzelhető, ha ezeket a tendenciákat nézzük, 2030-ra nem lesz hátvéd az emberelőnyös sorokban, illetve az emberhátrányos szituációkat három, akár négy hátvéd fog játszani.

Paul részt vett egy hátvédeknek szóló program megalkotásában, amely a „44

másodperc védekező fejlesztési program” nevet kapta. Arra, hogy miért ezt a nevet adták a programnak, úgy fogalmazott, hogy egy 45 másodperces csere alatt az edzőnek 1 másodpercre van hatása, amikor a korong a játékosnál van. A program célja pedig, hogy a maradék 44 másodpercre fókuszáljon, mielőtt a játékoshoz kerül a korong, vagy miután már nincs nála.

A program a következő pontokra épül:

- ◆ A játékosok elméje. Hogyan tudod a játékosok elméjét lelassítani (lenyugtatni), miközben a játék sebessége és a végrehajtások sebessége nő?
- ◆ Mit látsz? Meg kell érteni, hogy a játékos hogyan látta az adott szituációt belülről. A játékosok „szeme” különböző, van, aki keveset lát a jégen, van, aki túl sokat és van, aki egyáltalán nem látja az adott helyzetet. A tanulási folyamat a következő „mind-process-act”, azaz „észlelés-feldolgozás-cselekvés”
- ◆ Mit kellene látnod? Az adott játékszituációt képként kell értelmezni, értenie kell a játékosnak a szituációt, hogy tovább lehessen őt tanítani
- ◆ Mikor és hogyan kellene előre olvasni a játékot?



- ◆ Taníts a játékos tanulási sebességével! Gyakori hiba az edzők részéről, hogy túl sokat és túl hamar akarnak tanítani. Lassíts le, fókuszálj egyszerre csak egy-két részletre!

A program tanítási szakaszai szezon közben:

1. Egyéni (3-4 hónap): fontos, hogy először egyénileg tanítsuk a játékosokat, hiszen különböző részletekben kell jobbnak lenniük. Meg kell próbálnunk őket azonos szintre hozni, hogy utána csoportosan fejleszthessük őket

2. Csoportos (2-3 hónap): lehetnek akár hátvédpárok, akár mind a 8 hátvéd. Mivel mindenki túlvan a 3-4 hónapos egyéni tanításon, sokkal könnyebb és hatékonyabb a csoportos tanítás

3. Playoff: önbizalom-növelés a cél, a fő fejlesztő szakasz már megtörtént a szezon során, ne legyen „over coaching” ebben az időszakban

Elvek, amelyekre a tanítási szakaszok épülnek:

- ◆ Lassíts le, hogy később hasznod legyen belőle (egyéni fejlesztés)!
- ◆ Maximum egy-két tanítási pont egy időben
- ◆ Ne taníts túl sokat, túl korán!

- ◆ Önbizalom növelés

Technikai kulcspontok, amelyekre a tanítási szakaszok épülnek:

- ◆ Szemek, fej fent
- ◆ Felsőtest magasan tartása
- ◆ Lábak nem lehetnek szélesebben a vállaknál
- ◆ Ütő a jégen, magad előtt
- ◆ Felső kéz ne legyen távolabb a test előtt, mint 30–50 cm
- ◆ Felső kéz és a csukló természetes tartásban legyen zárva

Összegezve: egy időben csak egy-két dologra érdemes fókuszálni. Hagyjunk időt a játékosoknak a gyakorlásra, a játék megértésére és a fejlődésre!

JAMES VAUGHAN: KÉSZSÉGEK FORMÁLÁSA

Dr. James Vaughan jelenleg futballedzőként dolgozik, és kutatásokat végez az edzőképzés fejlesztésére, szakterülete a játékosok játékfel fogásának és a játék megértésének fejlesztése csapatsportokban. Előadásában részletesen végig vette, hogyan javíthatják az edzők megfigyelőképességüket, döntéshozatalukat és a játékosok cselekedeteit. A rengeteg videóval tűzdelt előadását javasoljuk a thecoachessite.com honlapon elérhető teljes videóját megnézni!



SZERZŐ: DR. NAGY ATTILA

Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



Mit mesélnek a számok?

Szemlénk előző számában már sorra vettük a korosztályos világbajnokságokat, most pedig folytatjuk a sort: a férfi felnőtt és U18-as válogatott 2023-as világbajnoki szereplését mutatjuk be szigorúan a számok, a statisztikai adatok tükrében.

A cikkben a csapatok eredményeit vizsgáltuk meg a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) honlapján elérhető hivatalos statisztikai adatok alapján, illetve a csapatok összeállítását mutatjuk be különböző szempontok szerint. A tornákat időrendi sorrendben követjük végig, így a férfi U18-as csapattal kezdjük az áttekintést.

U18-AS VILÁGBAJNOKSÁG

Magyarország férfi U18-as válogatottja 2023 áprilisában Franciországban szerepelt az IIHF U18 divízió 1/A-világbajnokságon. A csapatot a tavalyi eredmények után előze-

tesen az 4. helyre rangsorolták, ugyanakkor remek mérkőzéseket játszva sokáig közel állt az érem szerzéshez is, ugyanakkor a végén mégiscsak a jósolt 4. helyen zárt. A világbajnokságon a házigazda Franciaország mellett Kazahsztán, Japán, Dánia, Ukrajna és Magyarország vettek részt. A torna körmérkőzéses rendszerben került lebonyolításra, ahol mindenki mindenkivel egyszer játszott. A győztes 3 pontot szerzett, a hosszabbításos győzelem 2 pontot, míg a hosszabbításos vereség 1 pontot jelentett. Az országok alapvető adatait foglaltuk össze a lenti táblázatban (1. Táblázat) az IIHF honlapján elérhető adatok alapján.

	Magyarország	Ukrajna	Japán	Kazahsztán	Franciaország	Dánia
Férfi felnőtt játékosok (fő)	1632	1641	6602	1443	7620	2527
Férfi UP-játékosok (fő)	5745	3521	8336	2718	9524	1918
Fedett jégpályák száma	57	26	79	34	107	27
Nyitott jégpályák száma	5	3	4	139	10	0
Népesség (fő)	9 699 577	43 528 136	124 214 766	19 398 331	68 305 148	5 920 767
Férfijátékosok száma népességarányosan	0,059%	0,008%	0,007%	0,014%	0,014%	0,032%
Fedett jégpályák száma népességarányosan (pálya / fő)	0,00059	0,0000006	0,0000006	0,00018	0,00016	0,00046
Egy fedett jégpályára jutó férfi UP-játékosok száma (fő)	100,8	135,4	105,5	79,9	89,0	71,0

1. táblázat: Az U18-as világbajnokság országadatainak összehasonlítása

Magyarország számai kifejezetten jók az utánpótlás-játékosok és jégpályák számát tekintve, ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy ezen számok nem feltétlen adnak megfelelő összehasonlítást a versenysport tekintetében, mert a játékosok esetében a verseny- és hobbisportolók számát összegezve rögzítik. Az adatokat egymáshoz viszonyítva már érdekesebb számokat láthatunk a következő táblázatban.

A magyar számokat tekintve népességarányosan nálunk van a legtöbb igazolt utánpótlás-játékos, valamint

Norvégia után nálunk jut a legtöbb jégpálya egy főre vetítve. Az utánpótlás-játékosok és a jégpályák számát tekintve már nem vagyunk az élen, 100 játékosra jut egy pálya, míg ellenfeleink esetében Ukrajnában és Japánban kell több játékosnak osztoznia egy jégpályán. A csapatösszeállításokat tekintve az alábbi táblázat foglalja össze a szövetségek által leadott adatokat (2. Táblázat). Testmagasság és testsúly tekintetében a mezőnyben elől vagyunk, míg a hazai és légiós játékosok tekintetében a középmezőnyben voltunk.

	Magyarország	Ukrajna	Japán	Kazahsztán	Franciaország	Dánia
Testmagasság (cm)	184	183	174	184	176	183
Testsúly (kg)	79	78	71	77	74	79
Átlag életkor	17	17	17	17	17	17
Hazai	14	0	16	19	19	12
Légiós	8	22	6	3	3	10

2. táblázat: Az U18-as világbajnokság játékosadatainak összegzése

Egy csapat eredményességét nagyban meghatározza a lövéseinek hatékonysága, emberelőnyős és hátrányos játéka, valamint a kapusok védési százaléka. Ezen

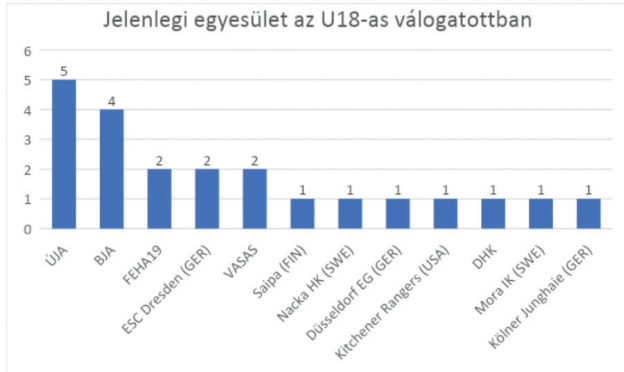
statisztikai eredményeket külön-külön és országonként rangsorolva, majd ezen rangsorokat összeadva az alábbi sorrendet kaptuk (3. Táblázat).

Ország	Rangsorok összegzése
Dánia	7
Kazahsztán	11
Japán	12
Ukrajna	14
Franciaország	18
Magyarország	22

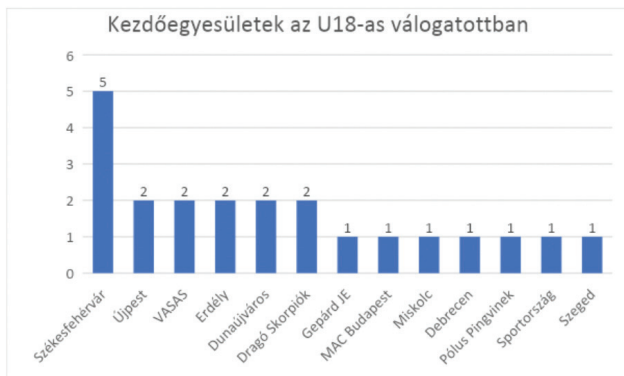
3. táblázat: Az U18-as világbajnokság rangsorainak összegzése

A fenti adatokat összegezve elmondható, hogy Kazahsztán – bár ez en összegző rangsorban csak a második helyen végzett – feljutása köszönhető a dán csapat franciák elleni vereségének is. A mieink utolsó mérkőzése nem sikerült a legjobban, a sok fegyelmezetlenség, 60 percnyi kiállítás torzítja a statisztikai mutatókat. Ugyanakkor a világbajnokság utolsó mérkőzésén is meg volt az esély az éremszerzésre. A magyar csapat szoros mérkőzéseket játszott, két győzelem, egy szétlövés utáni vereség, egy három- és egy hétgólos vereség mellett zárta a tornát 7 pontot szerezve a 4. helyen.

Ugyan a helyezésekre nincs hatással, de érdekességképpen megvizsgáltuk a keret összetételét, hogy melyik egyesületben kezdtek el jégkorongozni, illetve mely csapatból, országból érkeztek a játékosok a vb-re, ezeket a következő ábrák mutatják be.



1. ábra: Az U18-as válogatottban játszó játékosok aktuális csapatai



2. ábra: Az U18-as válogatottban játszó játékosok kezdőegyesületei



U18-AS DIVÍZIÓ 1/A-VILÁGBAJNOKSÁG, ANGERS

1. forduló: –Kazahsztán 0–3 (0–0, 0–3, 0–0).

Kapus: Csala 30/33

2. forduló: –Franciaország 2–0 (0–0, 1–0, 1–0).

Gólok: Ravasz, Németh Z. (Ravasz). **Kapus:** Csala 23/23

3. forduló: –Ukrajna 2–3 (1–0, 1–1, 0–1, 0–0, 0–12) – szétlövésrel.

Gólok: Nemes M. (Prókai, Ravasz), Haranghy (Bodzai). **Kapus:** Csala 25/27

4. forduló: –Japán 4–2 (1–1, 1–0, 2–2).

Gólok: Franyó (Barna, Szabó-Rácz), Mihalik (Nemes M., Farkas O.), Franyó (Laskawy, Szabó-Rácz), Mihalik (Farkas O., Nemes M.). **Kapus:** Csala 29/31

5. forduló: –Dánia 0–7 (0–3, 0–2, 0–2).

Kapusok: Csala 17/22, Váradi 4/6

A VÉGEREDMÉNY						
1.	Kazahsztán	5	4	–	–	12
2.	Dánia	5	3	1	–	11
3.	Japán	5	2	1	–	8
4.	MAGYARORSZÁG	5	2	–	1	7
5.	Ukrajna	5	–	2	1	5
6.	Franciaország	5	–	–	2	2

Kazahsztán feljutott az elitbe, Franciaország kiesett a divízió 1/B-be.

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2024. április 14–20., Dánia): Németország, Dánia, Japán, Ukrajna, Ausztria

FÉRFI FELNŐTT VILÁGBAJNOKSÁG

Magyarország férfi felnőtt válogatottja 2023 májusában Tamperében szerepelt az IIHF („A-csoportos” vagy „elit-”) világbajnokságán. A vb-t a Lettország (Riga) és Finnország (Tampere) közösen rendezte. A magyar csapatot feljutóként a tamperei csoportba sorolták és a 8. helyre várták. A csapat helyenként jól játszott, ennek ellenére nem sikerült bennmaradás, végül összesítésben a 15. helyen zárta a tornát.

A vb-n a mezőnyt két nyolcasra bontják, a csoport első négy-négy helyezettje jut be a negyeddöntőkbe, míg

az utolsó helyezett csapatok kiesnek a divízió 1/A-ba. Magyarország mellett Finn-, Svéd-, Német- és Franciaország, valamint az Egyesült Államok, Dánia és Ausztria vettek részt a B-csoportban. A csoportmérkőzések körmérkőzéses rendszerben kerültek lebonyolításra, ahol mindenki mindenkivel egyszer játszott. A győztes

3 pontot szerzett, a hosszabbításos/szétlövéses győzelem 2 pontot, míg a hosszabbításos/szétlövéses vereség 1 pontot jelentett.

Az IIHF honlapján elérhető adatok alapján az országokat összehasonlító táblázatot készítettünk az a magyar csapattal egy csoportban szereplő országokról (4. táblázat).

	Magyarország	Németország	Svédország	Franciaország	Finnország	Egyesült Államok	Dánia	Ausztria
Férfi felnőtt játékosok (fő)	1632	5291	11163	7620	25085	143012	2570	3302
Fedett jégpályák száma	57	143	365	107	289	1555	27	49
Nyitott jégpályák száma	5	76	34	10	84	500	0	72
Népesség (fő)	9 699 577	84 316 622	10 483 647	68 305 148	5 601 547	337 341 954	5 920 767	8 913 088
Férfi felnőtt játékosok száma népesség-arányosan (%)	0,017%	0,006%	0,106%	0,011%	0,448%	0,042%	0,043%	0,037%
Fedett jégpályák száma férfi felnőtt játékosokra vetítve	0,03	0,03	0,03	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Egy fedett jégpályára jutó férfi felnőtt játékosok száma (fő)	28,63	37,00	30,58	71,21	86,80	91,97	95,19	67,39

4. táblázat: A férfi felnőtt világbajnokság országadatainak összehasonlítása (tamperei csoport)

Magyarország számai kifejezetten jók a férfi felnőtt játékosok és jégpályák arányát tekintve, ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy ezen számok nem feltétlen adnak megfelelő összehasonlítást a versenysport tekintetében, mert a játékosszámok esetében a verseny- és hobbisportolók számát összegezve rögzítik – nálunk nagyságrendileg 5 százaléka a létszámnak, aki hivatásos sportolónak tekinthető). Az adatokat egymáshoz viszonyítva már ér-

dekesebb számokat láthatunk a következő táblázatban. A magyar számokat tekintve népességarányosan a középmezőnyben vagyunk, ugyanakkor nálunk jut a legtöbb jégpálya egy férfi felnőttjátékosra vetítve.

A csapatösszeállításokat tekintve az alábbi táblázat foglalja össze a szövetségek által leadott adatokat (5. Táblázat). Az adatok alapján mezőnyközépen helyezkedik el a magyar csapat minden viszonylatban.

	Magyarország	Németország	Svédország	Franciaország	Finnország	Egyesült Államok	Dánia	Ausztria
Testmagasság (cm)	185	184	185	185	187	184	184	185
Testsúly (kg)	87	86	88	89	89	85	87	86
Átlag életkor	27	26	28	27	29	25	28	27
Hazai	16	19	10	14	6	17	10	18
Légiós	9	6	15	11	19	8	15	7

5. táblázat: A férfi felnőtt világbajnokság játékosadatainak összegzése (tamperei csoport)

Egy csapat eredményességét nagyban meghatározza a lövéseinek hatékonysága, emberelőnyős és hátrányos játéka, valamint a kapusok védési százaléka. Ezen sta-

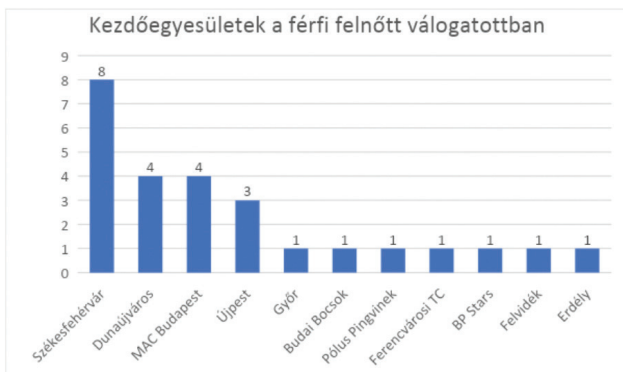
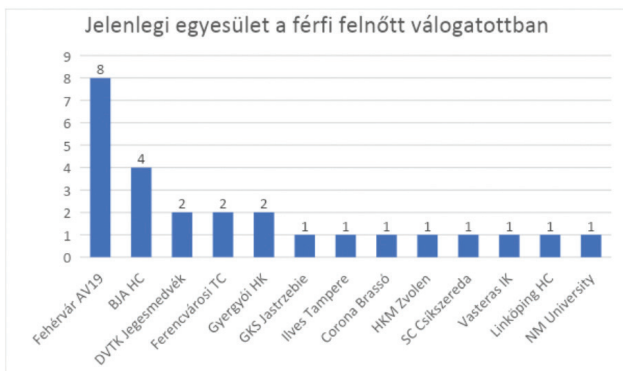
tisztikai eredményeket külön-külön és országonként rangsorolva, majd ezen rangsorokat összeadva az alábbi sorrendet kaptuk (6. Táblázat).

Ország	S (lövés)	PP (emberelőny)	SH (emberhátrány)	GK (védési hatékonyság)	Rangsorok összegzése
Egyesült Államok	3	3	3	2	11
Svédország	6	4	2	1	13
Németország	1	6	4	3	14
Dánia	2	2	5	5	14
Finnország	5	5	1	4	15
Ausztria	7	1	6	7	21
Magyarország	4	8	8	6	26
Franciaország	8	7	7	8	30

6. táblázat: A férfi felnőtt világbajnokság rangsorainak összegzése (tamperei csoport)



A fenti adatokat összegezve ugyan Franciaország mögöttünk végzett és a jégén hosszabbításban meg is vertük, de két másik mérkőzésen is sikerült pontot szereznie, így végül 4 ponttal előttünk zárt a csoportban. A speciális játékhelyzeteket tekintve sajnos mindkét esetben a mezőny végén jártunk, 13 emberelőnyből 1 gólt lőttünk, míg 22 emberhátrányból 11 gólt kaptunk. A magyar csapatnak az utolsó mérkőzésig esélye volt a bennmaradásra, az osztrákok elleni ki-ki mérkőzésen döntött el a kiesés. Sajnos ezen a mérkőzésen bár vezetünk, végül szétlövés során alulmaradtunk, így összességében 3 pontot gyűjtve a csoport utolsó helyén végeztünk. Összehasonlításképp 7 évvel ezelőtt Szentpéterváron is 3 pontot gyűjtött a csapat, de akkor egy győzelemmel Fehéroroszország ellen. Ugyan a helyezésekre nincs hatással, de érdekességképpen megvizsgáltuk a keret összetételét, hogy melyik egyesületben kezdtek el jégkorongozni, illetve mely csapatból, országból érkeztek a játékosok a vb-re, ezeket a következő ábrák mutatják be.



FELNÖTT, ELIT-VILÁGBAJNOKSÁG, TAMPERE, FINNORSZÁG

A-CSOPORT

- 1. forduló: –Dánia 1-3** (0–1, 0–1, 1–1).
Gól: Sofron (Szabó B., Bartalis I.). **Kapus:** Bálizs 41/44
- 2. forduló: –USA 1-7** (1–2, 0–2, 0–3).
Gól: Sofron (Szabó B., Bartalis I.). **Kapus:** Horváth D. 43/50
- 3. forduló: –Franciaország 3-2** (1–1, 1–1, 0–0, 1–0) – hosszabbítással.
Gólok: Stipsicz (Sebők, Hári J.), Galló V. (Sebők, Kiss R.), Bartalis I. (Erdély Cs., Horváth M.). **Kapus:** Bálizs 26/28
- 4. forduló: –Svédország 1- 7** (1–3, 0–3, 0–1).
Gól: Kiss R. (Bartalis I., Garát). **Kapus:** Horváth D. 44/51
- 5. forduló: –Finnország 1-7** (0–1, 0–1, 0–5).
Gól: Sebők (Pozsgai, Galló V.). **Kapus:** Bálizs 37/44
- 6. forduló: –Németország 2-7** (0–1, 0–3, 2–3).
Gólok: Terbócs (Vincze P., Papp K.), Fejes (Stpsicz, Sebők). **Kapus:** Horváth D. 26/33
- 7. forduló: –Ausztria 3-4** (2–1, 1–2, 0–0, 0–0, 0–1) – szétlövással.
Gólok: Sofron I. (Erdély Cs., Bartalis I.), Sofron I. (Sebők, Stipsicz), Horváth M. (Papp K., Nagy G.).
Kapus: Bálizs 29/32

A B-CSOPORT VÉGEREDMÉNYE								
1.	USA	7	6	1	–	34–8	20	
2.	Svédország	7	5	1	1	–	26–7	18
3.	Finnország	5	–	1	1	–	28–15	16
4.	Németország	7	4	–	–	3	27–16	12
5.	Dánia	7	2	1	–	4	19–26	8
6.	Franciaország	7	–	1	2	4	10–31	4
7.	Ausztria	7	–	1	1	5	11–27	3
8.	MAGYARORSZÁG	7	–	1	1	5	12–37	3

Azonos pontszám esetén az egymás elleni eredmény rangsolt. Magyarország kiesett a divízió 1/A-ba.

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2024. április 28. –május 4., Asiago, Olaszország): Szlovénia, Olaszország, Dél-Korea, Románia, Japán



SZERZŐ: DR. NAGY ATTILA

Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



Tízezer óra története

Az Európai Jégkorongklubok Szövetsége két nagyon hasznos és fontos rendezvényt is tartott a közelmúltban. A konferenciákon kiderült például, hány órába telik egy fiatal hokis kinevelése, hogy mik a legfrissebb trendek: előadhatott a Hydro Fehérvár AV19 és díjazták a Kárpáti Farkasokat is.

Valamikor 2005 táján az európai csapatsportágak egyesületei felismerték egy klubszövetség szükségességét. Ennek oka volt, hogy a csapatsportok akkori európai irányítási struktúrái nem képviselték az egyesületeket olyan mértékben, ahogyan ők igazságosnak és indokoltnak tartották volna. Különösen nem tükrözte a helyzet a klubok azon kritikus szerepét, hogy ők biztosítják minden nemzetközi esemény legfontosabb eszközét, a játékosokat.

Az európai klubjégkorong a bajnokságok szintjén az elmúlt 30-40 évben folyamatos változásokon ment keresztül az amatőrtől a félprofitól a teljesen profiig. Mára a jégkorongban a klubok feladata és kötelessége játékosokat toborozni, fejleszteni és alkalmazni, a legtöbb esetben 12 hónapos szerződéssel. Egy játékos kezdőből professzionálissá fejlesztése körülbelül 10 ezer órát vesz igénybe, ami 12-15 évnek felel meg. Tekintettel a klubok jelentős oktatási és pénzügyi felelősségére, szükségét érezték a nemzetközi irányítási struktúrák megreformálásának és kiigazításának – a nagy nemzetközi rendezvényeken kiaknázott egyre növekvő

kereskedelmi lehetőségekkel együtt. Csakúgy, mint a többi csapatsportban, a klubok a nemzetközi jégkorongban is igyekeztek együttműködni a meglévő sportszervekkel, hogy befolyást szerezzenek a döntési folyamatban. Mindezek nyomán 2015 februárjában született meg a gondolat az Európai Jégkorongklubok Szövetségéről.

KÉT ÉS FÉL MILLIÓ LÁTOGATÓ, HÚSZ SZÁZALÉK HOKI

A szervezet folyamatos bővülése révén immár 100 taggal rendelkezik, magyarországi csapatok közül tagja a Hydro Fehérvár AV19, a DEAC, a DVTK Jegesmedvék és az idei Erste Liga-győztes Gyergyói HK. A 2022–2023-as szezon után a Prágában tartott évzáró eseményen a Hydro Fehérvár AV19 bemutathatta kiemelkedő marketingtevékenységét. Ezen az eseményen az érdi Kárpáti Farkasok utánpótláscsapatát is díjazták a Kanken Youth Hockey Awarddal, mely a klub utánpótlásfejlesztési és játékosmegtartási programját ismerték el.

A 2023–2024-es szezonnyitó eseményeként a legutóbbi világbajnokság helyszínén, a finnországi Tamperében szerveztek kétnapos konferenciát. A Hockey Business Forum első napján a két nivós helyi csapat, a Tappara és az Ilves mutatta be utánpótlásprogramját, a Vierumäki központ pedig a legújabb fejlesztésű applikációját, mely a klubmunka támogatására szolgál. A délelőtt zárásaként kerekasztalbeszélgetésre került sor az előadók bevonásával.





Délután Észak-Európa egyik legmodernebb arénáját, a Nokia Arenát mutatták be. A csarnok a város és privát befektetők összefogásával épült a város központjában. Az épület nem vett el területet a várostól, mert a vasúti sínek fölé építették, így viszont óriási hivatást kellett megalkotniuk a vasút felé, mely építészeti kihívást jelentett. Ezen aréna ad otthon a finn bajnokság (Liiga) és a Bajnokok Ligája (CHL) győztesének, a Tapparának, illetve a finn bajnoki bronzérmes Ilvesnek is. Ugyan két topcsapat otthona is a Nokia AreNa, a jégkorong-rendezvények mégis csak 20 százalékát jelentik az összes programnak, egyéb kulturális rendezvényeket, sporteseményeket és koncerteket is tartanak benne, hiszen a 15 000 férőhely mellett 22 vendéglátóipari egység, kaszinó és 273 hotelszoba is található a komplexumban – egyes szobákból kilátással a küzdőterre.

Éves szinten 2,5 millió látogatója van a csarnoknak, a Liigában minden negyedik eladott jegyet ideveszik meg. A létesítmény körbejárása során bemutatták a két csapat öltözőit és kiszolgáló helyiségeit, melyek ugyan területre megegyeznek, de kialakításban eltérések vannak. Az Ilves öltözője sokkal komorabb, sötétebb, míg a Tapparé világosabb, letisztultabb.

KI FIGYEL A MEZEKRE?

A második napon a jeges szakmai kérdések helyét többnyire az új trendek, az üzleti élet és az európai jégkorong jövőjét boncolgató kérdései kerültek napirendre.

Az előadások sorát a Tappara és az Ilves üzleti modelljének bemutatása nyitotta. Aku Hautamäki ügyvezető a Tappara folyamatos építkezését mutatta be, mely során rengeteg NHL-játékost neveltek ki, többek között Alexander Barkovot, aki jelenleg a klub rész tulajdonosa is. A 2022–2023-as szezonban a

klub mindent megnyert, amit lehetett, a szezon során 350 000 hazai nézőjük volt és közel 17 millió eurós bevételük.

Az Ilves kevésbé sikeres, hiszen az elmúlt 50 évben mindössze egy bajnokságot nyert 1985-ben – jegyezte meg Mikko Mattila ügyvezető. A csapat üzleti eredményei a 2010-es évek elejére egyre rosszabbak lettek, ezért a tulajdonosok teljes vezetőségváltás mellett döntöttek. A fegyelmezett gazdálkodás és a megújított stratégia a korábban még akár a kiesés elkerüléséért küzdő klubot pénzügyileg és sporteredményileg is sikeres útra vezette.

A két csapat közösen használja az előbbieken bemutatott Nokia Arenát, ahol jég reklámfelületeit a felezővonal osztja ketté, minden egyéb felületen viszont az aktuálisan házigazda csapatnak számító klub színei és elképzelései dominálnak. Az aréna óriás kijelzője, dinamikus változó palánkreklámjai, valamint modern kialakítása nyújtotta támogatói megjelenések bemutatása jó alapot adott Felix Boronczyk előadásának, aki a Nielsen piackutató cég tapasztalatait foglalta össze a sportszponzoráció és a rövidtávú megtérülés kapcsán.

Felméréseik szerint a közvetítés során a sportot nézők mindössze 5 százaléka fókuszál a mezen lévő támogatói logókra. Ugyanakkor a helyszínen lévő nézők esetén a dinamikus reklámoknak nagyobb hatásuk van, mint a statikusan kihelyezett megjelenéseknek. Érdemes tehát ezeket a szempontokat is figyelembe venni a mezek, illetve jégcsarnokok tervezésénél, kommunikációs anyagok és marketingtervek készítésekor.

Az előadások elérhetőek itt:





ADATELEMZÉS, MESTERSÉGES INTELLIGENCIA

Robert Jonsson előadásában az üzleti lehetőségek összekapcsolását boncolgatta. Gyorsan változó világunkban sokan egyszerre szeretnék beépíteni minden újdonságot, de ez könnyen veszélyes lehet az üzleti eredményekre. Ezek alapja ugyanis, hogy minden apró lépést helyesen csináljon a szervezet, mindig kicsit javuljon, így 3-5 éven belül 10 százalékos növekedés is elérhető.

Mikko Simon előadásával zárult az első harmad: összefoglalta, hogy a mesterséges intelligencia (MI, vagy artificial intelligence, AI) használatában milyen lehetőségek rejlenek. A modern sportban szinte már nem is a mérkőzés a fontos, hanem a kulcspillanatok és a mögöttük lévő történet. A sportban elterjedt mérési rendszereknek köszönhetően már annyi adat áll rendelkezésre, hogy nincs akkora stáb, mely ezeket naprakészen elemezni tudná. Ebben tud segíteni az MI, azzal, hogy az adatok kapcsán jobb áttekinthetőséget, trendeket jelenít meg. Nem dönt, csak új oldalról, más szögből mutat be egy-egy esetet vagy hozzájárul a valós idejű adatelemzéssel a jobb döntések meghozásához, összességében elősegíti a növekedést, versenyelőnyt teremt, költséget csökkent, ami által a rendszer hosszabb távon fenntartható lesz. Felhívta a figyelmet arra is, hogy mekkora adatbázis (érték) áll rendelkezésére az európai topcsapatoknak, ha összefognak, hiszen sokkal többen vannak, mint az NHL-ben, illetve szinte mindegyiküknek komplett utánpótlás-programja is van. Az európai



jégkorong jövője ezen adatok együttes elemzésében rejlik, ehhez 3 kulcsponthoz határozott meg, melyet először minden csapatnak saját magánál kell elkezdenie:

Milyen adatok és milyen forrásból származnak?

Meg kell keresni az egyetemeket és a sportszerető cégeket!

A környezettel együtt kell építeni a jövőt, bevonni új embereket és partnereket.

Az első harmadszűnet után Bobby Sharma, a Bluestone befektetési alap vezetője foglalta össze, miért érdemes a jégkorongba investálni. A befektetési lehetőségek különböző megközelítései (szolgáltatások, média, technológia, sport) áttekintése után megállapította, hogy a jégkorong előtt óriási lehetőség áll, hiszen véleménye szerint a készen áll arra, hogy a következő jelentős globális sport-, média- és szórakoztatóipari termékként jelenjen meg.

Merav Savir következett, aki az adatelemzés fontosságára hívta fel a klubok figyelmét. Mérések szerint a csapatok mindössze a szurkolók 2 százalékát ismerik, ezért nagyon fontos, hogy több energiát fektessenek a szurkolók megismerésébe, mert ezen adatok alapján lehet még jobban megnyerni, elkötelezettebbé tenni őket a csapat iránt. Online szurkolói klub létrehozása, vagy egy applikáció fejlesztése mind segítséget ad a szurkolók megismeréséhez, valamint a számukra személyre szabott ajánlatok készítéséhez. Mely szurkoló ne örülne, ha születésnapján kedvenc klubja köszönti őt és még a webshopban kedvezményes vásárlást is biztosítana számára? Összefoglalásában kitért arra is, hogy a növekvő szurkolói bázis már a üzleti eredményekben is láthatón megjelenik.

MUNKAERŐ-KÖZVETÍTÉS, SZURKOLÓI ÉLMÉNYFOKOZÁS

Leo Girod folytatta sort, akinek előadása a hatékony játékos- és szakember kiválasztás alapjait mutatta be. Egy-egy csapat felépítése már akár az előző szezon indulásakor megkezdődik. Fontos, hogy mindkét fél (játékos és a klub) megfelelő információhoz jusson egymásról, mely nem feltétlenül csak az anyagi lehetőségeket jelenti. Az általa megálmodott „gotmyteam”-weboldal egyfajta munkaerő-közvetítőként kifejezetten a jégkorongban dolgozóakra specializálódott. Ezen a felületen a játékosok könnyedén készíthetnek profilt magukról, a klubok pedig felhívásokat tehetnek közzé, melyre a játékosok, szakemberek jelentkezhetnek, ezzel elősegítve, hogy a kereslet és kínálat egymásra találjon.

A svéd Pontus Svensson előadása egyedi volt, mert különböző klubokban elért eredményeit mutatta be, de magát a módszereit titokban tartva. Elmondta, hogy a Malmöhöz csatlakozva az egyének eredményességét javítva a csapat eredményessége is javult. Az előadó magát sem pszichológusnak, sem mostanában divatos sportcoachnak sem tartja, egyszerűen úgy fogalmazta meg, hogy az egyénekből a legjobbat akarja kihozni. A munkája sem jégkorongspecifikus, különböző sportágakkal dolgozik együtt.

A második harmad végén a finn Jukka Sundquist mutatta be, hogy a Liiga milyen applikációt fejleszt a csapatokkal közösen a szurkolói élmények fokozására. Minden



csapatnak lehetősége lesz egyénre szabni az applikáció megjelenését, ugyanakkor a szurkolók a hazai és vendégmérkőzésekre is tudnak majd jegyet vagy bérletet venni, valamint az adott csarnokban akár a helyükre rendelni a büféből. Természetesen a bajnokság statisztikai adatai is naprakészen elérhetőek lesznek.

TAMPERE, A FINN HOKI FŐVÁROSA

A harmadik harmad kerekasztal-beszélgetéssel indult, ahol az európai jégkorong jövőjét boncolgatták a résztvevők. Szóba került a Bajnokok Ligája (CHL) jelentősége, az egységes szabályrendszer, valamint az jégpálya-méreték kapcsán az európai és észak-amerikai különbségek, és ezek hatását a játékokra járták körül.

Kim Martin Hasson, a Frölunda női GM-je a svéd női bajnokság újjászervezését mutatta be, valamint az SHL-klubok szerepvállalását a programban. Minden csapat megteremti a férfiakéhoz hasonló feltételeket a női jégkorongozók részére. A fizetéseket leszámítva ugyanolyan megbecsülésben részesülnek a játékosok, így kívánnak felépíteni egy versenyképes női bajnokságot, mely Svédországnak esélyt ad, hogy a nagy világversenyeken dobogós helyekért küzdhessen.

A záró előadások egyikében a Tamperét mint a finnországi események fővárosát mutatták be, majd egy kanadai származású finn műsorvezető vicces, ugyanakkor motiváló produkciója zárta a konferenciát. A sűrű nap végén a résztvevők megtekinthették a Tappara-Ilves rangadót, melyet a most vendégként pályára lépő Ilves nyert meg 5-3-ra.



SZERZŐK: NAGY ATTILA¹, SZÚCS ANDRÁS¹, PROF. DR. GÉCZI GÁBOR²¹Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár,²Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem

Tudás és tanulás

Ezernél is többen látogattak el a VI. Sport és Innováció Konferencia NEKA-s és TF-es rendezvényeire, amiken szakmai kiállítóként a Jégkorong Módszertani Központ is részt vett. Emellett a TF-en idén is készültek jégkorong-témájú szakdolgozatok, ezeket is számba vesszük a tudomány és a hoki aktuális kapcsolatát összegezve.



SPORT
ÉS
INNOVÁCIÓ
KONFERENCIA

Az október 4-6. között rendezett háromnapos VI. Sport és Innováció Konferencia (SportInno) első napját a Nemzeti Kézilabda Akadémia (NEKA) főhadiszállásán, Balatonbogláron tartották, a második két napra pedig felköltözött a konferencia a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemre (TF).

A rendezvény kiemelt együttműködő partnere a Magyar Olimpiai Bizottság (MOB) volt, amelynek elnöke, az olimpiai bajnok Gyulay Zsolt töltötte be az esemény fővédnöki tisztét.

Az expóval és a sportfotókiállítással egybekötött nagyszabású esemény középpontjában az edzők képességének innovatív módszerei álltak.

EGYEZTETNI A SPORTOT A TANULMÁNYOKKAL

Az első délelőtti előadásain az edzői dilemmákat boncolgatta Mocsai Lajos mesteredző, továbbá a női és férfi kézilabdaválogatottak vezetőedzői is megosztották gondolataikat a fiatalok beépítéséről. Ez a téma számunkra is érdekes, hiszen a központunk egyik feladata a sikeres utánpótlásképzés támogatása, mely hozzájárul a fiatal játékosok első osztályú csapatokba beépítéséhez.

A konferencián a FEHA19 felnőttcsapatának edzője, Arany Máté is részt vett, aki közelről látja a juniorkorú játékosok beépítésének folyamatát a fehérvári akadémián. A FEHA19 edzője részletekbe menően osztotta meg gondolatait a programokról:

„Mocsai Lajos előadása volt az egyik legérdekesebb, remek gondolatokat említett a felelősségvállalásról, és többek közt arról, milyen csapatromboló tényezői vannak a mai világban előforduló jellemalakító tevékenységeknek. Általánosan kijelenthető, hogy vannak pozitív fejlemények a tanulmányok és a sport összeegyeztethetőségében. Látna például a jégkorongos nagyhatalmakban a sportgimnáziumok hatékonyságát, biztosan tudunk még jobb lehetőségeket biztosítani a sportolónk számára mi is.”

Szita Donát, a FEHA19 felnőttcsapatának a kapitánya is részt vett a rendezvényen, melyről ekképpen vélekedett:

„Érdekes előadásokat hallhattunk olyan előadókól, akik valóságos szakteknitvények. Kimondottan hasznosnak tartom a konferenciát, hiszen fontos a megújulás, naprakésznek kell lennünk, ha fel akarjuk

venni a versenyt nemzetközi szinten, legyen szó bármilyen sportról.”

FONTOS TÉMÁK, FONTOS EMBEREK

Központunk emellett a nyáron előadott a Magyar Sporttudományi Társaság XX. kongresszusán, valamint a Magyar Exportfejlesztési Ügynökség rendezvényén is.

Előbbin az akadémiai tesztprotokoll első éves tapasztalatai szolgáltaták a témát, míg utóbbi eseményen a következő kérdések kerültek terítékre:

- ◆ Mekkora gazdasági potenciállal bír egy nemzetközi sportszermárka?
- ◆ Milyen üzleti lehetőségek vannak egy látványcsapatsporthoz kapcsolódó klub vezetésében?
- ◆ Átmenthető-e a versenysport területén megszerzett ismertség és tapasztalat az üzleti világba?
- ◆ Mi is az e-sport, mekkora jelentőséggel bír nemzetközi összehasonlításban?





Jégkorong-témájú szakdolgozatok a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen, 2023

Becze Zoltán: A jégkorongkapus-poszt evolúciója

Bosnyák Márkó: A Szombathelyi Pingvinek Jégkorong Klub hosszútávú fejlesztési programja

Csizer Ádám: A pszichológia jelenléte és fontossága a progresszív jégkorongsportágban

Kmecző Krisztina: A jégkorong elterjedése és népszerűségének vizsgálata

Sándor-Székely Katinka: Női sportok népszerűsítése: feltörekvő női jégkorong

Sándor-Székely Ottó: A száraz felkészülés sajátosságai a székelyföldi jégkorong-csapatoknál

Tóth Károly Balázs: A felnőtt jégkorongkapusok felkészülésének periodizációja

A meghívottak névsora sem volt akármilyen, hiszen a következő szakemberek vitatták meg a kérdéseket:

- ◆ Császári Attila, az Adidas Budapest Kft. marketingmenedzsere, kétszeres világbajnoki ezüstérmes öt-százó
- ◆ Elbert Gábor egyetemi oktató, testnevelő, sportvezető, tréner
- ◆ Gáspár Péter, a Magyar E-sport Szövetség nemzeti kapcsolatokért felelős bizottságának elnöke
- ◆ Szeiler József labdarúgókapus, szakkomentátor
- ◆ Szűcs Ernő Péter, az OTP Bank Pick Szeged kézilabdacsapatának elnöke

NAGY KIHÍVÁS A FIATALOKNÁL

A beszélgetések során érdekes gondolatokat bontogattak a résztvevők, megállapítva, hogy a magyar

sport a tradicionális (olimpiai) sportágban erős, melyhez nagyban hozzájárul a kiemelt sportfinanszírozási rendszer. Ugyanakkor sajnos az „A”-kategóriás sportágak terén még nem sikerült áttörést elérnünk, de kemény szervezett munkával erre is lehetőség nyílt.

Az e-sport megjelenése és feltörekvése pedig újabb konkurencia a hagyományos sportágaknak: az elhangzott szám adatok alapján a magyar lakosság közel egyharmada hallott már az e-sportról és majdnem egy millió magyar ember játszik is E-sport játékokkal.

Összefoglalva az elhangzottakat, elmondhatjuk, hogy a teljes magyar sport nagy kihívás előtt áll a tehetségek felkutatása, megtartása és képzése terén, ugyanakkor szerencsére az infrastrukturális lehetőségek már rendelkezésre állnak.



SZERZŐ: SZÚCS ANDRÁS

Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



Egy nyerő páros

Kiss Dávid és Tyler Dietrich lassan évtizede dolgozik együtt: hol az utánpótlásban Fehérváron, hol a távolból tartva a kapcsolatot, hol a profi felnőttcsapatot juttatva az osztrák bajnokság dobogójára. Időközben a felállás is megváltozott, hiszen kezdetekben a kanadai volt a vezetőedző, manapság viszont honfitársunk a főnök. A rendkívül sikeres munkakapcsolatot a két főszereplő elbeszélése mentén dolgoztuk fel.

Érdekesen fonódik össze Kevin Constantine, Kiss Dávid és Tyler Dietrich pályafutása.

A végéről kezdve: az amerikai Constantine 84 napon át volt a WHL-es Wenatchee Wild vezetőedzője, mire fegyelmi vétsége miatt nemcsak a liga tiltotta el legalább 2025-ig, hanem a klubja is felfüggesztette, majd fel is mentette állásából. Másiként: a tréner összesen kettő térmérkőzésért cserébe pattant fel a nyár közepén a Hydro Fehérvár AV19 és a magyar válogatott kispadjáról.

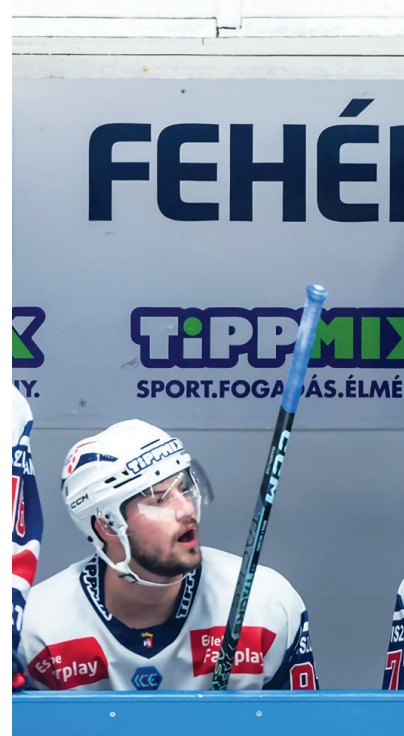
Hirtelen távozása nyomán Fehérváron a tervezettnél egy évvel korábban lett a felnőttek vezetőedzője Kiss Dávid, aki a segédjének a kanadai Dietrichet kérte fel – aki ugyancsak volt már a Fehérvár vezetőedzője, habár constantine-i rekordokat ostromolva csak 120 napig, és tétmeccs nélkül. 2016-ban történt ugyanis, hogy ugyan tavasszal kinevezték a felnőttcsapat élére, és a nyári felkészülés is a tervei szerint zajlott, akkor a semmiből befutott a Kanadai Jégkorong Szövetség ajánlata, amire nem lehetett nemet mondani.

Azóta hét év telt el, Dietrich pedig a Hockey Canadánál dolgozott különböző pozíciókban egészen idén tavaszig, miközben Kiss Dávid idehaza vette a grádicsokat.

...és ha tovább haladunk visszafelé, akkor eljutunk addig a korig, amikor dolgozott már együtt a magyar-kanadai edzőpáros – csak éppen fordított felállásban!

KÉT ZÖLDFÜLŰ ELINDULT AZ ÚTON

„Mind a ketten zöldfülűként indultunk – emlékezett 2012 nyarára Kiss Dávid. – Tyler akkorra egy évet már edzősködött Észak-Amerikában, én viszont a játékospályafutásomból estem át edzői üzemmódba. Nagyon motiváltak voltunk, és a felnőttek mintájára akkor indult az utánpótlás-EBEL, ami igazi újdonság volt mindenkinek. Nem volt mihez viszonyítani a múltból, a versenytársakat sem lehetett felmérni, úgyhogy mi egyből a legmagasabbra tettük a léceket, és meg akartuk nyerni a bajnokságot. Minden nap ezért dolgoztunk, ezt





érezte a játékosokkal is, és végül sikerrel jártunk.”

Kiss Dávid kifejtette, hogy eredetileg nem tervezett átállni a „sötét oldalra”, nem is volt felkészülve rá. De amikor megtörtént a váltás, akkor úgy gondolta: ha már elkezdte az edzősködést, csinálja a lehető legjobban, és mivel fiatalon látott neki, mire a harmincas éveibe ér, rutinosnak számít majd. Így is lett, hiszen 22 és negyedévesen vonult visz-

sza, majd az U18-nál, az U20-nál és a felnőtteknél is dolgozott – másod- és vezetőedzőként egyaránt –, 33 évesen pedig átvehette az osztrák központú ligában versenyképes nagycsapatot:

„Az edzősködésbe folyamatosan rázódtunk bele, és szépen felkészültünk. Mi vezényeltük a nyári felkészülést is, amikor Tyler hazament egy hónapra, akkor konkrétan én. Kialakult a jó kapcsolatunk, hiszen egész nyáron edzettünk, úgyhogy mire elkezdődött a bajnokság, jó, megszokott hangulatban dolgoztunk.”

MILYEN VOLT A MUNKAMEGOSZTÁS?

„Dudu” kiemelte azt is, hogy korán megérezte a felelősség súlyát. Leesett ugyanis nekik, hogy megfogalmazása szerint a „fiatalok életével játszanak”, ami azt jelenti, hogy nem tehetik tönkre senki pályafutását: biztonságos kör-





nyezetben szakszerűen kellett fejleszteniük a rájuk bízott fiatalokat, hogy minél tovább és minél inkább sikeresek lehessenek.

A munkamegosztás a szokásos volt: az egyévnyi tapasztalatelőny miatt is Tyler Dietrich volt a kinevezett vezetőedző, és mivel párhuzamosan a Hockey Canada edzőképzésében is részt vett, edzésterveket és prezentációkat küldött haza folyamatosan. Persze mindenben egyeztettek, ugyanakkor Kiss Dávidnak még újdonságnak hatottak az edzői lét alapvetései, a nyári, havi, heti és napi tervek, amiket a duó mind átskálázott, és közösen tervezett. Nem mellesleg idővel jöttek a magyar és osztrák bajnoki címek, meg a korabeli Mol Liga-rájátszásába jutás.

„Nyitott személyiségnek tartom magam, korban közel álltam a csapathoz, így megtaláltam a helyem, a fiatalos lendület pedig vitt minket – részletezte Kiss Dávid. – Én intéztem a háttérkéket, ő a csatárokat, a speciális játékokat együtt raktuk össze, de természetesen a döntés az övé volt. Kreatív és jól motivált, sokat ellestem tőle.”

SZÉKESFEHÉRVÁR, A MÁSODIK OTTHON

Tyler Dietrich majd' hat évvel idősebb, így társánál korábban, 2010-ben fejezte be a játékot. Ő is rögtön átugrott a palánk másik oldalára: először U18-as csapatot vitt, majd a sokat emlegett egyévnadi előny után jött a nagy ugrás, a költözés Székesfehérvárra.

„Amikor először Magyarországra érkeztem, nyolc hónapra terveztem, ebből végül

öt év lett. Fehérvárhoz számos különleges emlék köt, mind a sportban, mind pedig a magánéletben: néhányan a barátból családtagok lettek. Szinte hihetetlen, hogy már hét év eltelt, de mindig is tudtam, hogy vissza szeretnék térni, csak azt nem tudtam, mikor és milyen formában” – nyilatkozta Dietrich a nyáron.

A baráti kapcsolat bizonyítéka, hogy Kiss Dávid a kolléga esküvőjén is jelen volt, és a távol töltött időkben is tartották a kapcsolatot, amikor pedig Dietrich olykor Magyarországra látogatott, nemcsak Volánmeccsre nézett le, hanem egy-egy baráti munkareggelit is beletuszkolt a programjába.

Mindezek nyomán aligha meglepő, hogy amikor idén nyáron Constantine kirúgta maga alól a széket, gyorsan újra összeállt a páros.

„Amikor meghallottam, hogy Kevin távozik, két dolog jutott eszembe: reméltem, hogy Dávid megkapja a lehetőséget, és tudtam, hogy szeretnék segíteni. Szélig Viktorral találkoztak az elképzeléseink, és szerencsére a családom is támogatott abban, hogy külföldön dolgozzak” – folytatta Dietrich.

Kiss Dávid szemszögéből mindez úgy festett, hogy amikor Constantine távozása nyomán felkérték vezetőedzőnek, annyit kért, hogy amennyiben bedobhat néhány ötletet a másodedzője személyére, az egyik mindenképp Dietrich lenne. A gyors meg egyezés nyomán viszont adódott egy szak-



mai bökkenő: a kanadai kolléga pontosan azóta nem edzősködött, hogy hét éve Fehérvárról Calgaryba költözött...

„A feladatom kezdetekben az edzők értékeléséből és kiválasztásából állt a férfiválogatott-stábok tekintetében, majd később kibővült több háttérfeladattal, főleg stratégiai tervezéssel, a stábok tagjainak edukálásával – fejtegette tengerentúli teendőit Dietrich. – Ezen kívül az események alatt a csapatok videoedzőjeként dolgoztam, és a tornák idején én foglalkoztam a menedzsment és az edzői stáb közötti napi kapcsolattartással is. Ezek a szerepek rengeteget segítettek abban, hogy a játékot más nézőpontokból is megértsem, és ezt a tudást az edzői munkám során is tudom kamatoztatni.”

MEGFORDULT A FELÁLLÁS

Kiss Dávid is onnan közelítette meg a kérdést, hogy egykori felettese, újkori alárendeltje a világ legjobb válogatottjaival dolgozhatott, és habár tisztában voltak azzal, hogy néhány hétre szüksége lesz, amíg utoléri magát, neki megvolt a terve, az elképzelése a taktikára is, amihez régi-új társa jó ötletekkel tud szolgálni, rábízhatja a háttvédeket és az emberelőnyt, a kapusedzőre pedig az emberhátrányt:

„Igen, most én vagyok a vezetőedző, de kikérem a véleményüket és számítok a segítségükre, nem is ketten, hanem hárman nagyon jól elosztjuk a feladatokat. Kevinnél feketén-fehéren megvolt, hogy kinek és mit kell csinálnia, mi ellenben szeretünk bedobálni ötleteket, hármunk személyiségéből formáljuk a képet. Abszolút megbízom bennük, ami rendkívül fontos, mert hívhatunk ötven-hatvan tapasztalt edzőt is, egyáltalán nem biztos, hogy megbíznék akár egyben is.”

MINÉL TÖBB MAGYAR FIATALT!

Manapság tehát már fordított felállásban, de ugyanolyan harmóniában dolgoznak együtt, méghozzá eddig sikeresen, hiszen a novemberi válogatott-szünetre a címvédő Salzburg mögött a második helyről mehettek pihenni. Könnyen meg is tudták indokolni mindezt.

„Dudu kiváló vezetői érzékkel rendelkezik, és nagyon elhivatott. Korábban négy évet dolgoztunk együtt, ez alatt rengeteget támaszkodtam rá. Mostanra közel tízéves tapasztalatot gyűjtött, számos remek edzővel dolgozott együtt, és a válogatottakkal a világbajnokságokat is megjárta. Ismeri a várost, a szurkolókat, a ligát és a játékosokat, tudja, mi kell a sikerhez” – összegzett Tyler Dietrich, míg Kiss Dávid azt is kifejtette, mennyiben segíti őket, hogy szépen és fokozatosan végigjárták a ranglétrát az utánpótlástól a profi felnőttcsapatig:

„Mindig az volt a feladatunk, hogy a fiatalokat építsük be, és mindenhol fiatalabb keretekkel álltunk ki, mint ami az adott korosztály volt: amikor az U18 vezetőedzője voltam, U16-osaim voltak például. Viszont ahogy lépdelsz egyre magasabbra, a bajnokságok komolyabbak és komolyabbak lesznek,

így az eredménykény-
szer hatására csökken
a fiatalok számbeli fő-
lénye, habár én próbá-
lom őket is használni,
amíg csak lehet. Min-
denki fiatal magya-
rokat szeretne a jégen
látni, szemmel is tartom
őket, és én lennék a
legboldogabb,
ha tíz légi-
ős helyett
elég len-
ne ötöt
játsszat-
nunk!”





A gyógytestnevelés mozgásanyaga a jégen

Az általános iskolai és középiskolai években a tanulók egy bizonyos százalékát az iskolaorvosi szűrések során kiszűrt testi elváltozásai alapján gyógytestnevelés órák látogatásáról köteleznek. A gyógytestnevelés órák mozgásanyaga deformitásaik kompenzálására-javítására szolgál. A cikkben alternatívát kínálunk a foglalkozásokat vezető szakemberek számára, eltérően a tornatermi foglalkozásoktól.

Természetesen nem minden kialakult elváltozással lehet a jeges közegben gyakorlatokat végezni. Vannak olyan kizáró okok, amelyek nem engedik meg, hogy a gyermek a jégre léphessen: a nagymértékű mozgásszervi elváltozás (pl. csípőficam), belgyógyászati probléma (pl. kardiológiai, anyagcserezavarok), látásszervi betegségek, neurológiai problémák.

Ilyen szemmel nézve mi is a jég? Egy instabil felület! Gyógytornán és gyógytestnevelésen használatban van instabil felületként a bosu és a disc, mindkettő tulajdonképpen félig lapos gumipárna. A mi eszközünk a korcsolya. Pengéje 2,8-3,4 mm vastag, élezése miatt oldalra viszonylag stabil alátámasztási felület, viszont az összes másik irányba teljesen instabil. E tulajdonságai miatt olyan izmokat mozgat meg, amelyeket a hétköznapok során keveset használunk, viszonylag kevés gyakorlat nyújt lehetőséget a karbantartásukra, gondolok itt a combközéltő-, és távolító izmokra. A belső, és külső csípőizmok, és a gerincfeszítő izmok szintén fokozott terhelést kapnak a jégen történő mozgások során.

Az instabil felület jótékony hatással van a szalagok működésére és erősítésére. A kis mozgások, amelyeket az egyensúlyozás érdekében végzünk, illetve a későbbiekben a korcsolyatechnikai elemek minőségi végrehajtása érdekében teszünk, szalagjainkat nagyon jól mozgatják, erősítik.

Hatékony munka elvégzéséhez tisztában kell lennünk a lépésekhez, amelyek a kívánt cél eléréséhez vezetnek. Az első lépcsőfok az alapfogalmak értelmezése:

Propriocepció

- ◆ a különböző testrészek és ízületek helyzetének érzékelése, „testérzékelés”

Koordináció

- ◆ az irányítás összeegyeztetése, összehangolás képessége

Stabilizáció

- ◆ megszilárdulás, megerősödés

Kompenzáció

- ◆ kiegyenlítés

E négy lépés során végig követhetjük azokat a folyamatokat - illetve a mozgások által kiváltott ingereket a szervezet számára - amelyek jótékony hatással vannak a testi elváltozások kompenzálására-javítására.

A leggyakoribb ortopédiai deformitások, amelyekkel lehet jeges közegben olyan gyakorlatokat végezteni, amelyek a javasolt szárazföldi gyakorlatokhoz hasonlítanak, hatásuk azonos.

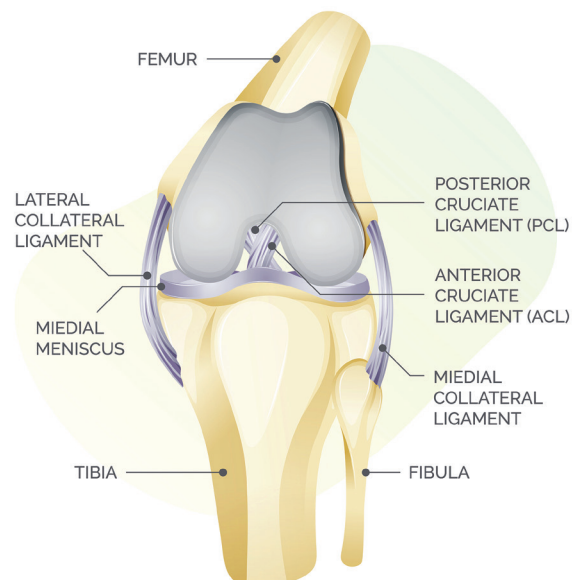
Az alsó végtag deformitása, amelyekkel részt lehet venni jeges foglalkozásokon, mert a korcsolyatechnikai alapgyakorlatok jótékony hatással vannak az ízületekre és az ízületi szalagok anatómiai helyzetének visszarendezésére.

Alsó végtag deformitásai:

- ◆ „X” láb
- ◆ „O” láb
- ◆ Lúdtalp, boka-, harántboltozat süllyedés (pl.: befelé dőlő boka)

Az alsó végtag deformitásai eltérő okokból alakulnak ki. Kialakulásuk után mint ártalom megfigyelhető az ízületet tartó szalagok egyik oldalon megnyúlása, az ellentétes oldalon szűkülése. Ezt szemlélve az „X” lábbal: a térd belső oldalszalag megnyúlt, külső oldalszalag szűkült, járulékosan a bokaszalagok hasonlóan.

Az alapállás és a korcsolya lépés helyes technikának elsajátítása során a résztvevő kénytelen úgy tartani a lábát, amely szalagjait, ízületeit és izmait olyan helyzetbe rendezi, amely közelít az anatómiai helyzethez.





A korcsolyatechnikai gyakorlatok, amelyek iskolázása ajánlott ilyen elváltozások kompenzálására:

- ◆ halacska
- ◆ két lábon siklás
- ◆ guggolásban siklás
- ◆ egy lábon siklás
- ◆ roller
- ◆ kígyó
- ◆ taposás köríven
- ◆ koszorúlépés

Egy gyakorlat – pl. a két lábon siklás – hatástani levezetése az alapfogalmak útján: propiocepció, miszerint a gyermek már alapállásban már megfeszítionizálja alszára izmait, „ura” a korcsolyának. Koordináció: a feladat elvégzése során törekszik a feladat technikailag helyes elvégzésére, mozdulatait, testrészeit irányítja. Stabilizáció: helyes testtartása rögzül, a feladat végrehajtása tökéletesedik. Kompenzáció: ízületei, szalagjai a kívánt anatómiai helyzetbe rendeződnek a belső, és külső erők hatására.

A korcsolyázás lehetősége lehetőséget biztosít a különféle gerinc deformitással rendelkezők számára is, hogy jótékony hatású gyakorlatokat végezzenek jeges közegben. A gerincferdülés konvex „C” és hanyagtartás kompenzálására kiváló helyszínt nyújt a jégpálya. Ezesetben is vannak olyan kizáró tényezők, amelyekkel nem ajánlott a jeges közegben történő gyakorlatok elvégzése. Aszimmetrikus, csavaró gyakorlatokat nem végeztethetünk. A technikai képzés repertoárjából a jótékony hatású gyakorlatok ismételtetésével - a konvex irány figyelembevételével - jó eredményeket érhetünk el. *Alapfeltétel a haladó korcsolyatudás!*

A „C” irányal azonos láb előre-oldalra emelésével elérhetjük a gerincoszlop egyenesedését. Természetesen törekednünk kell a másik oldal mozgására is, négyes ismétlésszám esetén hármat kérünk azonos lábbal, egyet pedig az ellenkezővel.

A foglalkozásszervezési szempontból két lehetőségünk adódik. A lépcsőzetesség elvének figyelembe vételével először eszköz nélkül végezhető gyakorlatokat szériázzunk. A pihenőkben végeztetett mobilizáló gyakorlatok: nyújtózkodás egyik-másik karral-lábbal végtagonként, egyszerre, majd ellentétesen, törzsdöntés gyakorlatok. A kellő rutin elsajátítása után haladás közben a mobilizáló gyakorlatokat szintén elvégeztetjük, például néhány kor-

csolya lépés –siklás, kar magastartásban nyújtózkodás bal kar-jobb karra, stb.. Siklás közben végezhetünk törzsdöntés gyakorlatokat is, itt már valóban a haladó tudásra van szükség. Például: néhány korcsolya lépés, siklás páros lábon, tarkóra tartás, törzsdöntés előre. Ekkor már a sarkat le kell nyomni, kiderül kinek rövid az Achilles-ina...

Lehetőség szerint eszközzel is végeztessük a gyakorlatokat, amelynek előnye, hogy beszűkíti mozgásteret, és vizuális támpontot ad. A háttértől eltérő színű bot a gyermek és a foglalkozást vezető számára is fontos viszonyítási tényező. A hibajavítást sokkal egyszerűbben végezzük így, következtethetünk vállal helyzetére, fel tudjuk hívni a figyelmét abban az esetben, amikor ön-maga nem javítja testtartási hibáját.

Az eszközt tarthatjuk mellső középtartásban, magastartásban és tarkóra tartásban. Az összes korcsolya technika a gyakorlatot előre-hátra irányban el tudjuk végeztetni. Minden gyakorlatnál az a cél, hogy a bot ne mozogjon, a felsőtestet fixálni kell, csak az altest mozduljon az összes gyakorlatban úgy, hogy a gerinc anatómiai helyzetben legyen.

Meg kell említenem az asztmát, mint gyógytestnevelésre, illetve könnyített testnevelésre utalás kiváltó okát. Pályafutásom során sokszor talákoztam olyannal, aki közép-, és hosszútávú futás alól mentesítve volt. Az allergiás asztmát is ide sorolom, az ilyen betegségben szenvedők számára a légzés problémák elkerülése érdekében előnyös a rekeszizom edzése. Gyógytestnevelés órán légzőgyakorlatokat tanítunk nekik, de ezzel az értük tehető segítség ki is merül.

Fedett létesítmény esetén a páratartalom megfelelő, bár a levegő 4-6 fokok hőmérsékletű. A szakirodalom azt írja, hogy a hideg levegő belégzése erősíti az asztmás tüneteket. Tapasztalataim alapján a hideg, párás levegő, az edzések intenzitása jótékony hatással van, vagy lehet az ilyen betegségekben szenvedők számára. A jégpályán nincs állati szőr, pollen, penészgomba, füst, penész, doh, semmilyen trigger, amely allergiás reakciót okoz.

Zárszóként szeretném elmondani, hogy a fent leírtakkal eredményt elérni hosszú folyamat eredménye. Amennyiben adott a tárgyi feltétel (jégpálya), esetleg adott a személyi feltétel (korcsolyatudással rendelkező, agilis gyógytestnevelő tanár), heti egy óra jeges gyógytesivel hatékonyan tehetünk a ránk bízott gyermekek egészségéért.

SZERZŐ: DR. NAGY ATTILA ¹, DR. KISS CSABA ²¹Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár, ²Budapesti Corvinus Egyetem

Mindenütt jó?

Az otthon kényelme és nyugalma mindenki számára fontos, ugyanakkor kérdés, mennyire segíti az eredményességet, ha egy csapat otthon játszhat? A cikk ötletét az Athletic című sportszakhonlapon megjelent „Mennyire értékes a hazai pálya az NHL rájátszásában? Kevesebb előnnyel jár manapság, mint korábban?” című cikk ihlette.

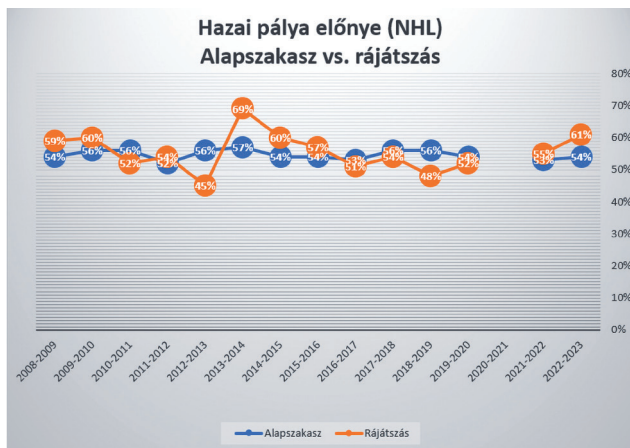
Az NHL az észak-amerikai profi jégkorong bajnokság, ahol jelenleg 32 csapat küzd a Stanley-kupa elhódításáért. 2008 óta a hazai pálya előnye az alapszakasz során 52 és 57 százalék között mozog, ahogy a 1. ábra mutatja.

A rájátszásban ez a mutató sokkal változékonyabb, 45% (2012) és 69% (2013) között alakult. Persze itt figyelembe kell venni a kevesebb mérkőzést, hiszen egy alapszakaszban közel 1200 mérkőzést játszanak, míg a rájátszásban nagyságrendileg 90-100 mérkőzést rendeznek az NHL-ben.

Összességében a rájátszásban a hazai csapatok 2008 óta 55,4%-ban nyertek, ami közel egy százalékponttal több, mint az alapszakasz 54,6%-a (The Athletic, 2023).



okait akár külön cikkben is lehetne vizsgálni, de az eltérő mintanagyságok, valamint a rájátszás jelentette extramotiváció is közre játszik az adatok ilyesfajta alakulásában.



1. ábra: A hazai pálya előnye az NHL-ben (The Athletic, 2023 alapján)

A RÁJÁTSZÁSRA FORDULT A KOCKA

Az Erste Liga magyar szervezésű nemzetközi bajnokság, ahol 7 magyarországi és 3 erdélyi csapat küzd az alapszakasz-győztesnek járó tróféáért (Bíró László-Vándorkupa), valamint a rájátszás megnyeréséért.

A rendelkezésre álló adatok alapján az NHL számiból generált grafikonhoz hasonlóan készítettünk (2. ábra). Az alapszakaszban 57% és 64% között mozgott a hazai csapatok sikeressége az alapszakaszban, míg a rájátszásban 46% (2020) és 62% (2022) között.

A változékonyabb rájátszás itt is megfigyelhető. Ennek



2. ábra: A hazai pálya előnye az Erste Ligában

Az Erste Liga alapszakaszát és rájátszását szétbontva a 3. és 4. ábrán már látható, hogy egy-egy szezonban nem feltétlenül jelentett annyit.

Az alapszakaszban hazai sikerek 57% és 64% között alakultak, míg a rájátszásban 46% és 62% között. Fontos megemlíteni, hogy a 2019–2020-as rájátszás lebonyolításába a koronavírus-járvány közbeszólt, ezért azon értékek csak a lejátszott mérkőzésekre vonatkoznak.

Érdemes viszont megfigyelni a liga legutóbbi rájátszásának alakulását, mert ugyan minimálisan, de a vendégcsapatok sikeresebbek voltak (51%), mint a hazaiak (49%). Az alapszakaszt követően a FEHA19 rögtön megcáfolta a történelmi statisztikákat, hiszen a rájátszás-kvalifikációban két mérkőzést is megnyert idegenben, majd otthon be is fejezte a három nyert mérkőzésig tartó szériát. Az elődöntők során a a

BJAHC és az FTC-Telekom párharca alakult úgy, hogy egyik csapat sem nyert hazai pályán. Emellett a döntő első három mérkőzése is a vendégcsapat sikerével zárult.



3. ábra: A hazai pálya előnye az Erste Liga alapszakaszában



4. ábra: A hazai pálya előnye az Erste Liga rájátszásában

Továbbvizsgáltuk az Erste Liga 2022–2023-as szezonjának alapszakaszát, melyet az 1. táblázat foglal össze.

A hazai pálya tekintetében átlagosan legtöbb hazai gól (HG) a káposztásmegyeri jégpályán esett a BJAHC otthonában, míg a legkevesebb Székesfehérváron a FEHA19 hazai pályáján. (A FEHA19 egy mérkőzését Ajkán játszotta, a táblázatban ezt nem jelöltük külön). Vendéggólok (VG) tekintetében a legkevesebb

a BJAHC és a DVTK otthonában esett, míg a legtöbb Dunaújvárosban.

NÉZŐSZÁMBAN VERHETETLEN A CSÍKSZEREDA

A BJAHC alapszakaszgyőzelmét többek között annak is köszönheti, hogy átlagosan 2,44 pontot (HP) szerzett minden hazai mérkőzésén, míg a fehérváriak csak 0,61-et, viszont tőlük vitték el a legtöbb vendégpontot (VP) a vendégcsapatok (2,39). Átlagosan a Brassó kapta a legtöbb (15,17), míg a Dunaújváros (7,28) a legkevesebb büntetéspert (HPIM) egy mérkőzésen otthon, ennek is köszönhetően ezeken a pályákon voltak a legtöbbet, illetve legkevesebbet előnyben (VPP) a vendégcsapatok. A vendégcsapatok a legtöbb kiállításpercet (VPIM) Csíkszeredán (18:00), a legkevesebbet pedig Székesfehérváron (7,11) gyűjtötték, míg emberhátrányban (HPP) a legtöbbet egy vendégcsapat Csíkszeredán játszott (8:14), míg legkevesebbet a Túskecsarnokban (4:38).

A lövésszámok (HS) tekintetében a Gyergyó otthon tűz alá vette a vendégek kapuját átlagosan 44,39 lövéssel, míg a fehérváriak lőtték (30,17) a legkevesebbet otthon. A vendégek pedig Dunaújvárosban (41,39) lőtték (VS) a legtöbbet kapura és Csíkszeredán a legkevesebbet (28,33) egy mérkőzésen.

Nézőszámában az erdélyi csapatok állnak a dobogón, a csíkszeredaiak évek óta nyerik a versenyt ebben a kategóriában, a legutóbbi szezonban átlagosan 1713,89 néző volt kíváncsi egy hazai mérkőzésükre, sajnos a dunaújvárosi csarnokot nem sikerült gyakran megtölteni, ott mindössze 235,56 néző járt ki átlagosan egy mérkőzésre.





ÁTLAG	HG	VG	HP	VP	HPIM	VPIM	HPP	VPP	HS	VS	Nézőszám
BJAHC	5,22	2,28	2,44	0,56	10,78	15,94	0:06:14	0:04:57	41,22	31,56	484,00
CBR	4,28	2,33	2,39	0,61	15,17	15,44	0:07:51	0:07:05	42,06	30,61	1289,73
DEAC	3,22	3,28	1,61	1,39	7,56	8,56	0:05:40	0:05:25	38,50	38,00	388,83
DAB	2,78	4,50	0,83	2,17	7,28	7,89	0:05:27	0:03:26	33,56	41,39	235,56
DVTK	3,50	2,28	1,89	1,11	12,33	13,28	0:06:20	0:05:18	36,72	32,44	976,94
FEHA19	2,28	4,00	0,61	2,39	7,33	7,11	0:05:41	0:04:57	30,17	36,22	330,67
FTC	3,22	3,11	1,50	1,50	9,33	8,78	0:04:38	0:05:00	40,83	28,78	624,56
GYHK	3,78	2,61	2,11	0,89	13,67	11,83	0:06:01	0:06:23	44,39	37,94	1150,35
SCC	4,67	3,44	1,89	1,11	14,22	18,00	0:08:14	0:05:53	36,39	28,33	1713,89
UTE	3,39	3,00	1,72	1,28	9,33	9,28	0:05:04	0:05:21	34,78	36,67	539,39

1. táblázat: Az Erste Liga-alapszakasz „hazai pálya”-adatainak összefoglalása

A magyarországi (7) és erdélyi (3) csapatokra összegezve és átlagolva a fenti statisztikai adatokat a 2. táblázatban foglaltuk össze.

A nézőszám tekintetében az erdélyi csapatok az

alapszakaszban minimálisan, de több nézőt vonzottak (64593), mint a magyarországiak (64439). Emellett látható a büntetéspercekben is különbség, mely kihat a kapura lövések számára, így a gólok számára is.

HG	VG	HP	VP	HPIM	VPIM	HPP	VPP	HS	VS	Nézőszám	
Erdély	76,33	50,33	38,33	15,67	258,33	271,67	2:12:36	1:56:10	737,00	581,33	21531,00
Magyarország	60,71	57,71	27,29	26,71	164,43	182,14	1:40:27	1:28:27	657,71	630,14	9205,57

2. táblázat: Az Erste Liga statisztikai bontása magyar és erdélyi csapatokra

Az adatok standardizálását követően a fennálló korrelációt vizsgáltuk, melyet a 3. Táblázat mutatja be.

A változók között sem erős, sem markáns kapcsolat nem áll fent, ugyanakkor a hazai gólok és hazai pontok száma között van jelentős kapcsolat (0,69). Ugyanez a jelentős kapcsolat megfigyelhető a vendéggólok és pontok között is (0,65).

A büntetésperceknél is megfigyelhető jelentős kapcsolat: ha a hazai kiállításpercek száma növekszik, akkor

a vendégcsapat kiállításperceinek száma is növekszik (0,59). További biztos, de gyenge kapcsolat mutatható ki a hazai kapuralövések és gólok száma között, valamint a hazai (0,22) és vendég kiállításpercek (0,30), valamint hazai emberelőnyben játszott percek (0,31) és a nézőszám között. Ez arra utalhat, hogy ha több hazai néző buzdítja a játékosokat, akkor ezek a mutatószámok növekedhetnek, mely következhet a túlfűtött hangulattól, a játékosokra és játékvezetőkre nehezedő nagyobb nyomástól.

Korreláció	HG	VG	HP	VP	HPIM	VPIM	HPP	VPP	HS	VS	Nézőszám
Hazai gólok	1										
Vendéggólok	-0,17	1,00									
Hazai pontok	0,69	-0,65	1,00								
Vendégpontok	-0,69	0,65	-1,00	1,00							
Hazai PIM	0,09	-0,07	0,04	-0,04	1						
Vendég PIM	0,15	-0,06	0,07	-0,07	0,59	1,00					
Hazai PP	-0,08	0,02	-0,11	0,11	0,17	0,47	1,00				
Vendég PP	0,16	-0,25	0,22	-0,22	0,45	0,21	0,10	1,00			
Hazai lövések	0,34	-0,16	0,29	-0,29	0,01	0,08	0,11	-0,03	1,00		
Vendéglövések	-0,21	0,18	-0,18	0,18	0,04	-0,07	-0,10	0,07	-0,34	1,00	
Nézőszám	0,12	-0,18	0,19	-0,19	0,22	0,30	0,31	0,17	0,08	-0,23	1,00

3. táblázat: Korreláció az Erste Liga alapszakaszának statisztikai mutatói között

OBJEKTÍV ELŐNYÖKKEL IS JÁR A HAZAI PÁLYA

A játékezők tekintetében 29 vezető- és 33 vonalbíró tevékenykedett a ligában a legutóbbi alapszakaszban. Az erdélyi mérkőzéseken a legtöbbet a Mihai Paul, Radu Gabriel játékező-páros dolgozott együtt, míg a magyarországiakon a Rencz Dániel, Soós Dániel páros, akik a rájátszás mindent eldöntő mérkőzését is vezették. Az alapszakaszban a legtöbbet (28) Németh Márton vezetete. A csapatok szavazatai alapján Soós Dániel lett az Erste Liga legjobb játékezője, amit a fentebb bemutatott statisztikai adatok játékezőkre vetítve is megerősítenek, hiszen a magyarországi játékezők között a legkiegyensúlyozottabb teljesítményt nyújtotta.

A hazai pálya előnyei kapcsán az alábbiakban objektív előnyöket gyűjtöttük össze, melyek nem járnak automatikus előnnyel, ugyanakkor a csapatoknak azon kell dolgozniuk, hogy ezekkel a saját sikerüket segítsék elő.

- ◆ A hazai csapat a saját, megszokott pályáján játszhat (öltöző, cserepad, jégminőség, fényviszonyok, zene stb.)
- ◆ A hazai csapatnak nem kell utaznia
- ◆ A hazai csapatnak előnye van a csereprocedúránál, hiszen a vendégcsapat kezdheti a cserét (5 másodperc), majd a hazai csapatnak van további 8 másodperc, hogy játékosokat küldjön a jégre
- ◆ Amennyiben közös folyosón hagyják el a csapatok a játékeret, akkor a hazai csapat mehet le először a jégről, és jöhet vissza
- ◆ A hazai csapat játékosai teheti le másodjára a botját a középső bedobóponton
- ◆ Egyes ligákban a hazai csapat dönthet, hogy mely csapat kezdje a hosszabbítás utáni büntetőlövéseket
- ◆ Bizonyos esetekben – többnyire IIHF-világbajnokságokon – a hazai csapat választ mezt és cserepadot is



Irodalomjegyzék

Luszczyszyn D. (2023): How valuable is home ice in the NHL playoffs? Is it less advantageous now than in the past? <https://theathletic.com/4431522/2023/04/20/nhl-playoffs-home-ice/IIHF-Rulebook-2023-2024>

SZERZŐK: LUCIANO BASILE¹, MAYER PÉTER²,
MIKA SAARINEN³, VESA VIITAKOSKI⁴

¹ Budapest Jégkorong Akadémia,

² DVTK Jegesmedvék Jégkorong Sportakadémia, ³ Újpesti Jégkorong Akadémia, ⁴ FEHA19



Két év tapasztalata

Az első akadémiai ciklus felénél járva nagyon fontos, hogy az akadémiai működési rendszer és mérési eredmények mellett a sportszakmai tanulságokat is folyamatosan monitorozzuk, valamint a fejlesztési programot finom hangoljuk.

Általánosságban elmondható, hogy sok esetben az akadémiai korosztályokban egy-egy terület már nehezen vagy csak komoly hendi keppel fejleszhető, ezért minden akadémia felelőssége, hogy a környezetében dolgozó pre-akadémiai csapatok működését a helyes irányba terelje. A már korábban említett akadémiai együttműködés kapcsán a Jégkorong Módszertani Központ több alkalommal is konzultált az akadémiák szakmai vezetőivel, melynek célja a tapasztalatok összegyűjtése és általános utánpótlás-fejlesztési irányok megfogalmazása volt azzal a céllal is, hogy a honi jégkorong más műhelyeinek is ötleteket, segítséget nyújthassunk a hatékonyabb fejlesztéshez. Alapvetően négy olyan kritikus területet jelöltek ki a szakemberek, melyekben a teljes magyar utánpótlás jégkorongnak előrébb kell lépnie, hogy a játékosfejlesztés minősége magasabb szintre emelkedhessen:

- ◆ Edzők fejlesztése
- ◆ Multisport szemlélet
- ◆ Játékszerepek
- ◆ Rendezett káosz

Mika Saarinen, az Újpest JA mentoredzője sok éven át dolgozott az edzőképzés különböző területein Finnországban. Ennek az összegző cikknek a bevezetéseként a jó edzői munkáról osztja meg gondolatait.

MIKA SAARINEN

Nem jégkorongosokat edzek, hanem embereket!

A sport területén a kiváló edzői munka fogalma régóta vita tárgya. Ez a döntő kérdés felkeltette az edzők, sportolók, sportmenedzserek, támogatók, szurkolók, szülők és más érdekelt felek figyelmét. Noha számos válasz és vélemény hangzott el az idők során, az integrált jövőkép megvalósítása kihívásnak bizonyult.

A kutatók is nagy érdeklődést mutattak ezen a területen, ami odáig vezetett, hogy számos tanulmány született a témában. Côté & Gilbert (2009) teljesen elmélyült a témában, és jelentős cikket készített az edzői hatékonyságról és a befolyásoló tényezőkről. Három kulcsfontosságú tényezőt azonosítottak, amelyek befolyásolják az edző hatékonyságát: az edző kompetenciáját, a sportoló fejlődését és a működési környezet kezelését.

Hagyományosan az edző kompetenciáját elsősorban a sportágban szerzett jártasságával társították,

ezért gyakran ugyanazon sportág sportolóit választják edzőnek. Fontos megjegyezni, hogy a sporttudás valóban az edző kompetenciájának létfontosságú összetevője és szakértelmének központi magját képezi, ugyanakkor Côté & Gilbert cikke két másik kulcsfontosságú kompetenciaterületet is kiemelt: az önfejlesztés képességét és vágyát (intrapersonális készségek) és az interakciós készségeket (interperszonális készségek).

Ahhoz, hogy edzőként valóban kiváló legyen valaki, elengedhetetlen, hogy felismerjük a további dimenziók jelentőségét. Az edző hatékonysága túlmutat a technikai szakértelmen, és magában foglalja a személyes fejlődésre való képességet és a pozitív interakciók elősegítésére való képességet. Ezen szempontok figyelembevételével az edzők növelhetik általános hatékonyságukat, és hozzájárulhatnak sportolóik fejlődéséhez és sikeréhez.

Az a tény, hogy a Jégkorong Módszertani Központ szemléjét olvassa egy edző, egyértelműen jelzi, hogy szeretné bővíteni tudását és javítani edzői készségeit. Az egész életen át tartó tanulást széles körben elismerik a szakmai területen kulcsfontosságú készségként, amely különösen fontos az edzősködés területén. Működési környezetünk állandóan változik és fejlődik, az új információk soha nem látott ütemben keletkeznek. Ha nem tartunk lépést e változásokkal, az súlyosan gátolhatja az edző hatékonyságát. A működési környezet változása konkrétan a generációk közötti attitűdben, értékrendben nyilvánul meg. Elvárások pl. menedzsment vagy kommunikáció terén jelentősen eltérnek a generációk között.

Nyilvánvalóan számos lehetőség van az edzői munka fejlesztésére, és nem mindig szükséges kizárólag a formális oktatásra hagyatkozni. A tanulás megtörténhet a kollégákkal való együttműködés során is. Ezen kívül az önreflexió hihetetlenül hatékony tanulási módszer, hiszen magában foglalja az ember cselekedeteinek és viselkedésének mély megfigyelését és elemzését. Az edzősködés területén ez jelentheti többek között napló vezetését vagy a gyakorlatok végrehajtásának rendszeres utólagos vizsgálatát. Kulcsfontosságú annak felismerése, hogy a tanulás teljes mértékben egyéntől függő, személyes folyamat, amelyet olyan tényezők befolyásolnak, mint az előzetes tudás, a tapasztalat és a rendelkezésre álló idő. Ezen egyedi elemek megismerésével az

Az edzői munkát hosszú távú fejlesztési folyamatnak kell tekinteni, amely mind az edzőnek, mind a sportolónak lehetőséget biztosít a tanulásra és a fejlődésre egy biztonságos környezetben.

edzők személyre szabhatják saját tanulási útjukat növekedésük és fejlődésük maximalizálása érdekében.

Találkoztam egy mondással, amelynek eredete számomra ismeretlen, de úgy gondolom, tökéletesen megfogalmazza az edző harmadik kompetenciaterületét: „Nem jégkorongosokat edzek, hanem embereket.” Mivel az edzői munka eleve emberek közötti munka (interperszonális), a hatékony kommunikáció kritikus. A sportolókkal való személyes kapcsolatteremtés képessége nemcsak az edző hatékonyságát növeli, hanem erős sportoló-edzői kapcsolatot is elősegít. Nem csak arról van szó, hogy mit csinálnak és mit tanítanak, hanem arról is: miként? A sikeres kommunikáció a sportolók motivációjának fejlődéséhez és gazdagításához, konstruktív és kiszámítható interakciókhoz, valamint az edzők elismeréséhez vezet.

Thelma Horn (2008) az edzői hatékonyságot az elért eredmények és a sportolók pszichológiai tulajdonságainak fejlesztése kombinációjaként határozta meg. A hatékony edzői munka fogalmának a pusztá

eredményeken túlmutató kiterjesztésével és a pozitív pszichológiai növekedésre összpontosítva átfogóbb perspektívát nyerünk az edzősködéstről. Ez a megközelítés lényegesen biztonságosabb és motiválóbb munkakörnyezetet teremt az egyének számára. Côté és Gilbert – hogy tovább mélyedjenek Horn kutatásában – az edzői irodalom tanulmányozása során felfedezték, hogy Gestsdottir és Lerner (2007) pozitív ifjúságfejlesztésről szóló munkája olyan modellt mutatott be, amely tökéletesen megfelel a sportedzői szükségleteknek: magában foglalja azon szempontokat, amelyeket a hatékony edzésnek pozitívan kell befolyásolnia. Az edzőképzésben ezt az eredményül kapott modellt 4 C-nek nevezik, utalva azokra a készségekre, értékekre és attitűdökre, amelyekre a fiatal sportolóknak szükségük van ahhoz, hogy sikeres felnőttekké fejlődjenek. Az edzői szövegkörnyezetben használt tényezők a hozzáértés (competence), a magabiztosság (confidence), a kapcsolat (connection) és jellem (character), ahogy az 1. táblázatban látható.

Competence (hozzáértés)	Sportspecifikus technikai és taktikai képességek, teljesítőképesség, fejlett egészségi állapot és erőnlét, valamint egészséges edzési szokások
Confidence (magabiztosság)	Általános pozitív önértékelés érzete
Connection (kapcsolat)	Sporton belül és kívül is pozitív kötődések és társas kapcsolatok az emberekkel
Character (jellem)	Tisztelet a sport és az érintettek felé (erkölcs), becsületesség, empátia és felelősségtudat

1. táblázat Sportolói kimenetek, melyeket a hatékony edzés módszerek eredményeznek

A hatékony edzői munka harmadik kulcsfontosságú összetevője a működési környezet megértése és kezelése.

Feltétlenül meg kell jegyeznünk, hogy az edzői munkakörnyezet megértése kiemelkedően fontos ahhoz, hogy edzősködésünk során kedvező eredményeket érjünk el. A különböző edzői kontextusok változatos igényei nagy hangsúlyt fektetnek a választott edzői módszerekre és mindenképp a pszichológiai megközelítésre. Ennek figyelmen kívül hagyása alkalmatlanná teheti az edzőt arra, hogy tudását és készségeit a sportolók igényeinek kielégítésére és az edzői tevékenység céljának elérésére használja.

Számos tényező befolyásolja az edzők döntéseit és intézkedéseit a működési környezet szempontjából. E tényezők közé tartozik a sportolók életkora és képzettségi szintje, nemük, egyéni vagy csapatsportban való részvételük, a csapat, csoport homogenitása, az edző szerepe (például segéd-, képességfejlesztő vagy vezetőedző), társadalmi, kulturális tényezők, valamint a rendelkezésre álló képzési feltételek és források. Meglehetősen gyakori azonban, hogy az élsportból származtatják és a gyermeksportra alkalmazzák az edzői modelleket, amelyek nem feltétlenül támogatják hatékonyan a sportolók fejlődését a számukra

megfelelő módon. Wayne Gilbert egyik podcastjében azt javasolja, hogy célszerűbb a gyermeksport céljait figyelembe venni. Szerinte sokkal jobb cél a kisgyerekekkel foglalkozók számára, hogy biztosítsák a gyerekek következő szezonra való visszatérését, ahelyett hogy csak a pozitív győzelem-vereség arányra koncentráljanak. A jégkorong egyik fellegvárában, az Egyesült Államokban az USA Hockey ambiciózus és progresszív lépéseket tett annak érdekében, hogy biztonságos és pozitív működési környezetet teremtsen minden résztvevő számára, a mérkőzések kimenetelének legfontosabb tényezője a játékosok képzettségi egyensúlya volt, és nem pl. a fizikai összetevő.

Általánosságban elmondható, hogy az edzők oktatásból hiányzik a megfelelő tartalom az intraperszonális és interperszonális készségeik és tudásuk fejlesztéséhez. Ahhoz, hogy hozzáértővé váljon az edző, az edző-sportoló kapcsolatnak kell a középpontba kerülnie. Ezt a témát alaposan tanulmányozták már és számos kapcsolódó elemélet született. Széles körben elfogadott, hogy az edző saját edzői orientációja, működési környezete, a sportolók motivációjáról való észlelése befolyásolja a viselkedését. Mageaun és Vallerand (2003) cikkükben az autonómiát

támogató edzői magatartást tárgyalja. Hangsúlyozzák: ha az edzők támogatják a sportolók önállóságát, az növeli a belső motivációjukat, ami pozitívan befolyásolja a teljesítményt és a kitartást. Ráadásul a sportolók autonómiájának fokozatos növelésével és nagyobb felelősségvállalásra való megtanításával a teljesítmény javítására irányuló hatékony döntések meghozatalának képessége is javul. Az edzői munkát hosszú távú fejlesztési folyamatnak kell tekinteni, amely mind az edzőnek, mind a sportolónak lehetőséget biztosít a tanulásra és a fejlődésre egy biztonságos környezetben. Az autonómiát támogató edzői felfogás során az edző elsődleges célja, hogy segítse a sportolót saját erőforrásainak felfedezésében és céljainak fejlesztésében, sportolóként és emberként egyaránt. Kulcsfontosságú annak megértése és elfogadása, hogy a sportoló egyedül céljaival és tulajdonságaival mindig az edzői tevékenység középpontjában áll.

Folyamatosnak kell lennie a vitának arról, mi számít jó edzői munkának. Az edzősködés mindig a maga korának tükröje, és a szociokulturális tényezők jelentős szerepet játszanak a jó edzői munka meghatározásában. Azonban mindig jelen van, hogy a sportolók és fejlődésük a jó edzői tevékenység mércéje. Amikor az edzőket a fejlődésről kérdezik, akkor többek között az „sporteredményeket” hangsúlyozzák, mint például a győzelmeket, a fizikai tesztek eredményeinek javulását, a ranglistát és a válogatotatot. A sportban így méri a kiválóságot, de ez nem árul el mindent az edzői hatékonyságról. Azzal, hogy kizárólag a „sporteredményekre” összpontosítunk, a látókörünket magára a sportágra, jelen esetben a jégkorongra szűkítjük. Ahhoz, hogy felülemelkedhessenek e középszerű edzői paradigmán, az edzőknek képesnek kell lenniük arra, hogy válaszoljanak a miért és hogyan edzősködünk kérdéseire. Az edzőknek először önmagukat kell ismerniük, mielőtt hatékonyan oktathatnának másokat. Meg kell érteniük, hogy kik ők, milyen értékeket képviselnek, meg kell érteniük az emberi természetet, és hogy hogyan látnak másokat. Ezen túlmenően fontos elgondolkodni azon, hogy miként vélekednek a sportokról, és mit tartanak helyes sportolói magatartásnak. Az edzői munka végső készsége, az edzősködés gyakorlata szorosan összefügg a szociális és kommunikációs készségekkel. Azáltal, hogy bíznak a sportolóknak, barátságos és empatikus kommunikációt folytatnak, az edzők új szintre emelhetik edzői tevékenységüket.

Fontos megérteni, hogy az a képesség, hogy hatékonyabb és jobb edzők legyünk, bennünk rejlik. A sportszakértelem képezi az edzőképzés alapját, de ha valóban eredményeket akarunk elérni sportolóinkban, akkor választ kell találnunk arra a kérdésre, miért és hogyan foglalkozunk, dolgozunk, edzünk VELÜK. Mutassatok érdeklődést sportolóitok iránt, és maradjatok kíváncsiak!

Generációk közötti különbségek nem csak az edzőknél léteznek, ahogy Mika Saarinen fentebb említette, hanem a játékosoknál is. A mai fiatalok már teljesen más környezetben nőnek fel, mint tíz-húsz évvel ezelőtt, ha egy szóval kellene megfogalmazni, akkor nagyon hiányzik a „grund”. Ebben szinte minden sportág képviselője egyetért, találkozzunk velük bármilyen fórumon is. Hiányzik a szabad

játékidő, az ösztönös tanulás. Ennek a hiánya megmutatkozik a játékosfejlesztés területén: a FEHA19 mentoredzője, Vesa Viitakoski ezt a témát járta körbe írásában.

VESA VIITAKOSKI

Antti Pennanen finn jégkorongedző egy szemináriumon a gyerekkorú (14 év alatti) sportolók fejlesztése kapcsán a következő iránymutatást adta: a csapatedzéseken túl legalább 20 óra változatos testmozgás szükséges. Ha ez az egyenlet nem teljesül, szinte lehetetlen feljutni a csúcsra, sportágtól függetlenül. A finn utánpótlásképzésben ezzel a hozzáállással a gyerekeket sportágtól függetlenül a sportáguk lehetséges csúcsai felé irányítják. Finnországban 6-13 éves kor között nem tartják annyira fontosnak, hogy mennyi jeges edzésen vesznek részt a gyerekek, nagyobb hangsúlyt fektetnek arra, hogy minél sokoldalúbban és minél többet mozogjanak. Ezek a változatos mozgásformák, gyakorlatok erős alapot teremtenek, amelyhez hozzáadódik a megfelelően összeállított, korosztály-specifikus jégen végzett edzés. Mindezzel azt kívánják elérni, hogy a fiatal sportolók már középiskolás korukra (14-16) készen álljanak az igazi edzések megkezdésére.

Egy fiatalnak jó aerob kapacitással kell rendelkeznie ahhoz, hogy növelje az edzésmennyiségét. Ezenkívül a fiatalokat hozzá kell szoktatni az elrugaszkodáshoz (ugráshoz) és a leérkezéshez (tompításhoz), hogy az ízületek (boka és térd) kibírják a plyometrikus edzéseket. Emellett fontos az erő-állóképesség, az izomegyensúly és a mobilitás is. Tapasztalataim szerint a magyarországi, 15-20 év közötti játékosok fizikálisan le vannak maradva az észak-európai (finn, svéd) utánpótláskorú jégkorongozóktól. Ezt alátámasztja az akadémia teszteredményeinek összevetése a finn és svéd értékekkel.

Ha egy játékos vagy egy csapat fizikai állapota elmaradt, akkor neki vagy a csapatnak nincs igazi esélye a győzelemért versenyezni. Minden játékhelyzetet meg akarunk nyerni, legyen szó egy az egy elleni szituációról vagy teljes mérkőzésről. Az egyének képzettségi szintje vagy a csapat taktikája nem sokat segít, ha ezen helyzetek 60-70%-át elveszítjük vagy 60 percig nem tudunk magas tempóban jégkorongozni a fizikális lemaradásunk miatt.

Fontos kiemelni azt is, hogy a jégkorong fizikális kihívásai sokrétűbbek annál, hogy csupán a nyers erővel vagy állóképességgel azonosítsuk, így meg kell említenünk a magyar játékosok hiányosságait: ízületi mobilitás, izom elaszticitás, mozgáskoordináció és explozív erő kifejtések terén is, melyeket szintén a sokoldalú testgyakorlás komoly hiánya okoz. Természetesen vannak játékosok, akik

Meg kell említenünk a magyar játékosok hiányosságait: ízületi mobilitás, izom elaszticitás, mozgáskoordináció és explozív erő kifejtések terén is, melyeket szintén a sokoldalú testgyakorlás komoly hiánya okoz.

egy-egy területen kiemelkedők, vagy összességében jó fizikai tulajdonságokkal rendelkeznek, de a magyar jégkorong fejlődéséhez elengedhetetlen, hogy minden játékos magasabb szintre lépjen e téren is.

A magyar és észak-európai (skandináv) rendszer közötti különbség tudomásom szerint két okkal magyarázható:

- ◆ Magyarországon a fiatal jégkorongozók egyetlen sportágat űznek, a jégkorongot. A több sportágban tehetségesek pedig nincsenek olyan szinten a jégkorongban, hogy profiként kezdhesse el edzeni. A magyar gyerekek sportaktivitása sokkal kisebb időkeretben valósul meg, mint a skandináv rendszerben és bár kisebb korban többet foglalkoznak jégkoronggal, mint az északi országok gyerekei, a sokoldalú sporttevékenységek terén elképesztő deficit alakul ki ekkor.
- ◆ Finnországban és Svédországban, 15-16 évesen indul az úgynevezett hokigimnázium nevű program. *[Erről szemlénk előző számában részletesen beszámoltunk.]* Ebben a programban a játékosoknak heti 3 alkalommal kötelességük reggel is edzeni iskolaidőben, úgy hogy az iskolai kötelezettségeiknek is eleget tesznek. A száraz edzéseket 7:30-8:15, míg a jeges edzéseket 8:30-9:30 között tartják minden kedden, szerdán és pénteken. Ezek a délelőtti gyakorlások azt jelentik, hogy minden héten több mint két órányi jégen kívüli és három órányi jégen végzett extra edzésük lesz. A már kis korból hozott, sokoldalúan fejlett alapokkal a sok edzés és gyakorlás nagy különbséget jelent a fizikális részben, de a képzettségi szintben és a játékkészségekben is.

A legfontosabb célja annak, hogy egy játékos ennyit tudjon edzeni, az, hogy szilárd alapokkal rendelkezzen. Természetesen a lelki tényezők is jelentősek: van-e kedve például a játékosnak ennyit gyakorolni? Vannak-e valós, megfelelő céljai a pályafutásával kapcsolatban? Összefoglalva: jó multisport-háttér nélkül szinte lehetetlen elkezdeni az edzéseket a profi szint eléréséhez.

A gyerekek mozgásának igazán sokoldalúnak kell lennie, véleményem szerint a jeges edzések önmagukban nem készítik fel erre a gyerekeket. Általam ismert edzők szerint is fontos, hogy gyerekkorban többféle sportágat nézzenek meg, próbáljanak ki, szerezzenek tapasztalatot. A különböző sikerélmények, csalódások segítenek abban, hogy megtaláljuk a megfelelő sportágat a gyerekeknek, ahol jól érzi magát, hajlandó időt és energiát áldozni rá. A jégkorongedzők általában a saját sportáguk szakértői, míg az atlétikaedzők atlétikát, a fociedzők pedig focit tud tanítani, így javaslom, hogy minél több más sportág edzői tudását használják fel és építsék be mindennapokba, hogy a gyerekek később a csúcsra érhessenek! Ne felejtjük el: heti 20 óra változatos, sokoldalú mozgás az alapja egy sikeres játékosfejlesztési programnak!

Ahogy fentebb Vesa Viitakoski is említette, a különböző mozgáskultúrák fiatalon történő elsajátítása kiemelten fontos, emellett a sportolók elméleti képzésére is hangsúlyt kell fektetni. Természetesen nem azt értjük ezalatt, hogy már a legkisebbeket az iskolapadba kell ültetni, hanem, hogy a sportjátékok alapvető rendezőelveivel tisztában kell lenniük – legyen szó bármilyen képességű játékosról. Ezen

játékszerepeket, valamint a különböző mozgáskultúrákkal történő tanításukat mutatja be írásában Mayer Péter, a DVTK JJSA szakmai vezetője.

MAYER PÉTER

A mai modern jégkorongoktatásban a kezdetektől figyelembe kell vennünk a felgyorsult tempót, a technikai oldalon virtuóz szinteket és az elképesztő döntési sebességet mutató játék sajátosságait. A pályán manapság olyan rendezett káosz uralkodik, melyet csak az avatott szem tud igazán megfejtetni, ami a játékosok fejlesztése szempontjából is módosult kihívásokat jelent. Szinte egymásba folynak a posztok, a korábbi időszakokban emlegetett „totális hoki”, melyben mindenki támad és mindenki védekezik, immár egy posztokat és pozíciókat is vegyítő tényleges stílusba fordult. A kapus szerepe még viszonylag tiszta, de a játékra gyakorolt hatása szintén növekedett.

Ebben a helyzetben az ifjak oktatásánál előtérbe kell kerülnön a gondolat, hogy gondolkodási mintákat és logikai elveket tanítsunk meg a 14 év alatti játékosainknak, melyek keretként szolgálnak majd az idősebb korban használható taktikai kérések értelmezéséhez és játékba illesztéséhez. A szeparáltan kigyakorolt képességek mérőközösen, éles helyzetben való hatékonysága sokkal alacsonyabb fokú, mert a jégkorong bonyolultsága egy állandóan lüktető és változó problémacsomagot helyez a sportoló elé, neki ebben kell fogódzót találnia. Azok a fogódzók, kötések, irányelvek, melyek a nagy sebességű káoszban segítenek, azok az igazán értékes tudásmorzská a fiatal számára, illetve alapként használhatóak az egyre részletesebb ismeretek későbbi elhelyezéséhez.

A jégkorong oktatásában a játékszerepek jelentik az egységes csomagot, melyet a pálya méretétől, korosztálytól és bajnoki szinttől függetlenül alkalmazni lehet. Gyerekek magas számban vándorolnak a fővárosban és az agglomerációban található egyesületi szintek és csapatok között, sokszor elveszve a szakemberi sajátosságok erdejében, de a játékszerepek megismerése és hatékony alkalmazása biztos alapot és könnyebb illeszthetőséget is adhat. A hokis értelmezések előtt szeretném kiemelni, hogy a rendszer 4 fő szerepre épít, melyek leképezhetőek gyakorlatilag az összes csapatjáték elemi logikájára is, ennek pedig különösen nagy jelentősége van akkor, amikor a jeges foglalkozások mellett szárazföldi edzések és képzések is zajlanak.

Csapatjátékokban a két csapat adott, az egy darab játékszer (korong vagy éppen labda) ugyancsak, az annak birtoklására, megszerzésére, célba juttatására irányuló törekvés pedig szintén. Ha játékszerepeket tanítok a sportolóknak, azt ugyanúgy megtehetem floorball-, labdarúgás-, kosárlabda-, kézilabda- vagy éppen vízilabda-jellegű játék során is. Ezzel a gondolattal ki is emelném a multisport-szemléletet, melynek terén a magasabban jegyzett jégkorongnációk sokkal többet tesznek és ami a magyar képzési gondolkodásban sokkal inkább előtérbe kell kerülnön! Az agyat kevésbé érdekli, hogy az adott döntés milyen cipőben vagy milyen pályán született – ha a gyerek rendszeresen gondolkodik és ügyesen boldogul a játékban, akkor a gondolkodási hatékonysága egyetemesen növekszik minden újabb releváns döntési helyzetben. A mi sportágunk siker-hiba

aránya kiemelten magas, ennek helyes kezeléséhez ismét csak a döntési helyzetek átélése és a kihívásokkal szembeni próbálkozás vezet eredményre, mellyel a játékosunk tapasztalatai gyarapodnak. A későbbiekben ezeket a gyarapodó tapasztalatokat fel lehet használni az újabb problémák megoldásakor és a megoldások előzetes elképzelésekor is!

Nézzük, miként festenek a szerepek a jégkorongban (megjegyzés: a konkrét elnevezések nyelvi és edzői egyéniségtől függően eltérhetnek, de a 4 játékszerep sajátságai azonosak)!

Szerepek, amikor a csapatunk birtokában van a korong:

1. Szerep: Korongos támadó játékos => Gólszerzés! (lövés, direktben kapura törés, gólt érő passz vagy kipattanó kialakítása stb.). Gyerekek számára értelmezhetően: „Enyém a korong!”

2. Szerep: Korong nélküli tám adó játékos(ok) => Korong megkapása! (üres területre és helyzetet érő területre mozgás, passzsáv nyitása, társ támogatása sebességváltással és/vagy üres területre mozgással, élő akadályként viselkedés a korongos támogatására stb.). Gyerekek számára értelmezhetően: „Itt vagyok, nekem passzold!”

Szerepek védekezésben, amikor nincs nálunk a korong (vagy akár senkinél):

3. Szerep: Koronghoz legközelebbi védőjátékos => Korong azonnali megszerzése-visszaszerzése! (nyomásgyakorlás, hibára késztetés, párharchelyzet kialakítása, terelés-kényszerítés stb.). Gyerekek számára értelmezhetően: „Elveszem a korongot!”

4. Szerep: Korong nélküli támadó(k) elleni védőjátékos(ok) => Koronghoz jutás megakadályozása! (passzsáv-zárás, passzblokkolás, ütő lefogása, szeparálás stb.). Gyerekek számára értelmezhetően: „Nem hagyom, hogy korongot kapj!”

Itt szeretnék szót ejteni arról a körforgásról is, ami a szerepek közti váltások során valósul meg. Sokszor említik edzők az átváltás sebességét („transition speed”) mint játékosra vagy éppen csapatra jellemző faktort, ám ezen váltások minősége szintén a szerepek közt keresendő. Az a játékos, aki a támadó (van nálunk korong) és védekező (nincs nálunk korong) törekvések közt szempillantás alatt tervez újra, ott az átváltás gyors és hatékony. Számomra az „átváltás” kifejezés a négy szerep közti bármilyen irányú váltást jelenti, hiszen a törekvések módosulnak, a szituáció változik. Ahányszor a korong gazdát cserél a játék során, annyi átváltást kell lekövesse a pályán lévő játékos, ez pedig döbbenetesen sokrétű feladat.

A hokiban a párharcok és szabad korongért vívott versenyek is gyakoriak, ilyenkor a senki korongja is megjelenhet a gondolatokban. Személyes tapasztalatom az – és ettől eltérő logikát is hallottam, el is tudom fogadni –, hogy az egyszerűbb és tisztább tanulási folyamatban a „senki korongja” biztosan nem is az enyém, vagyis mivel nincs nálunk, minden játékosunk 3. szerepben van és annak törekvései szerint, akinek aktuális helyzete szerint módja van rá, az meg is akarja szerezni. Ugyanilyen logika szerint értelmezem a bedobások előtti pillanatokat is, ahol a bíró kezében lévő korongot előbb meg kell szerezni, vagy ha ez nem sikerül, akkor átváltani a további, korong nélküli szerepek törekvéseire.

Kétkedők a technikai képességek nem megfelelő szintjét mint jól látható korlátot fogják megemlíteni a folyamat gátlójaként, de fontos tisztázni, hogy az izoláltan fejlesztett képességek és valós problémamegoldást nélkülöző edzés-gyakorlatok csak a művileg előállított közegben fognak jól működni, amitől egy jégkorongmérkőzés fényévekkel odébb van. Ismerős edzői tapasztalat sokunknak, mikor a fiatal zseniális trükköket tud az ütőjével és gyakorlatilag virtuóz módon bánik a koronggal önálló gyakorlatokban, majd egy félíg közelben érkező ellenfél jelenlétében már átvenni sem tud egy passzt és a tényleges játékban technikailag eszköztelennek tűnik. Nem célom, hogy bagatellizáljam a biztos és magas szintű technikai alapok fontosságát, ugyanakkor hangsúlyozni szeretném, hogy egy képesség a mi sportágunkban akkor értelmezendő magas szintűnek, ha éles körülmények között is könnyedén, nagy sebességgel, látszólag kis „processzorkapacitást” lekötve is hatékony marad, hisz ebben az esetben az erőforrások a játékban való gondolkodás figyelemigényére fordíthatóak. Ha a technika gyenge, nincs miről beszélni, ha a technika szuper, de a gondolkodás gyenge, akkor sincs. Hogy hol lehet a hiba, mit lehet jobban csinálnunk edzőként? A képességek fejlesztésekor problémát, kihívást, megoldandó helyzetet kell kreálnunk a fiatal számára, akinek a válaszait magának kell megtalálnia, továbbá alkalmaznia a meglévő képességeit. Egy minőségi munkát végző mesterember mindig a megfelelő szerszámot használja a munkájában, játsszi könnyedséggel vált azok közt és folyamatosan maga dönti el, melyik eszközt, milyen pillanatban és hogyan használja, elképzelve a végeredményt. Pontosan ez zajlik a jól felkészített és jól tanított hokisban is: döntéseket hoz, képességeit használva valósítja meg a döntéseit, közben az aktuális célját szem előtt tartva formálja a továbbiakat a gondolkodása által. Ha a káosz miatt a helyzet változik, azonnal újratervez és ezt folyamatosan folytatja-kezeli. Ha így tesz, a hatékonysága és könnyedsége a pályán kívülre is világít.

Az előzőekben már említett rendezett káosz fogalma vagy nagyobb autonómia a játékosok részére az edzői filozófia része kell legyen, továbbá beépíthetőnek kell lennie a napi jeges munkába is. Ennek lehetőségeit Luciano Basile, a Budapest JA olasz-kanadai szakembere ismerteti.

LUCIANO BASILE

Mit próbálunk tenni a gyakorlatban, hogy segítsük játékosainkat a helyes döntések meghozatalában a jégen?

Ez olyan kérdés volt bennem, melyet sokszor feltettem magamnak negyvenvalahány évvel ezelőtt, az edzői pályafutásom elején. Akkoriban a gyakorlatok folyamatosak voltak – sok feladat ellenfél nélkül. Emlékszem, egy tipikus 60 perces edzés a legtöbb edzőnél úgy nézett ki, hogy 2-1 elleni gyakorlat, némi sormunka, esetleg 3 vagy 2 az 1 elleni rohanós gyakorlat szerepelt, végül az edzést egy kis 5 az 5 elleni játékkal tették teljessé. Az edzések szervezettek voltak, jól néztek ki, ami általában pozitív érzést ad nekünk, edzőknek. Hajlamosak vagyunk irányítani a dolgokat, végrehajtást akarunk, azt, hogy a jégen lévő dolgok működjenek. Jó érzés tölt el minket, amikor azt látjuk, hogy játékosaink sikeresen végrehajtják gyakorlatainkat. A mérkőzések viszont nem ilyenek, igaz?

A mérkőzések természetüknél fogva kaotikusak, a jégkorong olyan sport, ahol folyamatosan küzdesz az ellenféllel a tárgy (korong) birtoklásáért, ráadásul ez nem is egy labda, melyet könnyedén a kezébe foghatsz. A mérkőzés során a legtöbbször nincs is nálad a korong, folyamatosan küzdeni kell érte, ezért az edzők még a legmagasabb szinten is ragaszkodnak a korongért vívott párharcok megnyerésének fontosságához. Ez az egyik oka annak, hogy ha olyan kollektív készségeket szeretnénk fejleszteni, mint például a kiindulások, szükséges, hogy a játékosok döntéseket hozzanak a koronggal nyomás alatt is. Három játékos megpróbálja kihozni a harmadból a korongot egy letámadó játékos ellen, majd valamilyen oknál fogva hirtelen újra kell kezdeniük a kiindulást, de immár egy másik, vagy éppen már 2-3 letámadó ellen. Ezek azok a tipikus helyzetek, amelyekkel a játékosok minden egyes mérkőzésen rendre találkozhatnak. Hogyan induljunk ki a harmadból, ha a letámadás nem agresszív? Hogyan oldjuk meg a szituációkat egy játékos ellen szűk helyen? Mit csináljunk, ha két letámadó jön? Mégis hogyan fejleszthetjük ezeket a képességeket, ha mindig ellenfél nélkül gyakoroljuk a kihozatalokat?!

Visszatérünk tehát az eredeti kérdéshez, hogy miként tehetjük az edzéseket a mérkőzésekhez hasonlóbbá? A meccshelyzetekhez hasonló, kis területű és rövid idejű feladatok döntő szerepet játszanak a játékontelligencia (hockey IQ) fejlesztésében. Egyszerűen csak így fejleszthető az információ gyors feldolgozásának képessége, majd a helyes döntések következetes meghozatala a koronggal és a korong nélkül is. A másik lehetőség a kispályás játékok használata, melyek meccshelyzeteket teremtenek a játékosok részére. Az alábbiakban ezeket a gyakorlatokat osztom meg.

Közel harminc évvel ezelőtt a kispályás játékok fokozatosan az edzésgyakorlataim fontos részévé váltak a következő okokból. Először is, mindannyian egyetértünk abban, hogy a játékot mindig ellenféllel szemben játszunk, ezért logikusnak tűnik, hogy a gyakorlatok többségénél valamilyen ellenfélnek kell lennie. Edzőként az a dolgunk, hogy megteremtjük játékosaink számára azt, amit „sárnak” (mud) nevezek. Bonyolult helyzetekkel kell szembesülniük az edzésen, amikor 1-1, 2-1, 2-2 vagy 3-3 ellen küzdenek, hiszen alapvetően ezt tapasztalják a mérkőzéseken is. Azért használom a „sár” kifejezést, mert ezek a helyzetek „ragadósak”. A játékosok nehézségekbe ütköznek, eladják a korongot és rossz döntéseket hoznak, a gyakorlat kívülről szörnyen nézhet ki, de az edzőnek nyugodtnak kell maradnia ebben a „káoszban”.

Először is a káosz keresztül a játékosok fejleszteni fogják a helyes döntések meghozatalának képességét az idő és a tér csökkenése miatti nyomás alatt. Másodsorban, az idősebb korosztályok esetében (U16 és attól felfelé) soha nem szerettem azt a munka/pihenés arányt, amikor öt az öt ellen gyakoroltunk egész pályán. A gyakorlatban ezt azt

jelentette, hogy van 20 játékos a jégen, a munkaarány 1:1, azaz 40 másodpercig játszanak, majd 40 másodpercet pihennek. Ez a terhelés nem hasonlít ahhoz, amit az ilyen korú játékosok a mérkőzések során kapnak, hiszen a tempó és az intenzitás már kiemelten magas kell legyen náluk. Amikor a végcéljainknak megfelelő, képzett felnőtt játékosaink mérkőzést játszanak, akkor általában három vagy négy sort használunk. Tehát képesnek kell lenniük arra, hogy intenzív erőfeszítéseket tegyenek kb. 30-40 másodperc csere alatt, viszont a pihenésre kb. 60-100 másodperc jut. Számomra teljesen egyértelműnek tűnik, hogy ha 15-20 játékosomat két csapatra osztom, akkor a létszámok variálásával könnyedén tudok olyan mérkőzésszituációs gyakorlatot végeztetni velük, ahol a korongért küzdenek és közben olyan képességeket fejlesztenek, melyeket a mérkőzéseken is fognak tudni használni.

Mindezekon felül a mérkőzés terhelési összetevőit is igazítani és modellezni tudom a létszámok variálásával, hiszen az U8-U12-es gyerekek gyakorlatilag akár folyamatosan is terhelhetők, pillanatok alatt regenerálódnak, ez ismét nagyon hasonlít a korábbiakban többször kiemelt „grund” sajátságaira is. Természetesen a terhelés-pihenés arány a kora fokozatosan átbillen, erre a kicsik és idősebbek fejlesztésénél is nagy figyelemmel kell lenniük. Érzékelhető azonban, hogy a magyar játékosok kevésbé hosszú ideig képesek nagy tempóval jégkorongozni, sokszor hamarabb „elfogy a lábuk”, mint kellene. Az ellenszere éppen a jól megválasztott, éveken át magasan tartott aktív idő és a rengeteg lekorcsolyázott kilométer a pre-akadémiai korosztályok során, melyre az osztott pályás játékok szintén minden szempontból alkalmasak.

Végül, de nem utolsósorban talán a legfontosabb, a kis területű játékok szórakoztatóak. Nem számít, hogy a játékos fiú vagy lány, 10 éves vagy 35 éves, egyszerűen nincs szórakoztatóbb, mint a játék, szóval, miért ne lehetne a munka szórakoztató is? Meg kell tanítanunk a játékot, de felelősségünk a gyerekek játék iránti szenvedélyének fejlesztése és ápolása is! Nem végezzük jól a dolgunkat, ha a játékosaink nem érzik jól magukat, számomra ezért is fontosak a kispályás játékok, legyen szó bármilyen korosztályról. Összefoglalva: a kispályás játékoknak nagy szerepe van a játékontelligencia fejlesztésében, mindemellett hozzájárulnak az erőnlét javításához, a játékolvasás és a reakciók fejlesztéséhez, az idő és tér maximális kihasználáshoz, valamint erősítik a küzdőszellemet, versenyképességet és szórakoztatóak.

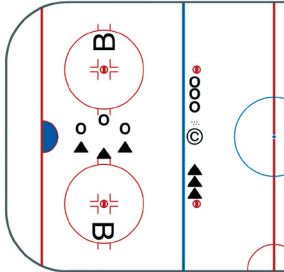
Az alábbiakban a csapataimnál használt kedvenc gyakorlataim, melyeket három kategóriába sorolok: játékontelligencia (hockey IQ), küzdelmes és ügyességi játékok. Javasolom, hogy próbáljátok ki ezeket a feladatokat és remélem, tudok segíteni ezzel a csapataitoknak! Fontos, hogy a saját csapataitok korosztályát figyelembe véve a terhelés-pihenés arány a létszámok és a sorok számának variálásával igazítható.

Egy képesség a mi sportágunkban akkor értelmezendő magas szintűnek, ha éles körülmények között is könnyedén, nagy sebességgel, látszólag kis „processzorkapacitást” lekötve is hatékony marad.

HOCKEY IQ GAMES

(1) CLASSIC 3x3

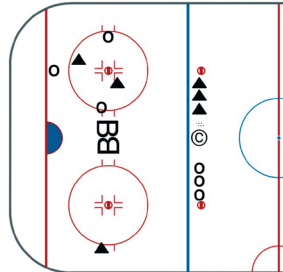
OBJ : REDUCING TIME AND SPACE



- Possibility of line work (FWDS vs FWDS / DMEN vs DMEN)

(2) MOE'S 3x3

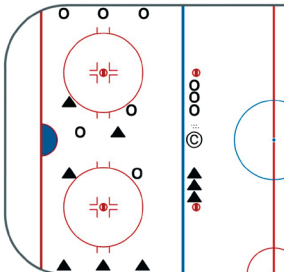
OBJ : OFFENSIVE GAME (3x2) REDUCING SPACE



- Only 2 can defend
- Line work possibility

(3) USA TRANSITION GAME

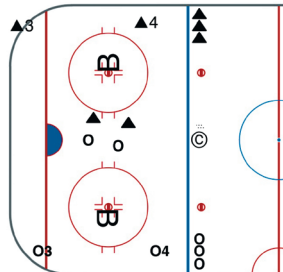
OBJ : OFF-DEF TRANSITION



- Can be played 2x2 or 3x3

(4) 2x2 B-OUT GAME

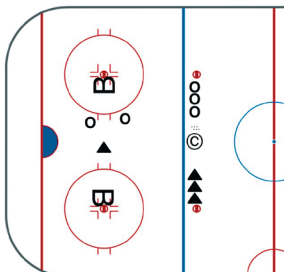
OBJ : B-OUT READS



- O3/O4 and ▲3/▲4 must remain behind nets
- Upon recuperation puck must be passed back to a static player
- Can score on own rebound

(5) 2x1 GAME

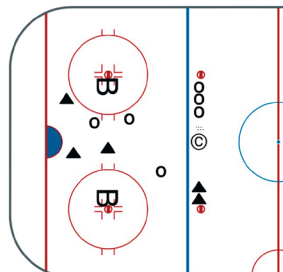
OBJ : 1x2 and 2x1 IN REDUCED SPACE



- Defensive players can score on either net
- Rotate roles

(6) 3X3 360° GAME

OBJ : HEAD ON A SWIVEL DEVELOPMENT



- Both teams can score on both nets
- Possibility of line work
- One pass minimum on every possession change
- Can score on own rebound

Irodalomjegyzék

Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307-323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>

Di Stefano, Giada and Gino, Francesca and Pisano, Gary and Staats, Bradley R., *Learning by Thinking: How Reflection Can Spur Progress Along the Learning Curve* (February 6, 2023). Harvard Business School NOM Unit Working Paper No. 14-093, Kenan Institute of Private Enterprise Research Paper No. 2414478, Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=2414478> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2414478>

Gestsdóttir S., & Lerner R.M. (2007) Intentional self-regulation and positive youth development in early adolescence: findings from the 4-h study of positive youth development. *Dev Psychol.* 2007 Mar;43(2):508-21. doi: 10.1037/0012-1649.43.2.508. PMID: 17352556.

Horn, T. S., *Coaching Effectiveness in the Sport Domain*, in: Horn, T.S., ed., *Advances in Sport Psychology*, 3rd edn., Human Kinetics, Champaign, IL, 2008, 239-267.

Hämäläinen K. (toim.), Blomqvist M. Laitinen-Väähänen S., Parviainen A. & Potinkara P. *Valmennusosaamisen käsikirja 2012*. Suomen Olympiakomitea. Helsinki. <https://docplayer.fi/1302521-Suomalainen-valmennusosaaminen.html>.

Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904.

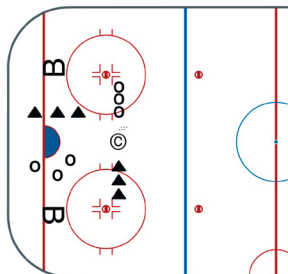
Rathi, S. & Kumar, P. (2023). Differences in Work Value, Communication Style, and Leadership Style Among Generational Cohorts at the Workplace: An Overview. In C. Dogru (Ed.), *Role of Human Resources for Inclusive Leadership, Workplace Diversity, and Equity in Organizations* (pp. 233-254). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-6602-5.ch010>

USA Hockey (2023). *American Development Model*. URL: <https://www.admkids.com/>

BATTLE GAMES

(1) USA 3x3

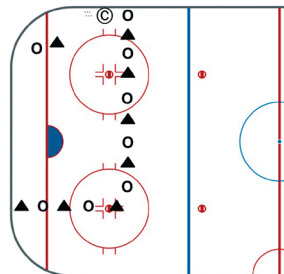
OBJ : 3x3 REDUCED SPACE / INTENSE BATTLE



- Line work possibility

(2) THE FENCE

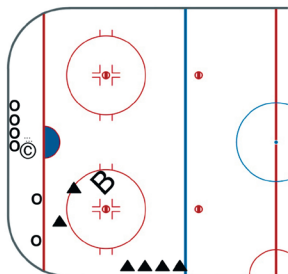
OBJ : INTENSE BATTLE



- Can be run 1x1 or 2x2
- Net can be attacked only on short side
- Static players act as wall and return pucks to corner

(3) TAMPA 2x2

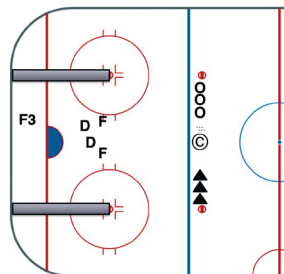
OBJ : INTENSE BATTLE



- One pass on possession change
- Can score on own rebound

(4) LEFLEY WAR GAME

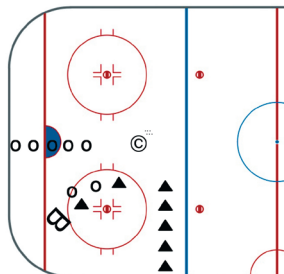
OBJ : NET-FRONT BATTLE



- Possibility of line work
- F3 must remain behind goal-line / can shoot
- DMEN must return puck to ©

(5) 2x2 GOAL-LINE GAME

OBJ : PLAY BEHIND NET / NET ATTACKS

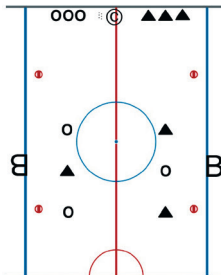


- Must cross goal-line on every possession change
- Can score on own rebound

SKILL GAMES

(1) NZONE 3x1 GAME

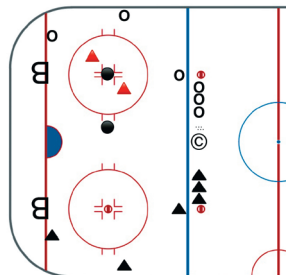
OBJ : SKILLS GAME



- Nobody can cross red line
- Defensive player participates in both defensive and offensive phases

(2) UMASS PP GAME

OBJ : PP / SKILL WORK



- 3 offensive players and 2 « Rovers » per team
- Rovers play PK and Bumper / Elbow on PP
- Offensive players can rotate

SZERZŐ: SZÜCS ANDRÁS
Jégkorong Módszertani Központ, Székesfehérvár



A következő nagy dobás

A futó szezonban a felnőtt és az ifjúsági női válogatott is a világbajnokságok másodosztályában szerepel majd, ám ez mit sem csökkent a szakágba vetett bizalmon: a távlati remélt cél a kijutás a téli olimpiára, talán már a 2026-osra.

Nem újkeletű gondolat, hogy a magyar jégkorong következő nagy dobása az olimpiai szereplés lehetne, amire reálisan a női szakágnak van (nagyobb) esélye.

Ennek részben oka, hogy a férfiaknál a 16-os elit-világbajnokság mezőnyébe is csak hetven, újabban hétévente nézünk be, az öt-karikás játékokon pedig még szűkebb, 12-es a mezőny. Ide beférni tehát a világranglista 19. helyéről nagyjából lehetetlen vállalkozásnak tűnik, még akkor is, ha legutóbb is ott jártunk azért a kvalifikáció utolsó szakaszában.

Ugyanezt mondhatja el magáról a női válogatottunk is, a hölgyek mégis optimistán tekinthetnek a jövőbe, és éppen a legutóbb a mi kárunkra kijutó Csehország szolgáltatja a követendő példát.

KÉRDŐJELBŐL TÖBB IS VAN

A 2026. február 6–22. között Milánóban rendezendő olimpia női hokitornájára 6+1+3-as lesz a mezőny bontása, azaz 10 csapatos a

mezőny, a mieink pedig éppen a 10. helyen állnak a világranglistán, . A legutóbbi ciklus tényeiből kiindulva a játékok előtt két évvel rendezett világbajnokságok eredményei tudatában frissített világranglista az irányadó, tehát a 2024 tavaszán majd az első hat helyen álló nemzet válik automatikusan olimpikonná, plusz a házigazda jogán Olaszország. A fennmaradó három helyért indul még a selejtezősorozat.

Ugyanakkor jelenleg kérdés, mi lesz Oroszországgal, amely a saját neve és zászlaja alatt semmiképp sem versenyezhet a Nemzetközi Olimpiai Bizottság (NOB) által a központi doppingolás miatti korlátozások miatt, ugyanakkor a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) az Ukrajna elleni háború miatt az összes sorozatából kitiltotta az orosz csapatokat, így a válogatottjai sem szerezhetnek világranglista-pontokat. Ez azért érdekes, mert a női válogatottjuk a 6. helyen áll a sorban, tehát elméletben automatikus olimpiai résztvevő lenne. De mivel jelen állás szerint a 2024-es tavaszi vb-n sem vehet részt, ott sem fog világranglista-pontokat szerezni, azaz le fog csúszni a 6. hely alá, és elveszíti a garantált ötkarikás helyét – ugyanakkor átkerülhet a kvalifikációba, persze csak akkor, ha az IIHF visszahelyezi a rendszerbe.

Itt tehát sok a kérdőjel, a mieink feladata tehát az, hogy a tavaszi vb-n lehetőleg jussanak vissza az elitbe, és akkor hátha meg tudnak csípni egy rendező helyet az olimpiai kvalifikációban, és miként a csehek, 2025 februárjában ők is kihasználják a hazai pálya összes előnyét, és kijutnak az ötkarikás játékokra.

MI ÚJSÁG AZ IFIKNÉL?

Emellett persze nem elhanyagolható a közelmúlt elemzése, amibe a 2023-as utánpótlás és felnőtt világbajnokság tartozik – márpedig a végeredmény tekintetében mindkettőről elmondható, hogy ugyan az optimizmust nem törte meg, de azért visszarántott a földre. A felnőttek ugyanis háromévnyi sorozatos elit-vb-zés után kiesetek a másodosztályba – ami persze még mindig a világ 11–16. legjobb női válogatottjait jelenti.

Persze egy győzelem most sem maradt el, ám idén nemcsak az utolsó, hanem az utolsó előtti helyezett is kiesett, és ezek lettek a mi lányaink, mert az utolsó csoportmeccs habár egygyólos volt, de nem sikerült utolérni a németeket, akik kárára tavaly a negyedöntőbe jutottunk. Talán a történelem egyenlítése volt ez.

Az U18-asoknál a női válogatottunk eleve a másodosztályhoz tartozik – ami a 9–14. legjobb csapatokat jelenti –, innen nem sikerült feljebb lépni.

Ez nagyjából egy ponton múltott, hiszen a második és harmadik helyezettek is 9-9 ponttal zártak, míg a mieink 8-cal – és ha az Auszt-





FELNŐTT, ELIT-VILÁGBAJNOKSÁG, BRAMPTON, KANADA

B-CSOPORT

1. forduló: –Franciaország 4–2 (2–0, 1–0, 1–2).

Gólok: Huszák (Metzler, Kiss-Simon), Metzler (Kiss-Simon, Mayer), Huszák (Dabasi), Dabasi (Huszák, Kiss-Simon). **Kapus:** Németh A. 32/34

2. forduló: –Svédország 2–6 (2–4, 0–1, 0–1).

Gólok: Seregély (Gasparics), Dabasi (Huszák, Mayer).

Kapusok: Németh A. 10/15, Révész 12/13

3. forduló: –Finnország 0–5 (0–1, 0–3, 0–1).

Kapusok: Németh A. 27/31, Révész 4/5

4. forduló: –Németország 1–2 (0–2, 1–0, 0–0).

Gól: Dabasi (Odnoga). **Kapus:** Németh A. 24/26

A B-CSOPORT VÉGEREDMÉNYE

1.	Finnország	4	4	–	–	–	26–3	12
2.	Németország	4	3	–	–	1	11–6	9
3.	Svédország	4	2	–	–	2	18–14	6
4.	MAGYARORSZÁG	4	1	–	–	3	7–15	3
5.	Franciaország	4	–	–	–	4	5–29	0

Magyarország és Franciaország kiesett a divízió 1/A-ba.

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2024. április 21–27., Klagenfurt, Ausztria): Ausztria, Dél-Korea, Franciaország, Hollandia, Norvégia

ria elleni meccset sikerült volna a rendes játékidőben behúzni, meglett volna a plusz egy... De nem sikerült, úgyhogy a lányok a negyedik helyen zártak, és ugyanebben az osztályban versenyezhetnek jövőre is – már persze azok, akik nem lépnek végleg fel a felnőttekhez, akikkel egyre szorosabb az együttműködés a szakvezetőség szintjén is, ezzel pedig rátérhetünk az általános optimizmus okaira.

REKORDSZÁMÚ LÉGIÓS

A 2010-es évek eleje óta – amikor az akkori U18-asok először feljutottak az elitbe, majd bent is maradtak – ugyanis egyre nagyobb a merítés, ami igaz még akkor is, ha rendre akad a vb-keretünkben néhány honosított játékos, jellemzően az Achilles-saroknak számító védelemben.

A szélesedő bázisban szerepet játszik, hogy a vezető klubcsapataink sikerrel szerepelnek a regionális bajnokságokban (is), az osztrák központú EWHL-ben például a Hokiklub és a MAC vívta a döntőt, amit előbbi nyert meg, sorozatban ötödször – és amúgy minden sorozatban így tett, ahol az idényben elindult. A MAC cserélt is a kispadon, a válogatott stábjában is évek óta dolgozó Kis András helyett a nyáron a korábbi válogatott játékos, Kiss Andrea vette át a csapatot, és az új idényben már be is jutott az EWHL Supercup fináléjába (a HKB pedig negyedik lett). Amúgy ez a trénercsere egyfelől jelzi, hogy repül az idő, másfelől Kiss Andrea személyében végre női vezetőedzőt köszönthetünk kiemelkedő klubcsapat élén, harmadrészt talán az is megállapítható, hogy lesz mire és kikre támaszkodni a jövőben is.



Ez igaz a tekintetben is, hogy rekordszámú játékosunk pallérozódik külföldön – nem is akárhol, hiszen vannak légiósaink az északi topbajnokságtól a tengerentúli egyetemi ligáig, ráadásul játszanak is, méghozzá eredményesen. Ráadásul a felnőtt és ifjúsági válogatott szakmai együttműködése is erősödik, hiszen Pat Cortina marad a felnőttek szövetségi kapitánya legalább a 2025-ös vb-vel bezárólag, ugyanakkor a stábjának tagja a szemlénk tavaszi számában a védekezés fontosságáról publikáló Delaney Collins is. Ő az U18-asok újrakezdésére is elutazik majd a stáb

U18, DIVÍZIÓ 1/A-VILÁGBAJNOKSÁG, RITTEN, OLASZORSZÁG

1. forduló: –Franciaország 1-2 (0-0, 1-0, 0-2).

Gól: Mozolai (Tóth F.). **Kapus:** Révész 22/24

2. forduló: –Németország 1-3 (1-1, 0-2, 0-0).

Gól: Simon V. (Imets, Koncz). **Kapus:** Révész 23/26

3. forduló: –Norvégia 3-2 (1-1, 0-0, 2-1).

Gólok: Mozolai (Gondos, Báhiczki-Tóth), Metzler (Báhiczki-Tóth, Koncz), Metzler (Mozolai, Chlepko).

Kapus: Révész 14/16

4. forduló: –Ausztria 3-2 (1-0, 1-2, 0-0, 1-0) – hosszabbítással.

Gólok: Metzler (Mozolai, Véghelyi), Koncz, Unger, Metzler (Báhiczki-Tóth, Gondos). **Kapus:** Révész 24/26

5. forduló: –Olaszország 3-1 (1-1, 2-0, 0-0).

Gólok: Pásztor (Gondos), Mozolai (Metzler, Gondos), Gondos (Báhiczki-Tóth, Metzler). **Kapus:** Révész 15/16

A VÉGEREDMÉNY

1.	Németország	5	3	1	1	–	10-4	12
2.	Olaszország	5	2	1	1	1	8-5	9
3.	Franciaország	5	2	1	1	1	11-8	9
4.	MAGYARORSZÁG	5	2	1	–	2	11-10	8
5.	Ausztria	5	–	1	2	2	6-11	4
6.	Norvégia	5	1	–	–	4	8-16	5

Azonos pontszám esetén az egymás elleni eredmény rangsorolt. Németország feljutott az elitbe, Norvégia kiesett a divízió 1/B-be.

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2024. január 6-12., Egna, Olaszország): Ausztria, Dánia, Franciaország, Japán, Olaszország

tagjaként, miközben továbbra is Bedő Botod lesz a főnök: ez az együttműködés, továbbá a rendszeres szakmai egyeztetések összehangolják a válogatottak munkáját és életét, ami könnyebbé teszi a fiatalok előre lépdelését.



Mínuszos hírek

EGY NAP A MAGYAR JÉGKORONG-UTÁNPÓTLÁSÉRT

A magyar jégkorong-utánpótlás teljes vertikuma megjelent és szót kapott a Jégkorong Módszertani Központ V. szakmai napján Budapesten, a Magyar Sportok Házában. Sőt, a közönség nemcsak hallgatott, hanem kérdezett és véleményt formált, hiszen a rendezvényeink kimondott célja, hogy eszmecserét és szakmai vitákat generáljon, ezzel is elősegítve a magyar jégkorong fejlődését. Az egész napos konferencia nyitó előadását az olimpiai bajnok vízilabdázó, **Márcz Tamás** tartotta, és úgy



összegzett, hogy „A versenyztetés a fejlesztés célja, nem az eszköze”. A tartalmas előadás után három panelbeszélgetés boncolgatta a hazai utánpótlás aktuális kérdéseit. Ezek összefoglalása a Jégkorong Módszertani Központ honlapján lesz elérhető a későbbiekben.

IIHF-WEBINAROK TELJESEN INGYEN!

Nemcsak a hazai Jégkorong Módszertani Központ, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) is kínál szellemi táplálékot, ráadásul ugyancsak ingyen, és hozzáférhetően akár a karosszékéből is. Az IIHF október 24-én elstartolt, „Skills4All” címmel ellátott webinar-sorozata is a fejlesztésre koncentrálna. A hét rész során foglalkoznak az általános fejlesztési modellekkel, a toborzással és megtartással, a közösségi média-tartalmakkal és az ügynevezett high performance-edzésekkel. Az előadások során a résztvevők világhíres előadóktól tanulhatnak, és kérdezhetnek is, mivel a webinarok élőben a Zoomon, illetve YouTube-on zajlanak és interaktívak. (Az első előadás linkjét a szomszédos QR-kódot beszkenelve lehet megtekinteni.)

Aktuális szemlénk megjelenése után a következő webinarok következnek még a szezonban – csak az IIHF-et kell keresni az említett platformokon –:

December 20. A közösségi média felhasználása a sportág promotálására

Január 31. A játékezők toborzása és megtartása

Február 28. High-performance-programtervezés

Március 27. A válogatottak programtervezése

Április 24. Játékosból edzővé válás

BÍRÓINK A NAGYVILÁGBAN

Nemcsak a válogatottjaink, játékezőink is részt vesznek az idénybeli IIHF-eseményeken, ráadásul mindkét nem felnőtt és korosztályos világbajnokságai mellett a férfiaknál akad a Kontinentális Kupában, sőt, a Bajnokok Ligájában feladatot kapó honfitársunk is.

„Jelenlegi top játékezőink, akik már nemzetközi szinten is bizonyítottak, inspirációt jelentenek az új generáció számára – mondta Gebei Péter, a Játékezői Bi-

zottság vezetője. – A tapasztalt bírók rendszeres résztvevői a világbajnokságoknak és a Kontinentális Kupának, ami bizonyítja a magyar játékezők nemzetközi elismertségét. Külön kiemelendő a női játékezőink teljesítménye. Gottlibet Zóra és Paulheim Adrienn például a „Road To Milano”-program részesei, és nagy reményeket fűzünk hozzájuk az olimpiai szereplés kapcsán. A fiatal játékezők egyaránt motiváltak és erősek, ami jól mutatja a sportág növekvő vonzerejét és szakmai mélységét.”

JÁTÉKEZŐINK AZ IDÉNY IIHF -ESEMÉNYEIN

Férfiak. Kis-Király Barna: U 20, divízió 1/A. Korbuly Gergely: U20, divízió 1/B. Muzsik Norbert: felnőtt, divízió 1/B. Nagy Attila: Kontinentális Kupa, C-csoport. Pálkóvi Zsombor: U20, divízió 1/A. Rencz Dániel: olimpiai selejtező; Kontinentális Kupa, E-csoport. Soós Dániel: Bajnokok Ligája-rájátszás. Szabó Dávid: U20, divízió 1/A. Váczi Dávid: U20, divízió 3/A, U18, divízió 1/A

Nők. Gottlibet Zóra Vivien: U18, elit. Holzer Bernadett: U18, divízió 1/A. Paulheim Adrienn: U18, elit. Péter Csilla: felnőtt, divízió 2/B

C-licenc: Balácsi Barna, Dósa Krisztián, Gáspár Balázs, Gebei Bence, Gebei Gergely, Kovács Péter, Mach Márton, Máhr-Stumpf Bonifác, Sábán Balázs, Tóth Renátó, Varjú-Bartal Levente

AZ ÖTÖDIK MAGYAR A HALL OF FAME-BEN

Négyről ötre nőtt az IIHF Hall of Fame magyar szakasza, miután a tavaszi férfi elit-világbajnokság záró hétvégéjén **Szélig Viktor** is bekerült a halhatatlanok közé. Ezt megelőzően Pásztor György és Schell László, valamint Kovács Zoltán és posztumusz Ifj. Ocskay Gábor részesült abban a megtiszteltetésben, hogy különböző „aldíjak” elnyerésével HoF-tagnak vallhassa magát. Szélig hivatalosan a nem tradicionális hokis nemzetek képviselőjének járó Richard „Bibi” Torriani-díjat kapta meg. Vele együtt a svéd Henrik Zetterberg, a francia Cristobal Huet, az amerikai Brian Leetch, a brit Jimmy Foster és a kanadai Caroline Ouellette, valamint a svájci Sandra Dombrowski, a finn Kalervo Kummola és Kimmo Leinonen került a sportág halhatatlanjai közé.



A KÖZTÁRSASÁGI ELNÖK FEHÉRVÁRON



Novák Katalin köztársasági elnök Fejér vármegyei látogatásának keretében nem csak a székesfehérvári jégkorong fontos szereplőivel és vezetőivel beszélgetett, hanem betekintett a Hydro Fehérvár AV19 öltözőjébe, majd felszerelést és korcsolyát húzott, ütőt ragadott és jégre is lépett az Ifj. Ocskay Gábor Jégcsarnokban.

bee hoki.

HIVATALOS
FORGALMAZÓ

CCM

ALL OUT.™



