

JÉGKORONG

A MÓDSZERTANI KÖZPONT SZAKMAI KIADVÁNYA III. ÉVFOLYAM | 2024_01

- Alba Aréna
- Érzelemkezelés a jégkorongban
- Utánpótlás-világbajnokságok elemzése
- A figyelem edzése
- A Z-generáció és a sport



[04]



SZÉKESFEHÉRVÁR

NSÜ
NEMZETI
SPORTÜGYNÖKSÉG ZRT.HONVÉDELMI
MINISZTERIUM

we are all you need to know



TARTALOM

04	REMÉNNYEL TELVE <i>Köszöntő</i>
06	KÖZPONT A KÖVETKEZŐ ÉVTIZEDEKRE <i>Az Alba Aréna története</i>
10	SZUPER ELŐADÁSOK SZUPER HELYSZÍNEN <i>VI. szakmai nap</i>
16	NEM KELL NAGYOBB KAPU! <i>VII. szakmai nap</i>
18	OKTATNI KELL ÉS MENTORÁLNI! <i>Interjú Stefan Ladhéval</i>
20	KI ÉS MIT SPORTOL(T) MÉG? <i>Kiegészítő sportágak a jégkoronghoz</i>
24	AZ AGRESSZIÓ ÉS A MEGKÜZDÉSI STRATÉGIÁK <i>Érzellemkezelés az utánpótláskorú jégkorongozók körében</i>
28	MENNYIRE FIGYELÜNK A FIGYELEMRE? <i>A figyelem edzése a jégkorongban</i>
30	A Z-GENERÁCIÓ ÉS A SPORT <i>Korkérdés</i>
34	TANULNI A SZAKMÁRÓL, TANULNI AZ ÜZLETRŐL <i>Svédországi továbbképzések</i>
40	HERFINDAHL-HIRSCHMAN INDEX A JÉGKORONGBAN <i>Csapatonkénti gólkonzentráció az egyes bajnokságokban</i>
44	JOBBAL EREDMÉNYESEBB? <i>Az ütőfogás és a csapateredményesség összefüggései</i>
46	LEHETETT VOLNA AKÁR NYUGODTABB IS <i>Az U20-as férfi világbajnokság elemzése</i>
48	NAGYSZERŰ KEZDEMÉNYEZÉS, KÖZÖS SIKER <i>Az Academy Select idénye</i>
52	TUDOMÁNY ÉS MŰVÉSZET <i>Az U18-as női világbajnokság elemzése</i>
54	RÖGTÖN TÖKÉLETES <i>A 3x3-as ifjúsági olimpia elemzése</i>
56	ÉLETMENTŐ ESZKÖZ <i>Kötelező a nyakvédő</i>
60	GYŐZÖTT A MOBIL, A SPOTIFY, A POP ÉS A HIP-HOP <i>Zenehallgatási szokások a jégkorong-öltözőkben</i>
62	AKTUÁLIS ESEMÉNYEK <i>Hosszabbítás</i>



IMPRESSZUM

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

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

PROJEKTVEZETŐ: Szűcs András. **FOTÓK:** Alliance of European Hockey Clubs, FEHA19/Soós Attila, Hydro Fehérvár AV19/Soós Attila, Iserlohn Roosters, Labdarúgó Módszertani Központ, Linköping HC, Magyar Építők, Magyar Jégkorong Szövetség, Magyar Olimpiai Bizottság, Mol Campus, MTI, Nemzetközi Jégkorong Szövetség, szekesfehervar.hu, Újpesti Jégkorong Akadémia/BTP Pictures.

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

LAPZÁRTA: 2024. április 1. **ISSN-SZÁM:** 2939-6778

Reménnyel telve

Fantasztikus alkalom az Alba Aréna megnyitása, mert új lendületet adhat a magyar jégkorongnak. Hasonlóan fontos a szakmában dolgozók fejlődési vágya, amit bizonyít a szakmai napok sikere, és ugyancsak kritikus, hogy megnyerjük a sportnak, sőt, benne tartsuk a fiatalokat! Ez nemes feladat, akárcsak az előttünk álló világ bajnokságok, amelyeken bízhatunk abban, hogy minden válogatottunk kihozza magából a benne rejlő maximumot!

Személyes szállal kezdeném, hiszen amikor megalakult a Székesfehérvári Volán, akkor az édesapám egy hátrvédőpárost alkotott Ocskay Gáborral: ez azt jelenti, hogy az én egyik első hokis élményem Fehérvárhoz kötődik, ott láttam először játszani az édesapám. Ez a csarnok, a régi pálya tehát nekem mindig is fontos helyszín volt, annál is inkább, mert női válogatottal is itt, illetve Dunaujvárosban szerepeltünk először kvalifikációs világ bajnokságon, ami újabb jelentős érzelmi töltet. Az is nagyszerű élményként maradt meg bennem, amikor a férfíválogatott szerepelt Újvárosban és Fehérváron a 2002-es divízió 1-es vb-n, és a Dánia elleni zárómeccsen kifolytak az emberek a csarnokból...

Ezek egyedülálló események, ráadásul az ország legnagyobb jégkorong-egyesülete és legmagasabb szinten játszó csapata is Fehérváron szerepel, amely elvitathatatlan érdemeket szerzett a szapporói csodában is: ha nincs az akkori EBEL-szereplés, akkor feljutás sincs. Tehát nem is lehet kérdés, hogy kellett a városnak egy új csarnok.

Ezt a gyönyörű létesítményt megérdemlik a játékosok, akik valaha itt játszottak, illetve akik ma itt játszanak, megérdemlik a szakemberek, az edzők, a stábtagek, a háttérben dolgozók, a szponzorok és a városvezetők is, akik mind-mind hozzájárultak a sikerekhez. Ugyanígy megérdemlik az arénát a mindig lelkes és mindig kitartó

szurkolók – továbbá Ocskay Gábor is, aki azon emberek egyike, akik a legtöbbet tették a magyar jégkorongért.

Arra is emlékszem, hányszor beszélünk vele arról a szövetségi elnökségi üléseken, hogy mikor lesz Székesfehérváron női csapat is? Mindig azt felelte: „Zsuzsikám, majd ha felépül az A-pálya...” Szerencsére a női hokira Fehérváron azért nem kellett ennyit várni, de az nagyszerű, hogy végre elkészült az Alba Aréna, amely Magyarország egyik, ha nem a legszebb jégcsarnoka, és ahol büszkeség lesz nemzetközi mérkőzéseket rendezni!

Hasonló büszkeséggel tölt el, hogy immár hazánkban is rendszeresek a szakmai rendezvények. A mi hokinkból abszolút hiányoztak az ilyen események, és egyelőre még gyerekcipőben jár az ilyen, konferencia-típusú szakemberfejlesztés, akár az edzőkről, akár a csapatvezetőkről, akár bármely más pozícióról van szó. Üde színfolt, hogy létrejöttek és követik egymást a szakmai napok, amelyek kifejezett szándéka, hogy külföldről is megnyerjenek előadónak neves szakembereket, akikkel a hazai kollégák kapcsolatot teremthetnek, a konferenciákon bátran odaléphetnek hozzájuk, és feltehetnek bármilyen kicsinek is tűnő szakmai kérdést.

Jómagam kellemesen meglepődtem, mekkora volt az érdeklődés a legutóbbi szakmai napokon, ami azt jelzi, hogy a szakmában dolgozóknak igenis van igénye a fejlődésre: szívesen hallgatják a szaktekintélyek előadásait, amelyek révén temérdek információt magukba szívhatnak. Ezek kivételes lehetőségek, kivált, mert ahogy haladunk előre, egyre szélesebb lesz a kapcsolati háló.

A szakmai napokhoz is kapcsolódó, hasonlóan ismeretterjesztő Jégkorong szemle mostani számában a látványssportágak módszertani központjainak együttműködése keretében vendégírás is olvasható Labdarúgó Módszertani Központtól. A fiatal generáció sportban tartása azonban nem sportágspecifikus, nagyon is hasonló nehézségekkel küzdünk!

Nekem három gyermekem van, 2003-as, 2005-ös és 2008-a születésűek, és már ez a néhány évnyi differencia is jelentős különbségeket eredményez. Ráadásul ennek a korosztálynak az életébe is berobbant a koronavírus-járvány, ami szakaszosan bár, de másfél évig szinte távol tartotta őket az iskolától, a közösségi élményektől. Ugyan a sport tekintetében Magyarországon jobb volt a helyzet, mint más-
hol, mégis sok mindentől megfosztotta őket a pandémia, amely nagyban befolyásolta a sporttal ápolat kapcsolatukat is. Amúgy is minden elszívja őket a sporttól, az olvasástól, kulturális tevékenységektől. Nagyon nehéz feladat őket és a figyelmüket elnyerni, ebben a szülőknek is fontos feladata van – ugyanakkor nem ők, hanem a klubok és az edzők érhetik el igazán, hogy a gyermek magától mondja azt: ő nem hagy ki edzést, mert szeret odajárni! Már a szakemberekollégák képzésekor is nagy hangsúlyt kell fektetni arra, hogy ők képesek legyenek úgy megszólítani a gyermeket, úgy kommunikálni vele, hogy akarjanak a jégpályára járni!



A jég ugyanis nagyszerű események és élmények helyszíne, erre tökéletes bizonyítékok az idényben már lejátszott korosztályos világ bajnokságok is: az U20-as fiúk és az U18-as lányok is úgy szerepeltek, ahogy az elvárható.

A fiúk nagyon ügyesek voltak, hogy sikerült elérniük a bennmaradást a divízió 1/A-ban, ami, ugye, a 11-16. leg-erősebb nemzeteket jelenti. Ez kemény mezőny, olyan országok tartoznak ide, amelyek játékosai sokszor már felnőtt bajnokságokban szerepelnek, és amíg e tekintetben mi nem lépünk előre nagyot, addig nehéz többet elvárunk a junior válogatottól.

A lányoknál az elmúlt idények negyedik helyeket jelentettek a divízió 1/A-vb-ken, ezúttal viszont sikerült megszerezni a bronzérmeket. Rendkívül homogén a mezőny, a csapatok közel vannak egymáshoz, apróságokon múlik a végeredmény. Többször pedzegettem már a Nemzetközi Jégkorong Szövetségben is, hogy nem biztos, hogy a körmérkőzéses szisztéma a legjobb a vb-ken, mert sokszor már az utolsó játéknapi fordulva tudható, mi a helyzet. Szerencsés lenne ezt megváltoztatni például úgy, hogy lenne egy döntő a végén, amely természetesen szintén egyetlen mérkőzés, mégis igazságosabb megoldás, mintha valaki elront egy meccset hétközben, és ezen idejekorán elúszik a feljutása.

Érdemes mindezt fejben tartani és óvatosan megfogalmazni az elvárásokat a hátralévő tavaszi világ bajnokságokra készülve is. A női szakágban tavaly Szlovákia felnőtt válogatottjának az volt a célja, hogy visszajusson az elitbe. Csakhogy a Kína elleni nyitómérkőzését elbukta és utána hiába dominálta végig az összes többi mérkőzésen, semmi sem jött össze, és végül kiesett a harmadosztályba.

Természetesen a mi felnőtt női csapatunknak is az elitbe visszajutás lesz a célja Klagenfurtban, és habár a sérült Gasparics Fanni kiesése nagy csapás, reméljük, hogy a többi játékos készen áll majd a feladatra.

A férfi szakágban az U18-asoknál a juniorokhoz hasonlóan bízom abban, hogy Fredrikshavnban bennmaradnak a divízió 1/A-ban. Ez hasonlóan nehéz lesz, mint amilyen kihívás vár a felnőttekre Bolzanóban, ahol minden forduló élet-halál harc lesz, aztán majd meglátjuk, ez mire lesz elég, a feljutásért szurkolhatunk-e.

A szezonnak azonban volt már hangos sikere, ez pedig a 3x3-as női válogatott aranyérme az ifjúsági téli olimpián! Kijelenthető, hogy ismét van egy nagyon tehetséges ge-

nerációnk, amely szép lassan beérik az U18-ba és egy-két év múlva a felnőttek közé is. Szívesen hasonlítom őket a Huszák, Gasparics, Kiss-Simon, Medgyes, Pintér-féle csapathoz: ugyanolyan elhivatottak ők is, tele vannak tehetséggel és új lendületet adhatnak a női szakágnak.

Reménnyel tölt el az Alba Aréna megnyitása is, hiszen stabil A-csoportos ellenfelet fogadhatunk. Tény, hogy Kanada, Svéd- és Finnország szintű férfíválogatottakat nagyon nehéz megnyerni edzőpartnernek, az idény közben gyakorlatilag lehetetlen, mert nekik hosszú távú szerződéseik vannak a stabilan az elitben szereplőkkel. Ezt látjuk a nőknél is, ahol a háromévesi folyamatos A-csoportos szereplésünk már kinyitott ajtókat – ennek kell lennie a célnak a férfiaknál is, hogy befurakodhasunk ezen hosszú távú szerződésekbe! Minél többször jönnek el nívós csapatok, annál nyitottabbak lesznek a többiek is. Mindenki szeret Magyarországra járni, hiszen remek vendéglátásban lehet részük – ehhez kell egyre jobban felzárkóztatunk a jégkorongunk színvonalát is!

KOLBENHEYER ZSUZSANNA

a Nemzetközi Jégkorong Szövetség tanácsának tagja,
a női tagozat elnöke, a Magyar Jégkorong Szövetség elnökségi tagja,
a női válogatottak osztályvezetője





SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

Központ a következő évtizedekre

Nagyon régóta vártuk, és végre elkészült: az Alba Aréna a télre felépült, tavaszra minden engedélyt is megkapott, így végre hivatalosan is megnyithatja kapuit. Az ország legújabb és talán legszebb csarnoka multifunkcionális, ugyanakkor elsőszámú feladata a jégkorong szolgálata.

Hosszú út végére érünk azzal, hogy megnyit az Alba Aréna: az elégedett mosolyokhoz bizonyosan társulnak megkönnyebbült sóhajok is.

Székesfehérvár rég vágyott új csarnokáról először 2013-ban, a Szent István-emplékév keretében határozták el, hogy igenis megépül. Pontosabban úgy fogalmaztak, hogy „a város terveket készít egy új többfunkciós jégcsarnok megépítéséről”: végülis megvalósult az álom.

A tervezés és a szükséges területvásárlás 2016-ra ment végbe és közben elkészültek a külső és belső látványtervek is. 2018-ra nemzetgazdasági jelentőségűvé minősítették a projektet, 2019 februárjában azonban az elszabaduló építőipari árak miatt leállították a projektet.

Új lendületet 2021 őszén vett a projekt, amikor ismét kiírták a pályázatot, amit a Market Zrt. nyert. Ezek után végre a konkrét munka is elkezdődhetett, de utolsó ijedséggént 2023 őszén azért érkezett a hír, hogy lezárják a Modern Városok Programot, amelyből finanszírozták ezt a projektet is. Ez azonban szerencsére rövid lefolyású aggodalom volt, hiszen a már folyamatban lévő építkezéseket be lehet fejezni, és forrást sem kell visszaadni, tehát az Alba Aréna készülhetett szépen tovább.

Márpedig lenyűgöző csarnokról van szó – számos építészeti bravúrral.

HŐSZIVATTYÚ GONDOSKODIK A HŐMÉRSÉKLETRŐL

Már az első tervek is úgy szóltak, hogy az összességében multifunkcionális aréna elsősorban a jégkorong igényeit kiszolgáló csarnok lesz. A multifunkcionalitást úgy éri el, hogy ugyan a jégfelület az év minden napján rendelkezésre állhat, ha viszont szükséges, hőszigetelő fedést helyeznek rá, így másik húsz-huszonöt másik terem-sportágat is képes lesz kiszolgálni, nem be-

szélve arról, hogy koncertek és kiállítások helyszíne is lehet. A hokimeccseken hitezer befogadóképesség is növelhető időszakosan, ez 2250 férőhelyet jelent pluszban.

Az Alba Aréna a hivatalos adatok szerint csaknem 22 ezer négyzetméter nettó alapterületű multifunkcionális rendezvény- és sportcsarnok. Térszín alatti területe nettó 10.404 négyzetméter, földszintje 7.088 négyzetméter, emelete 6.225 négyzetméter, liftje 21.3 négyzetméter. A kivitelezés tartalmaz továbbá egy darab nyílt rendszerű záportárolót (8300 köbméter) és egy darab zárt rendszerű záportárolót (975 köbméter), olajleválasztó berendezéssel.

Az összesen négyszintes épületben a csarnoktér mellett irodák, kiszolgálóhelyiségek, étterem és rendezvényterem is helyet kapott. Az alsó két szint a küzdőtérrel együtt a földfelszín alatt található, aminek fenntarthatósági és gazdasági haszna is lesz. A volatilis energia-árak miatt ugyanis a gázt be sem vezették, elsősorban megújuló energiából, talajszondák és hőszivattyúk segítségével gondoskodnak a megfelelő hőmérsékletről. Itt hasznosulnak a talajba süllyesztett szintek, mert ezek jelentősen csökkentik a fűtési-hűtési költségeket, összességében tehát az Alba Aréna jóval energiatakarékosabb lesz, mint a nem ilyen korszerű technológiával készülő hasonló méretű épületek.

AZ ORSZÁG LEGNAGYOBB MOBILDARUJA DOLGOZOTT A TETŐSZERKEZETEN

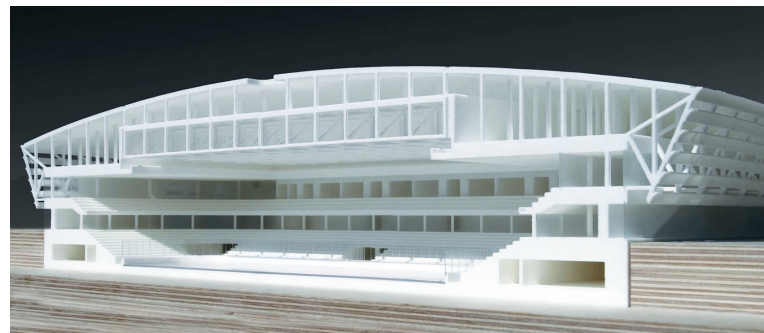
Gábor Péter, a Market Építő Zrt. főépítésvezetője összefoglalója szerint a munkaterület-átadást követően a kivitelezés 2021 novemberében vette kezdetét. Az első feladatok között két ideiglenes közlekedőutat alakítottak ki a Budai út felől, amelyek a beruházás megközelítését biztosították. Jelentős mennyiségű földmunkára is sor került: a projekt első fázisában az Alba Ipari Zónától függetlenül, mintegy 100 000 köbméternyi humuszt, illetve töltőföldet termeltek ki és szállítottak el.

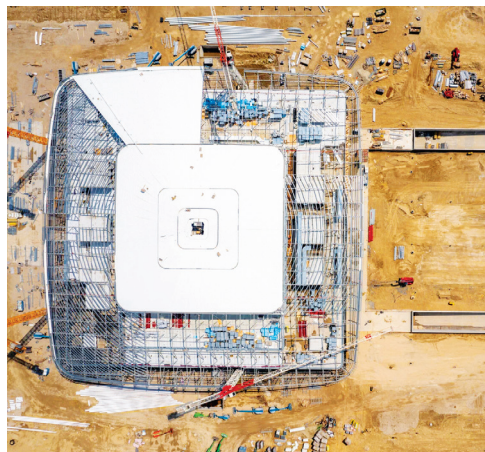
A kivitelezők 2022 február végéig 778 darab cölöpöt fúrtak le, összesen több mint 6 kilométer hosszúságban. Ezt követte az alaplemez építése, amely gyors tempóban, a szerződés szerinti részhatáridő előtt másfél hónappal készült el május közepére. Ennek kialakítása során a szakemberek hozzávetőleg 800 tonna betonacélt, továbbá 6500 köbméter betont dolgoztak fel.

Bevetették az ország legnagyobb mobildaruját is, amellyel három pozícióból hat nap alatt emelték a helyére a 60 méter hosszú és 5 méter magas acélrácsos tetőszerkezet elemeit. Ez a daru 750 tonna teherbírással rendelkezik, melynek legnagyobb emelési távolsága a csarnoknál 76 méter volt, ahol a legnagyobb megmozgatott elemsúly 72 tonnát nyomott. A daru önsúlya közel 1000 tonna, a gémhossza 91 méter, a horog súlya pedig 8 tonna. A felhelyezett acélszerkezet össztömege több mint 650 tonna.

„Hatványozottan fontos volt az is, hogy megfelelő és pontos előkészületekkel (úgy is mint az elemek súlyának kalkulációja, helyszíni előszerelés, daruhoz szállítás) optimalizáljuk a daruhasználati időt. Hála a precíz tervezési és gyártási munkának, a szerelés zökkenőmentesen zajlott” – nyilatkozta Boda Gábor, a Kész Metaltech Kft. főmérnöke a Magyar Építőknak.

A tervezők előre megépítették az acélszerkezetek 3D-s virtuális változatát is, amit bármikor előhívhattak a mobil-eszközökön, ez pedig hasznos segítséget nyújtott a valós elemek helyreillesztésekor, például a bonyolult csomópontok értelmezéséhez.





800 EMBERNEK ADOTT MUNKÁT AZ ÉPÍTKEZÉS

Tavaly február végén elmondhatták az építkezésen, hogy a küzdőtér már fedett és szinte napra pontosan tartják az ütemtervet.

Nyáron következett a tető lemezelése, a víz- és hőszigetelés, valamint az épület teljes „körbezárása” a tetővel és a nyílászárókkal. A tető 1860 tonnás acélszerkezetére összesen 14 000 négyzetméter lemezfedés került, a többszintes épületet pedig 5100 darab, 1,5x4 méteres árnyékoló veszi körbe. Ebben az időben 260-300 ember dolgozott az építkezésen, ám ez a szám a szakipari munkák, például a hidegburkolás, gipszkartonozás, festés során már a 400-at közelítette.

„Ha ehhez még a beépítésre kerülő anyagokat legyártó műhelyeket is hozzávesszük, akkor közel 800 embernek adott napi szinten munkalehetőséget az Alba

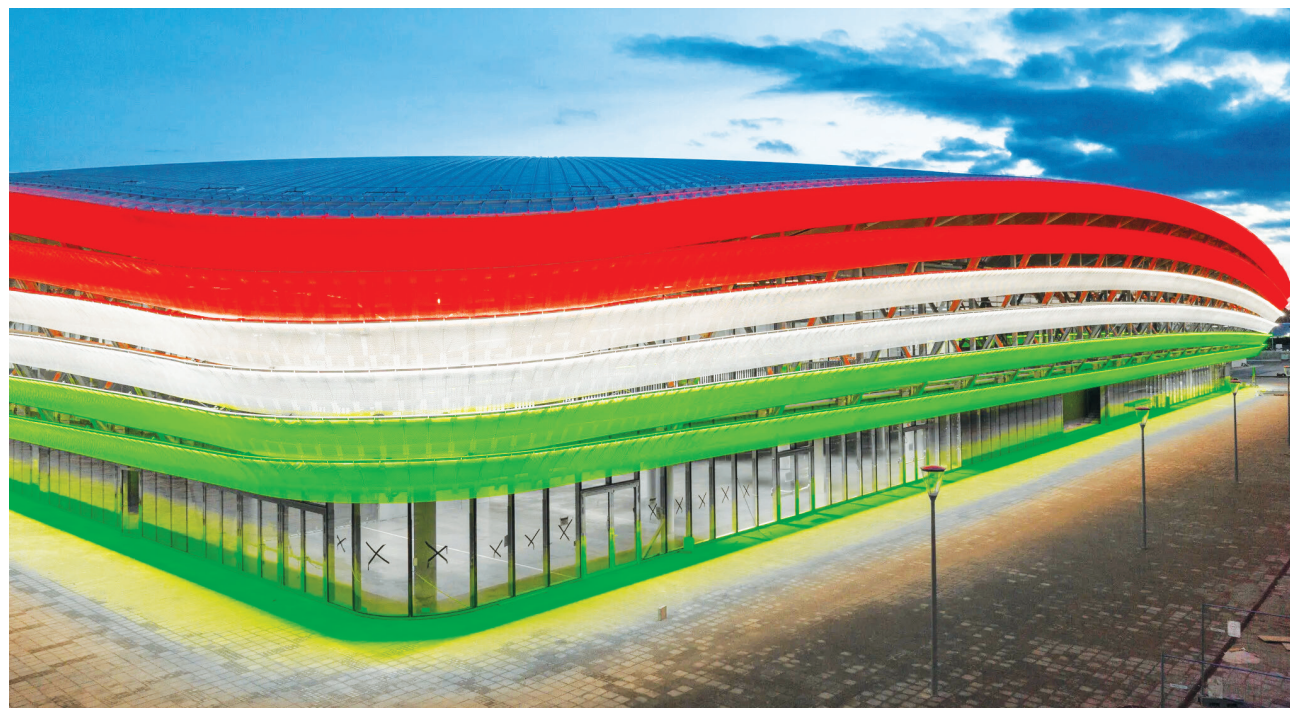
Aréna építése” – foglalta össze Bajnok Sándor, a Market Építő Zrt. műszaki igazgatója.

Az épület egyik legmenőbb funkciójáról pedig még nem szóltunk.

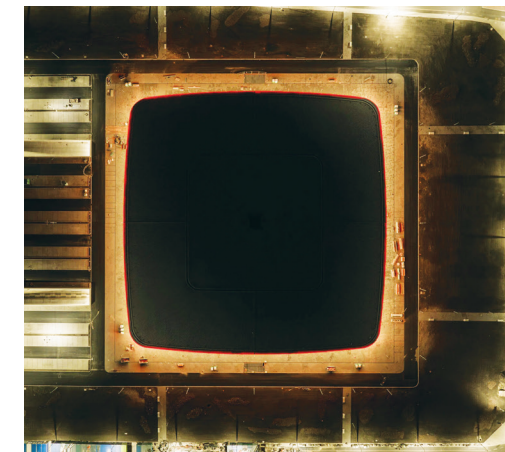
LÁTVÁNYOS FÉNYJÁTÉK A LED-BORÍTÁSON

Az Alba Aréna borítása, másképpen az íves homlokzati sávok egyesével, egyedi méretekben gyártott lamellákból állnak össze: összesen 5 272 darab egyedi lamellát helyeztek el, méghozzá hat sorban.

Ezt a technológiai megoldást kellett lekövetni a díszvilágítási lámpatestekkel is, mely egy közel fél éven át tartó folyamatos egyeztetéssorozatot jelentett a homlokzatot építő vállalkozó és a díszvilágítás gyártója-kivitelezője között. Ennek a végeredménye a 2595 méteres, egybe-



A nemzetközi szabvány szerinti 30x60 méteres és az NHL-ben használatos, 26 méter széles hokipálya is kialakítható



függő hatást keltő, szabadon változtatható és variálható színű LED-fényjáték.

A lamellákat megfelelő szögben és fényerővel megfestő LED-pálcák 1204 darab egyedi méretben gyártott elemből állnak össze egységgé. Mindezeknek köszönhetően látványos fényjátékokra képes a csarnok borítása, amit a nemzeti ünnepeken már be is üzemeltetnek – de akár a meccsekhez kapcsolódó friss események is kifejezhetőek a külső felületen.

Azóta persze már a bútorozási, belsőépítészeti munkákat is elvégezték, akár csak a műgyanta burkolatokat és a szerelvényezéseket. A küzdőtérn befejeződött a nézőtéri székek telepítése, LED Cube és LED-gyűrű ki-telezése, valamint a palánk építése is.

...ezzel pedig rátérhetünk a jégkorongspecifikus kérdésekre.

NHL-ES FELÜLETEN IS LEHET JÁTSZANI

A küzdőtérn a nemzetközi szabvány szerinti 30x60 méteres és az NHL-ben használatos, 26 méter széles hokipálya is kialakítható – a leendő fő használó, a Hydro Fehérvár AV19 éppenséggel a keskenyebb pályán avatja fel a csarnokot 2023. november 3-án. Megnyugtató, hogy a játékosok elégedettek voltak a jégminőséggel is, hiszen máris itt az első (és második) hivatalos mérkőzés, amit az Alba Arénában rendeznek: április 18-án és 19-én Norvégia lesz a magyar férfiválogatott ellenfele – megfelelően a Cser-Palkovics András, Székesfehérvár polgármestere reményének:

„Bízunk benne, hogy a létesítmény nem csak a Volánnak, hanem a magyar jégkorong válogatottnak is az egyik központja lesz majd a következő évtizedekben.”





Szuper előadások szuper helyszínen

SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

Igazán különleges helyszínen, a MOL Campuson tartotta meg VI. szakmai napját a Jégkorong Módszertani Központ.

A „Játékosok fejlesztése a csapatsportágakban” című egész napos nemzetközi konferencia túlmutatott a jégkorongon: hagyományteremtő céllal az eseményen képviseltették magukat a többi kiemelt sportág módszertani központjai, valamint a Magyar Olimpiai Bizottság (MOB) és a Nemzeti Sport Ügynökség (NSÜ) is.

A Jégkorong Módszertani Központ nemcsak a sportágon belüli fejlesztést tűzte a zászlajára, hanem a más sportágakkal, illetve az állami sportirányítással hatékony együttműködést is. Ennek szellemében az évente kétszer megjelenő Jégkorong szakmai szemlében is rendszeresen publikálnak a társszervek – mostani számunk 30–33. oldalán például a Labdarúgó Módszertani Központ –, a VI.

szakmai napot pedig az NSÜ sportszakmai és sportstratégiai vezérigazgató-helyettesének köszöntője nyitotta.

Dr. Baji Balázs elmondta: büszkén szemlélik a közelmúlt fejlődését, továbbá az NSÜ és a Sportállamtitkárság a jövőben is mindent elkövet, hogy a sportágak, ezen belül a jégkorong fejlesztését támogassa.

NHL-ES SZAKVÉLEMÉNY MAGYARORSZÁGRÓL

Az első blokkban Dr. Kolbenheyer Zsuzsanna, a Magyar Jégkorong Szövetség alelnöke, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) elnökségi tagja és női tagozatának elnöke, illetve a kanadai Bob Nicholson, az IIHF al-elnöke, az NHL-es Edmonton Oilers elnöke beszélgetett a nemzetközi tapasztalatokról.

„Ha teljhatalommal belenyúlhatnék a rendszerbe, a legjobb edzőket, akik jelenleg a felnőttéknél dolgoznak, az U10-



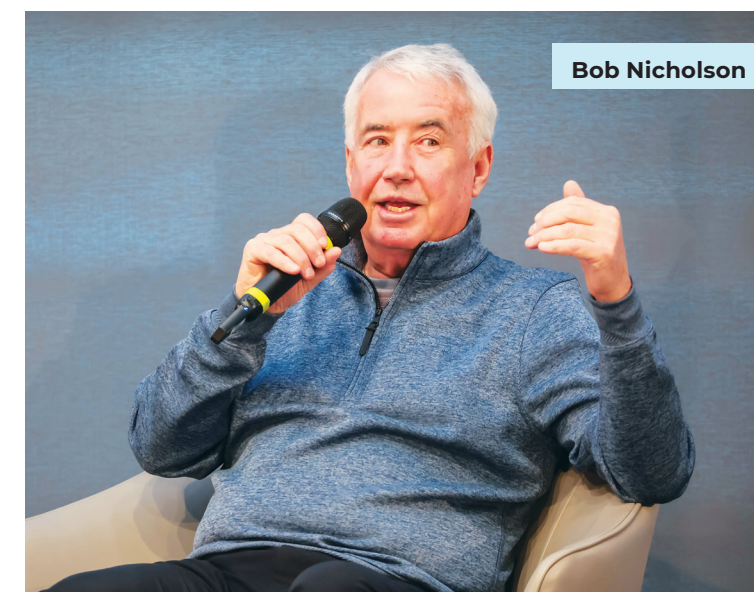
esekhez irányítanám” – mondta Bob Nicholson, aki játékos-pályafutása után először Brit Kolumbia regionális technikai igazgatójaként dolgozott a nyolcvanas években.

A versenyzésről a képességfejlesztésre helyezte át a hangsúlyt, ezzel jelentősen növelték a rendszerben maradó gyermekek számát. Elindítottak egy U17-es olimpiai programot, majd elitképzést, amivel megalapozták a fejlesztési folyamatot, amiben a legfontosabb személy az edző.

Kifejtette, hogy amikor 1998-ban a Wayne Gretzky-féle válogatott kikapott az olimpián Csehországtól,

mindenki arról beszélt, hogy meg kell reformálni a kanadai hokit! A merítéssel sosem volt gondjuk, viszont a kudarc után minden poszthoz meghatározták a legfontosabb képességek körét. Ezzel megváltozott a struktúra és a szemlélet a kicsiknél is, elkezdtek országosan is fókuszálni a képességfejlesztésre. A mai napig így dolgoznak.

Megjegyezte, az IIHF-es munkája révén tudja, a magyar hoki jó ideje fejlődik, de még hosszú az út, mivel alulról megindulni sokkal könnyebb, mint hosszú távon erősödni és növekedni: „Egy játékos kinevelése nem sprint, hanem maraton.”

Kolbenheyer
Zsuzsanna

Bob Nicholson

A Tüskecsarnokban rendezett U20-as divízió 1/A-világbajnokságot is felügyelő szaktekintély elmondta: a korosztályos vb-n is minden csapat versenyképesnek tűnt, de a keretek legjobb, illetve legkevésbé jó játékosai között nagyobb a távolság, mint az elitben. Magyarországon az infrastruktúra sokat javult, ám ezt meg kell tölteni tartalommal, ami főleg az edzők mindennapi kemény munkáját jelenti, és fontos lenne meghatározni a magyar hokis identitását, hogy milyen egy magyar játékos, mi a jellemző rá?

**MEG KELL ALAPOZNI
A CIVIL KARRIERT IS**

Aku Nieminen már északi kitekintést nyújtott: bemutatta, hogy Finnországban, a jégkorongsportban híres Vierumäki intézményében miként hangolják össze a sportot és a tanulást. Kiemelte a „sisu”-t, amely ki-

fejezés a kitartást és elhivatottságot takarja, erre alapozzák a jégkorong-filozófiájukat is. A szövetség meghatározta az egész finn hoki stratégiáját is, amit a szervezet szándékosan nem a saját elképzelésének nevez, hogy mindenki a magáénak érezze. Ennek a prioritásokat és alapelveket összefoglaló műnek egyik fő megállapítása, hogy a játékosok rendszerben tartása az edzői munka legfőbb mérőszáma.

„Nincs olyan topedző, aki ne lenne hajlandó tanulni, akár minden nap” – összegzett Aku Nieminen. Kifejtette, hogy 8 régióra osztották a jégkorongsportot, mindegyiknek van saját regionális vezetője. Részletezte, hogy miután a legelső szakaszban megkedveltették a játékot a gyermekkel és kifejlesztették az egészséges önbizalmát, a következők az optimálisnak vélt edzés-mennyiségek:

Életkor	Összes óra	Irányított edzés egyesületben	Testgyakorlás az iskolában	Hobbi, játék a barátokkal
5-7	Heti legalább 20 óra	25%	-	minden fennmaradó százalék
7-9	Heti legalább 20 óra	40%	-	minden fennmaradó százalék
10-11	Heti legalább 20 óra	40%	20%	minden fennmaradó százalék
12-14	Heti legalább 20 óra	50%	25%	minden fennmaradó százalék

A következő szakaszban Stephan Lundh, Dr. Géczi Mariann és Tóth Adrián beszélt a svéd hokigimnázium-modellről, a MOB Kettőskarrier-programjáról, illetve az élsport közben megalapozható civil életről – mindhárom téma kulcsa az összehangolás volt.

Az előadások után Dr. Kiss Csaba moderálásával egy kerekasztal beszélgetéssel

zárult a délelőtti szekció. Elhangzott, hogy a MOB programjához az elmúlt két évtized áttekintése nyújtotta a tudományos alapot. Hagyományosan nagy kérdés: miként lehet a legsimábban áttérni a sportolói létformából a civilre?

„Nem lehet mindenki Jaromír Jágr” – utalt az ötvenes éveiben is hokizó cseh le-



gendára Tóth Adrián, aki szerint korosztálytól és sportágtól függetlenül fontos a civil karrier építése is.

**PARADIGMAVÁLTÁS
A LABDARÚGÁSBAN**

A délutáni programot a sportágak közti együttműködés jegyében Liszcai Dezső, a Labdarúgó Módszertani Központ szakmai és képzési tanácsadója nyitotta, meghozza súlyos megállapításokkal. Szerinte például a felnőtt NB1 12 csapatos mezőnye jelentősen csökkenti az edzők kockázatvállalási hajlandóságát, a trénernek kevésbé vetik be a még csak ingadozóbb teljesítményre képes fiatalokat.

Beszámolt arról, miként alakul át a labdarúgásban a támogatási rendszer, amely jobban reagál majd a minőség-



Liszikai Dezső

re. Ennek értelmében csak az éves támogatás 70 százaléka érkezik meg biztosan, a másik 30 százalék teljesítményhez kötött, és vállalási indexet rendelnek hozzá, például, hogy hány saját nevelésű játékost építenek be a csapatba.

„Ez komoly paradigmaváltás, lesz is sikongatás” – jósolta Liszikai Dezső, aki félig viccesen megjegyezte: a bevezetés nyomán ki fogja kapcsolni a telefonját, de a teljesítménynek kell lennie a fő értékmérőnek!

Mindehhez csatlakozott a panelbeszélgetésen Dr. Sterbenz Tamás, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem rektora, a Kosárlabda Specifikus Módszertani Központ képviselője, feltéve a kérdést: miként lehet ösztönözni a kissé ellustult közeget? A résztvevők megtárgyalták, miként lehetne terjeszteni a multisport-szemléletet, mivel az aktuális megítélés szerint túl korán specializálódnak a gyerekek.

„Szoboszlai Dominik is fehérvári, úgyhogy kiemelkedően nehéz a feladatunk Fehérváron, ahol minden látványsport megtalálható, ezáltal a toborzás, a minőségtermelés és a kiválasztás is kihívás” – jegyezte meg Fekti István, a Jégkorong Módszertani Központ szakmai alelnöke.

Raeto Raffainer

LEGYEN NÉMI KÁOSZ!

A konferencia utolsó blokkjában Raeto Raffainer, illetve Kiss Dávid következett.

Az IIHF elnökségi tagja és edzőbizottsági elnöke leszögezte: sehol sem rajonganak a változásokért, amire példának hozta, amikor sikeres csapatok nem tudják, mikor érkeznek el a pillanat, hogy megváljanak a pályájuk lefelé ívelő szakaszába lépő klasszisaiktól. A négy éven át a svájci válogatott általános igazgatójaként is dolgozó és vb-ezüstöt szerző Raeto Raffainer kifejtette: fontosak a közép- és hosszútávú tervek, ám a vezetők jobban járnak, ha nyilvánosan csak a jelenről és a következő egy-két évről beszélnek. Emellett hangsúlyozta a kommunikációs képességek, a testbeszéd fontosságát is.

Kiss Dávid, az osztrák központú ICEHL rájátszásába az alapszakasz harmadik helyéről bejutó és a negyedöntőből is majdnem továbblépő Hydro Fehérvár AV19 vezetőedzője a szakma alapjairól, a jó szokásokról szólt, megemlítve, hogy az edzői munka sikerességének nem egyértelmű tükré, hány tanítványból lesz felnőttjátékos. A 11 évvel ezelőtti önmagának azt üzent: végezzen minél több képességfejlesztő edzést, és kevesebbet foglalkozzon a szisztémával, az edzésen igenis legyen némi káosz, hiszen a mérkőzéseken is van!

Végül idézte az egykori NFL-edző, Tom Landry szavait: „Egy edző mindig azt mondja ki, amit nem akarsz hallani, azt mutatja meg, amit nem akarsz látni, ezáltal válhatsz azzá, akiről mindig is sejtetted, hogy lehetnél!”

Kiss Dávid

Aku Nieminen

THE FINNISH DEVELOPMENT “PROGRAM”

Presented By Aku Nieminen

December 12, 2023

Budapest, Hungary

A VI. szakmai nap előadói, a panelbeszélgetések résztvevői

Dr. Baji Balázs, a Nemzeti Sportügynökség sportszakmai és sportstratégiai vezérigazgató-helyettese

Betlenfalvi István, a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-kenu Akadémia szakmai igazgatója

Fekti István, a Jégkorong Módszertani Központ szakmai alelnöke

Dr. Géczi Mariann, a Magyar Olimpiai Bizottság stratégiai igazgatója

Jókai Mátyás, a Kozma István Magyar Birkózó Akadémia tudományos főmunkatársa

Dr. Kiss Csaba, a Budapesti Corvinus Egyetem adjunktusa
Kiss Dávid, a Hydro Fehérvár AV19 vezetőedzője

Dr. Kolbenheyer Zsuzsanna, a Magyar Jégkorong Szövetség alelnöke, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség elnökségi tagja és női tagozatának elnöke

Liszikai Dezső, a Labdarúgó Módszertani Központ szakmai és képzési tanácsadója

Stephan Lundh, a Jégkorong Módszertani Központ nemzetközi igazgatója

Mocsai Tamás, a Nemzeti Kézilabda Akadémia ügyvezetője

Dr. Nagy Attila, a Jégkorong Módszertani Központ tudományos főmunkatársa

Bob Nicholson, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség alelnöke, az Edmonton Oilers elnöke

Aku Nieminen, a Finn Sportintézet jégkorong-szakágvezetője

Raeto Raffainer, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség elnökségi tagja, az edzőbizottság elnöke

Dr. Sterbenz Tamás, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem rektora, a Kosárlabda Specifikus Módszertani Központ képviselője

Tóth Adrián, az FTC-Telekom játékosa

Nem kell nagyobb kapu!

SZERZŐ:



NAGY ATTILA

Jégkorong
Módszertani
Központ

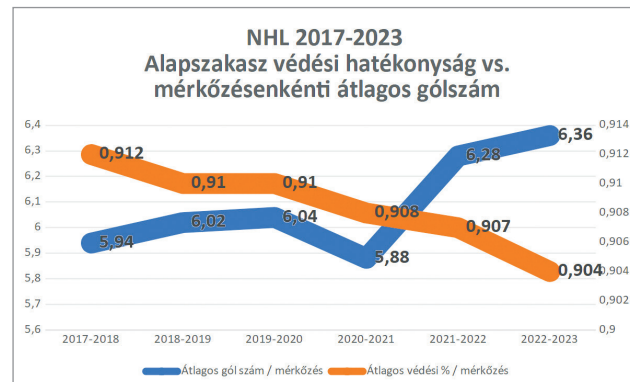
A január végén tartott VII. szakmai napunkra a FEHA19 nemzetközi igazgatója, Stephan Lundh meghívására Magyarországra érkezett a svéd Stefan Ladhe, aki évtizedek óta dolgozik a svéd jégkorong-válogatott kapusaival, megannyi sikeres világeseményt a háta mögött tudva. Az egész napos, posztspecifikus továbbképzésen közel negyven hazai kapusedző, valamint négy akadémista kapus vett részt.

A délelőtti általános előadással vette kezdetét, ahol Stefan Ladhe megosztotta a képzési filozófiáját, ugyanakkor interaktív módon bevonta a hazai szakembereket is. Az előadás után jégre léptek az edzők, a vendégünk különböző gyakorlatokat mutatott be az akadémia által delegált kapusok segítségével. Az ebédszünetet követően ismét előadótérmi foglalkozás következett, ahol a hazai kapusedzőknek kiscsoportokban kellett gyakorlatokat összeállítani bizonyos fejlesztési pontok mentén, melyet végül közösen átbeszéltek. A délutáni jeges edzésen pedig az elméletet átültették a gyakorlatba.

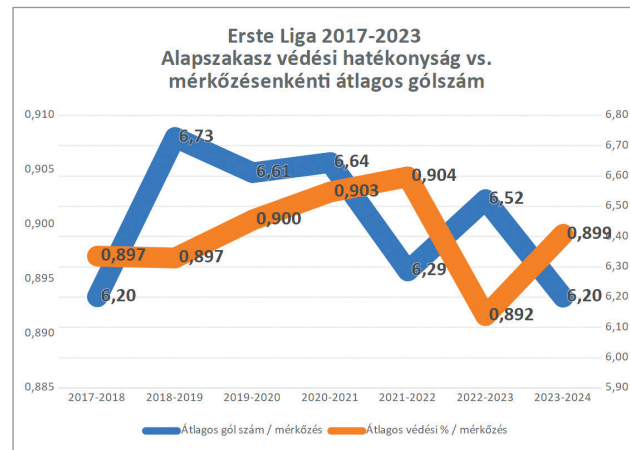
„Ne azon gondolkodjatok, hogy nagyobb kapu kell, inkább eddzetek többet – úgy, mint a kapusok!” – osztott meg egy észak-amerikai gondolatot az 54 esztendősfő Stefan Ladhe.

Az idézet egy NHL-es kapusedzőtől származik, abból a korból, amikor a liga aggódott a mérkőzésenkénti góllát csökkenését látva. A szakemberek szabályváltozásokat terveztek, valamint többen javasolták a kapusfelszerelések méreteinek csökkentését is, illetve a kapu méretének növelését. A következő grafikon az NHL elmúlt hat szezonjának mérkőzésenkénti átlagos gólszámát, illetve az átlagos védési hatékonyságot mutatja Stefan Ladhe prezentációja alapján.

Ezen számok mentén vizsgáltuk meg az Erste Liga hasonló paramétereit.

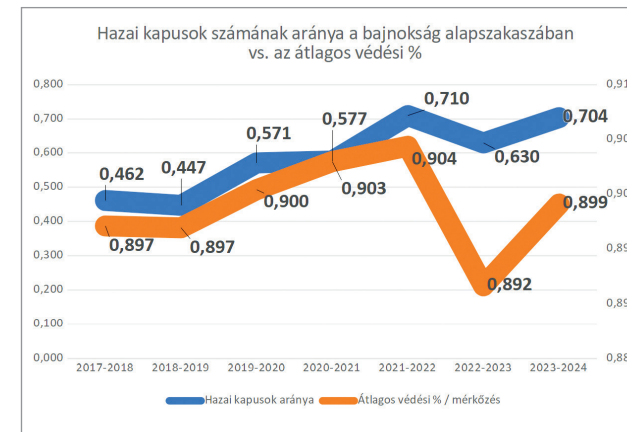


A vizsgálat során az Erste Liga alapszakasz-mérkőzéseit vettük figyelembe, a védési hatékonyság esetén minden kapust beleszámítottunk, a gólok kapcsán az üres kapus gólokat nem vettük számításba.



A két ábra összehasonlítása alapján látható, hogy a bevezetett szabályváltozásokkal az NHL elérte a célját: a mérkőzésenkénti gólok száma növekvő trendet mutat.

Az Erste Liga kapcsán teljesen eltérő trend mutatkozik meg szezonokban, egyfajta hullámváz figyelhető meg, ennek okai többek között a hazai és légiós kapusok számában is kereshető. A csapatok nagyobb része foglalkoztat külföldi kapust (6 igen, 4 nem). Ugyanakkor az alábbi ábra azt mutatja, hogy a hazai kapusok arányának növekedése hasonló trendet követ az alapszakaszban az átlagos védési százalékkal. Tehát, ha több hazai kapus van a bajnokságban, akkor általánosságban véve „jobban” védenek a kapusok. Ennek részletesebb okait külön, akár egy önálló szakdolgozatban is érdemes lehet vizsgálni.



Az NHL-ben bevezetett szabályváltozások előbb-utóbb az európai jégkorongban is megjelennek, a nemzetközi szövetség beépíti a szabálykönyvbe, így az európai bajnokságok is átveszik. Az elmúlt években az alábbi szabályok bevezetésével korlátozták a kapusok mozgásterét, illetve kényszerítették rá minél több korong megjátszására:

- Szűkítették a kapu előtti védett területet, a korábbi félkör oldalait „levágták”
- A kapus csak az alaponál előtt, valamint a kapu mögött kijelölt zónában (trapéz) játszhatja meg a korongot
- A kapus, amennyiben már ütővel megállította a korongot, utána nem fagyaszthatja, meg kell játszania, különben kisbüntetés adható
- A piros vonalon túlról kapura lőtt korongot, amennyiben a kapus fagyasztja, akkor csapata nem cserélhet, a támadó csapat pedig választhat, melyik oldalon legyen a bedobás



VÉLEMÉNYEK

HAJEK MÁRK:



„A magyar jégkorong kicsi társaság és a kapusedzőket külön is ki lehet emelni, hiszen bármikor találkozunk, nagyon jókat beszélgetünk, tippeket osztunk meg egymással vagy akár csak csevegünk a mindennapokról. A miénknél sokkal magasabban jegyzett svéd jég-

korongkultúrától tanulni kiváló lehetőség: reagálni kell és menni, mindig tudunk valami újat tanulni. Nagyon tetszett, hogy bevontak minket is a beszélgetésbe, kérdeztek tőlünk, csoportos munkák is voltak. Hasznos volt számomra, hogy miként építsük fel az edzéseket, hogyan haladjunk lépésről lépésre, milyen extra dolgok vannak, amiket bele tudunk tenni az edzésekbe. Ezáltal a kapusok is jobban tudják olvasni a játékot, jobban tudnak fejlődni. Minden információ hasznos tud lenni, akár az olyan dolgok is, amiket már tudtunk, de jó emlékeztető, hogy megfelelő-e az irány.”

ORBÁN GERGŐ:



„Kaptam egy nagyon jó lehetőséget, hogy eljöhettek erre a kapuspecifikus szakmai napra. Ez nyilván kihagyhatatlan, hiszen, mint minden játékos, aki szeretne önmagán fejleszteni, én is így vagyok ezzel: ezért is jöttem, hogy aztán magammal tudjak vinni új információkat és jó dolgokat. Egész nap a kapusokról volt szó, tehát én mint kapus csak jó dolgokat hallottam és láttam. Igyekszem mindent haza vinni és dolgozni tovább keményen!”

SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

Oktatni kell és mentorálni!



Valóságos szaktekintély volt a januárban megtartott kapusspecifikus szakmai nap vendége: az 54 esztendősvéd Stefan Ladhe kapusedzőként háromszoros világbajnok és olimpiai ezüstérmes többek között. Az egész napos továbbképzést követően interjúnkban is beszélt a kapusfejlesztés lehetséges irányairól.

Milyen szakmai kapcsolat fűzi Stephan Lundhoz, mi a közös történelmük?

Akkor találkoztam vele, amikor a kilencvenes évek elején a Djurgarden vezetőedzője volt Stockholmban – én pedig a juniorok és a még kisebbek kapusedzője. Néhány évvel később, amikor Malmöbe került, megkérdezte, hogy tudnék-e neki segíteni a kapusokkal, úgyhogy három-négy hetente három-négy napot velük töltöttem, miközben Stephan házában laktam, hiszen meghívott a családjához. Amikor később a Frölunda edzője lett, akkor is megkért, hogy segítsék, bár nem tudtam olyan gyakran, mint a Malmönél. Aztán dolgoztunk együtt a svéd utánpótlás-válogatottaknál is, noha nem pont ugyanannál a csapatnál, de azonos rendszerben.

Miként építette fel a Budapesten megtartott kapusspecifikus szakmai napot?

Két elméleti óránk volt és kétszer mentünk jégre egy-egy órára. Átvettük a kapusposzt alapjait, emellett – mivel a kapusok szinte mindig együtt eddzenek a csapattal a jégen – megnéztük, hogy kapusedzőként milyen gyakorlatokkal tudjuk fejleszteni őket, és hogy a kapusok hogyan tudják fejleszteni saját magukat. Van jó néhány edző, akik eszmét cserélhettek egymással, ez pedig fontos dolog – én kis segítséget tudtam nyújtani, de többi már rajtuk múlik. A legfontosabb, hogy vegyék fel a kapcsolatot egymással, osszák meg a tapasztalataikat, beszélgessenek a kapusok edzéseiről, a meccsekről, a kapusok teljesítményéről! Így tudnak fejlődni ők is. Nincs különösebb titkunk, hiszen a világ



Vegyék fel a kapcsolatot egymással, osszák meg a tapasztalataikat, beszélgessenek a kapusok edzéseiről, a meccsekről!

kapusközössége nyitott, a tagjai megosztják egymással a tapasztalataikat. Szóval, szerintem a mi titkunk valójában az, hogy nincs titkunk egymás előtt.

Nem mindenhol kaptak még rá a szakmai eszmecserékre, akadnak, akik időpazarlásnak tekintik az ilyen összejöveteleket...

Ilyet még nem is hallottam! Ha más szakemberekkel beszélünk a hokról, azáltal csakis fejlődni lehet, ez nagyon fontos! A kapusok szűkebb társadalma pedig híres arról, hogy a tagjai megosztják a tapasztalataikat, lehet, ebben különösek vagyunk. De nagyon ritka, hogy különböző edzők ne különbözőképpen dolgozzanak, tehát van értelme megtárgyalni, ki és miért csinálja másként. Ám talán azért nem szeretnek minket hallgatni, mert a kapusok egyre többet védenek, így pedig a mezőnyjátékosok egyre kevesebb gólt szereznek...

Mik a legújabb trendek a kapusposzt tekintetében?

A lényeg ugyanaz: bármilyen áron és bármilyen módon, de megállítani a korongot! Ehhez elengedhetetlen a jó versenyszellem. Hasznos az is, ha okosan edzünk, például minél több olyan gyakorlatot végzünk, amely során nincs előre megmondva, honnan és/vagy hova érkezik a lövés: legyen az edzés is minél inkább olyan, amilyen helyzetek a mérkőzéseken előfordulhatnak! A hagyományos, kapusspecifikus képességfejlesztő edzések is fontosak, ugyanakkor muszáj átemelni situációkat a meccsekből, például legyen zsúfolt a kapuelőter, a kapusnak legyen nehéz látószávot találnia – ahogy a meccseken. Ugyanígy kell adni időt arra is, hogy a mérkőzhelyzetet imitálva a kapus megoldhassa a kipattanó utáni helyzetet, lekövesse a korong útját, mielőtt az edzésgyakorlatban jön a következő lövés.

Miként lehetne áthidalni azt a problémát, amivel Magyarországon küzdünk, hogy sok a gyermek, egyre több a pálya is, javul az infrastruktúra, de az egész meg kéne tölteni színvonalas tartalommal, azaz sok edzővel?

Oktatni kell és mentorálni! A trénereknek is van szükségük tréningekre, hogy aztán minél színvonalasabb edzést tarthassanak a gyerekeknek – és közben az sem árt, ha élvezik is. Az fantasztikus kezdeményezés, ha jönnek olyan külföldi szaktekintélyek, akik megosztják a gondolataikat, a tapasztalataikat, és talán inspirálják a magyar kollégákat, hogy tanuljanak és továbbfejlessék önmagukat. Én például remekül éreztem magam Budapesten, nagyszerű emberekkel találkoztam és sok olyan edzővel, aki bővíteni akarta a tudását. Remélem, sikerült valamit adnom nekik, ami segíti őket abban, hogy aztán ők is segíthessenek a tanítványaiknak.

Említette, hogy régóta dolgozott a svéd válogatottak mellett, de hamarosan búcsúzik: miért?

Igen, tizenhárom évig dolgoztam a svéd felnőtt válogatottal és az idei lesz az utolsó világajnokságom a csapattal. Korábban a junior korosztállyal és fiatalabbakkal dolgoztam, valamint sok oktatást és kurzust tartunk a Svéd Jégkorongszövetség szervezésében. De már öreg vagyok, régóta foglalkozom ezzel... Nem sokaknak adatik meg, hogy ilyen hosszú ideig dolgozhassanak egy helyen, mint én a válogatottjainknál – ezért pedig nagyon hálás vagyok! Ugyanakkor a szakvezetőség egyre több adatlapú tevékenységet szeretne végezni, digitálisan, számokkal is követni és leírni a játékosok teljesítményét, amihez én nem értek eléggé. Az újhullámos kapusedző-kollégák között viszont akad olyan, aki ismeri ennek a csínját-bínját, úgyhogy érkezett az idő a váltásra.





Ki, mit sportol(t) még?

SZERZŐK:



NHL



NHLPA

Az NHL és a helyi játékos-szakszervezet, az NHLPA kitöltött egy felmérést 2018 szeptemberében a NHL-ben szereplő játékosokkal. E felmérés eredményeit mutatjuk be most az Amerikai Jégkorongszövetség, a USA Hockey engedélyével.

ÁLTALÁNOS (NHL-ÖSSZES)

A jégkorongon kívül 5-14 éves koruk között az NHL-játékosok 98%-a más sportágban is részt vett. Több mint felük focizott (60%) és/vagy utcai/görhokizott (59%). A baseball (48%), a golf (43%) kevésbé, de lemaradt, a kosárlabda (28%), a szabadtéri sportok (24%), a tenisz (23%) és az amerikai futball (22%) zárta a legjobb nyolcat.

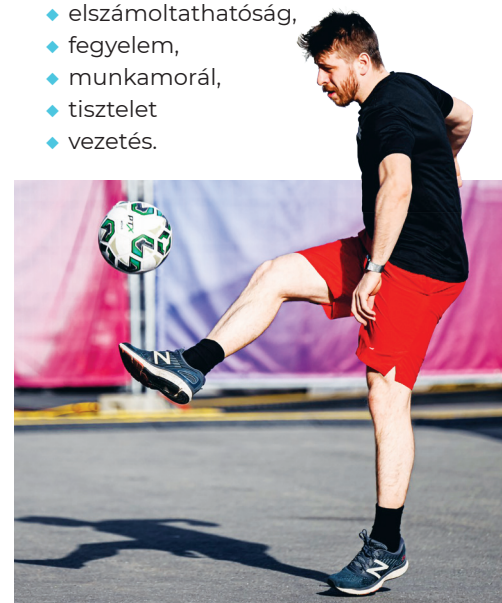
15-18 éves koruk között az NHL-játékosok közel 80%-a továbbra is részt vett a jégkorongon kívül más sportágban is, miközben a hokis álmái megvalósításáért dolgozott. A golf (42%) volt a leggyakrabban játszott kiegészítő sport, és kora gyermekkorától állandó maradt, ezt követi az utcai/görhoki (24%) és a baseball (20%). Közel 20%-uk focizott a 15-18 éves korosztályban, bár ez volt a legmeredekebb visszaesés a kora gyermekkorhoz képest (-40%).

Az átlagos NHL-játékos négyéves kora után kezdett el korcsolyázni és jégkorongozni, és 14 éves koráig nem is specializálódott a jégkorongra, vagyis továbbra is rendszeresen vett részt más sportágakban.

A játékosok jégkorongtudásának fejlődése szempontjából átlagban a legfontosabb személyek az édesapjuk (86%), édesanyjuk (68%), testvérük (31%), edzőjük (23%) és nagyszüleik (13%).

Az NHL-játékosok úgy vélik, hogy a jégkorongozáshoz kapcsolódó legfontosabb értékek, tulajdonságok és fogalmak a következők:

- ◆ csapatmunka,
- ◆ kemény munka,
- ◆ szenvedély,
- ◆ jellem,
- ◆ elkötelezettség,
- ◆ elszámoltathatóság,
- ◆ fegyelem,
- ◆ munkamorál,
- ◆ tiszttelet
- ◆ vezetés.



ÉLETKOR-SPECIFIKUS

A 25 év alatti (5-14 éves) NHL-játékosok felülreprezentáltak a lacrosse-ban való részvételben (23%, +3%) és alulreprezentáltak a baseballban (41%, -7%), a kosárlabdában (23%, -5%), futballban (18%, -4%) és szabadtéri sportokban (20,5%, -3,5%)

A 25 év alatti játékosoké az egyetlen korosztály, amelyben több sportágban is alulképviseltek 5-14 éves korig (-1,23%); ezt szemlélteti egy 13,5 éves specializálódási korátlag is, ami fiatalabb a teljes NHL-átlagnál.

A 25 év alatti NHL-játékosok nagyobb mértékben támaszkodtak a közvetlen családjukra, nagyobb arányban jelölték meg anyát, apát, testvért és nővért, míg másokra kevésbé támaszkodtak.

A 25 év alatti NHL-játékosok 10%-kal ritkábban használták a „fegyelem” szót a jégkorongozás során szerzett tapasztalatok jellemzésére, helyette a karakter, elkötelezettség, bátorság és kemény munka kifejezéseket választották.

A 26-30 éves játékosok többet kosárlabdáztak, baseballloztak és amerikai fociztak felnőtt korukban (5-14 évesek), mint a teljes NHL-átlag. Bár a 26-30 éves játékosok 21%-a játszott kora gyermekkorukban lacrosse-t, ez a szám csak 7%-ra esett vissza 15-18 éves korukra.

A 26-30 éves NHL-játékosok több mint 83%-a más sportot is üzent 15-18 éves kora alatt.

A 26-30 éves NHL-játékosok túlértékelik a nagyszülők és más családtagok, valamint az edzők támogatását.

A 26-30 éves NHL-játékosok 6%-kal nagyobb valószínűséggel használták a „fegyelem” szót a sport által megszerzett tulajdonságok jellemzésére.

Mind a 72 fő 30-35 éves NHL-játékos 5-14 éves korában legalább egy másik sportágot játszott (100%). 5-14 éves koruk között ezek a játékosok erősen felülreprezentáltak voltak baseballban (58%, +10%), a szabadtéri sportokban (35%, +10,5%) és a fociban (68%, +8%).

A 30-35 éves játékosok kevésbé támaszkodtak anyára és apára az összes kitöltőhöz képest.

A 30-35 éves játékosok 10%-kal kisebb valószínűséggel használják a „szendély” szót a játék során tanultak jellemzésére; ugyanakkor többet a fegyelem, a munkamorál, az elszámoltathatóság és a rugalmasság.

Mind a 13 fő 35 év feletti játékos legalább egy másik sportágot játszott felnőtt korában (5-14). A fentiek alapján ez azt jelenti, hogy a felmérésben részt vevő 30 év feletti játékosok legalább egy másik sportot üzentek 5-14 éves koruk között.

A 35 év feletti játékosok 5-14 éves koruktól erősen túlreprezentáltak a baseball (61%, +14%), a kerékpározás (23%, +17%) és a tenisz (31%, +8%) terén. A 15 és 18 év közötti korosztályban a baseballban való részvételt is magasabb (31%, +11%).

A 35 év feletti játékosok rendelkeznek a legmagasabb átlagos jégkorongkezdési dátummal (miután betöltötték az 5. életévüket) és a specializáció kapcsán legmagasabb átlagéletkorral rendelkeznek (majdnem 15 évesek).

A 35 év feletti játékosok azt mondták, hogy a kemény munka és a munkamorál szavak (mindkettő 46%-kal)

A kanadai játékosok általában négyéves koruk után kezdenek játszani, és 14. és 15. évük között specializálódtak.



leginkább jégkorongélményeiknek tulajdoníthatók; akárcsak az elfogadás és a sportszerűség.

ORSZÁGSPECIFIKUS

KANADA

A kanadai játékosok 98%-a 5-14 éves koruk között más sportágban is részt vett, előnyben részesítette az utcai/görhokit (63%), a focit (55%) és a golfot (54%), amit +11%-kal magasabb az átlagnál. A kanadai játékosok a kosárlabdában is felülreprezentáltak (38%, +10,5%) ebben a korosztályban.

15-18 éves koruk között a kanadai játékosok 83%-a más sportágban is részt vett. Ez meghaladja az NHL-átlagot, és megegyezik az USA-éval. Ebben a korosztályban a kanadai játékosok a golfot (57%), az utcai/görhokit (28%) és a szabadtéri sportokat (20%) kedvelték. A golfban erősen kitűnnek (+15%).

A kanadai játékosok általában négyéves koruk után kezdenek játszani, és 14. és 15. évük között specializálódtak.

A kanadai játékosok apjukat, anyjukat és testvérüket a három legfontosabb személyként tartják számon az ifjúsági jégkorongozásban.

A kanadai játékosok úgy gondolják, hogy a csapatmunka, a kemény munka, a karakter, a szenvedély és az elkötelezettség a jégkorongozáshoz kapcsolódó öt legfontosabb érték, tulajdonság és fogalom.

A kanadai játékosok nagyobb százalékban (28%) játszottak lacrosse-t 5-14 éves kor között, mint az amerikai játékosok (22,5%), és a kanadai játékosok nagyobb százaléka (55%) focizott 5-14 éves kor között, mint az amerikai játékosoké (44%). Azonban 15-18 éves korukban az amerikai játékosok nagyobb arányban (16%) játszottak lacrosse-t, mint a kanadai játékosok (7%), és az amerikai futballban való részvétel viszonylag egyenletes volt (12%) az országok között.

EGYESÜLT ÁLLAMOK

Az Egyesült Államokban született 5-14 éves játékosok 99%-a más sportágban is részt vett, előnyben részesi-



tette a baseballt (81%), a utcai/görhokit (65%), a golfot (51%) és az amerikai futballt (48%).

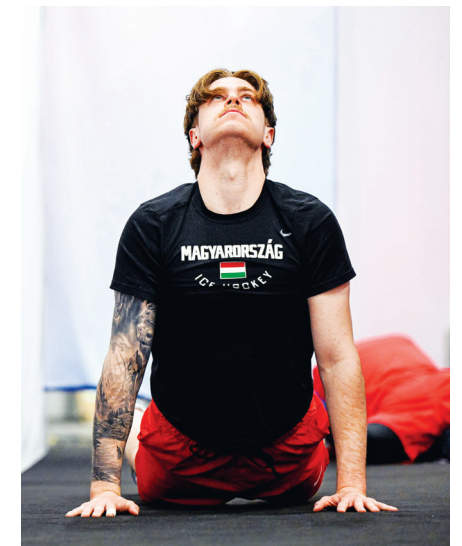
Nem meglepő, hogy az Egyesült Államok játékosai 5-15 éves korukban erősen felülreprezentáltak a baseballban (81%, +33%) és az amerikai futballban (48%, +27%), valamint a 15-18 éves korosztályban a baseballban (38%, +18,5. %) és az amerikai futball (19%, +12%).

Az Egyesült Államokban született játékosok több mint 20%-a vett részt szabadtéri sportokban 15-18 éves koruk között, ami megfelel a kanadai arálynak.

Az Egyesült Államokban született játékosok átlagosan fél évvel később specializálódnak az NHL-es átlagnál.

Az amerikai játékosok apjukat, anyjukat és testvérüket a három legfontosabb személyként tartják számon az ifjúsági jégkorongozó fejlődésében.

Az amerikai játékosok úgy gondolják, hogy a kemény munka, a csapatmunka, a jellem, az elkötelezettség és a szenvedély a jégkorongozáshoz kapcsolódó öt legfontosabb érték, tulajdonság és fogalom. Ez ugyanaz a top 5, amelyet a kanadaiak választottak.



EURÓPA

Az 5-14 éves európai játékosok 100%-a más sportágban vett részt, nagymértékben kedvelte a focit (88%), az utcai/görhokit (53%) és a teniszt (50%). A labdarúgásban és a teniszben az európai játékosok erősen +27%-kal kiemelkednek. Ebben a korban egyetlen játékos (0%) sem játszott baseballt vagy lacrosse-t.

Az 5-18 éves európai játékosok 72%-a más sportágban vett részt, ami az átlag alatt van (az Egyesült Államokhoz és Kanadához képest is). A labdarúgás és a tenisz uralta ezt a korosztályt, mindkét sportágban 40%-os részvételi arány.

Az európai játékosok általában később kezdtek el korcsolyázni és jégkorongozni (5 évesen), de korábban (12 és fél évesen) specializálódtak.

Az európai játékosok leginkább apjukra, anyjukra és testvérükre támaszkodtak az ifjúsági jégkorongozásban.

Az európai játékosok úgy vélik, hogy a kemény munka, a csapatmunka, a karakter, a szenvedély és a fegyelem az öt legfontosabb érték, tulajdonság és fogalom, amely a jégkorongozáshoz kapcsolódik, ezt követi az elszámoltathatóság és a tisztelet.

SKANDINÁVIA

A skandináv játékosok 98,5%-a 5-14 éves korig más sportágban is részt vett, nagymértékben a focit kedelve (87%, +27%). Utcai/görhoki (40%), tenisz (24%) és golf (19%).

A skandináv játékosok 60%-a 15-18 éves koruk között más sportágban is részt vett, ami a legalacsonyabb az összes ország-régió közül és -19%-a az átlaghoz képest.

A skandináv játékosok átlagosan négy és fél évesen kezdtek el korcsolyázni és jégkorongozni, és 14 éves koruk után specializálódtak.

A skandináv játékosok leginkább apjukra, anyjukra és bátyjukra hagyatkoztak az ifjúsági jégkorongban – felül reprezentálva a testvérükre (46%, +15%).

A skandináv játékosok úgy vélik, hogy a szenvedély, a csapatmunka, a kemény munka, az elkötelezettség és a tisztelet az öt legfontosabb érték, tulajdonság és fogalom, amely a jégkorongozáshoz kapcsolódik, ezt követi a fegyelem.

OROSZORSZÁG

Az orosz játékosok 83%-a más sportágban vett részt 5-14 éves korig, ami a ligaátlag alatt van (-15%). Az orosz játékosok a focit (83%), a teniszt (25%) és a kosárlabdát (25%) kedvelték. Egyetlen orosz játékos (0%) sem vett részt amerikai futballban, golfban vagy lacrosse-ban.

15-18 éves korukban az orosz játékosok 75%-a más sportágban vett részt, az átlag alatti, az Egyesült Államok és Kanada átlagához képest is. Ebben a korban csak a foci (67%), a tenisz (33%) és a kosárlabda (25%) volt az egyetlen sportág.

Az orosz játékosok messze a legfiatalabbak voltak, akik specializálódtak a jégkorongra, átlagosan tíz évnél fiatalabbak.

Az orosz játékosok leginkább apjukra, anyjukra és edzőjükre támaszkodtak az ifjúsági jégkorongban – túlzottan megjelölve az edzőjüket (33%).

Az orosz játékosok úgy gondolják, hogy a kemény munka, a csapatmunka, a fegyelem, a karakter és a vezetés az öt legfontosabb érték, tulajdonság és fogalom, amely a jégkorongozáshoz kapcsolódik.



SZERZŐ:

KOVÁCS-PALOTÁS
PETRAokleveles
pszichológus, sport
szakpszichológus,
autogén tréning
gyakorlatvezető,
Újpesti Jégkorong
Akadémia

Az agresszió és a megküzdési stratégiák

A kognitív képességek szabályozásán túl fontos az érzelmi képességek szabályozása is: kontaktsport lévén jégkorongban magas a sérülésveszély, így a nem megfelelő érzelmszabályozást (pl. szabálytalan ütközés, gáncsolás, akadályozás) súlyos büntetésekkel szankcionálják. Nem véletlen tehát, hogy külföldi tanulmányokban a jégkorong a legszélesebb körben kutatott sport az agresszióval és erőszakos viselkedéssel kapcsolatban.

Egy jégkorongozónak nem csupán a fizikai képességek széles palettáját kell elsajátítani, amilyen a sebesség, a korcsolyatechnika, az ütőkezelés, a robbanékonyság, az állóképesség, de számos személyiséggel kapcsolatos tényező is fontos, kiemelkedően néhány kognitív tényező. Beszélhetünk a memória szerepéről, a reakcióidő kiemelt funkciójáról, az érzékelés és észlelés fontosságáról, a döntés szerepéről, valamint a szelektálási és integrálási képességek hatékony működéséről.

Agressziónak nevezünk minden olyan szándékos viselkedést, amely más személy fizikai vagy lelki sérülését okozza. Az agresszív viselkedéses megnyilvánulása a harag és a düh (Ranschburg, 1983). Az agresszív viselkedés jelei között említhetjük a mimikai változásokat (pl. összeszorított állkapocs, megfeszített ököl), a verbális változásokat (pl. hangerő-emelkedés), de az agresszió kimutatható a fiziológiai változásokban is (pl. gyorsuló szívverés). Az agresszió mindig is az életünk része volt, így az agresszióval kapcsolatos kutatások a pszichológiai kutatások korai időszakában megkezdődtek.

A negatív életesemények által kiváltott érzelmek arra ösztönzik a személyt, hogy aktivizálja a megküzdési potenciálját, ezzel pedig redukálja az átélt negatív érzelmeket (John és Gross, 2004). Gross (2001) definíciója szerint érzelmreguláció alatt azon tudatos és nem tudatos folyamatok összességét értjük, melyek segítségével a személy az érzel-

mi válasz kiváltódását, intenzitását, minőségét és időtartamát módosíthatja. Ezen kognitív érzelmregulációs stratégiák lehetnek adaptívak és nem adaptívak. Ha a személy nem adaptív stratégiát választ, az szerepet játszik a kóros érzelmi reakciók kialakulásában, fennmaradásában (Garnefski, Kraai és Spinhoven, 2001).

Miklósi, Martos, Kocsis-Bogár és Perczel Forintos (2011) magyar tanulmányukban negatív irányú szignifikáns kapcsolatot találtak az életkor és a nem adaptív érzelmregulációs stratégiák között. Minél fiatalabb tehát a személy, annál hajlamosabban választ nem megfelelő érzelmszabályozási módokat a feszültség csökkentésére.

A sport a magas szintű érzelmi bevonódás és a versengés természete miatt növeli az agresszív viselkedés megjelenését (pl. Leith, 1982; Schneider & Eitzen, 1986). Sőt, Russell (1993) egyenesen úgy fogalmazott, hogy a háborús helyzetén kívül a sport az egyedüli, ahol nem hogy tolerálják, egyenesen ösztönzik a résztvevőket az interperszonális agresszióra. Noha bizonyos sportokban ezen viselkedéseknek nincs helye és szigorú büntetést vonnak maguk után, ám a gyors tempójú csapatjátékoknál (pl. kosárlabda, jégkorong) a kultúra részét képezik.

AZ ÜTKÖZÉSEK ÉS A SÉRÜLÉSEK KAPCSOLATA

A jégkorongsportot 3x20 percen keresztül játsszák nagyon gyors sebességgel. Éppen a sebesség az a faktor, ami miatt széles körben rajongást vált ki. Ám az izgalmat egyensúlyban kell tartani a fair play alapelveivel. A jégkorong eszközhasználata már melegágya az agresszióknak, hiszen olyan sportról beszélünk, melyet „fegyverrel” (hokiütő), „lövedékkel” (korong) és „késsel” (korcsolya penge) játszanak (Sim, Simonet, Melton és Lehn, 1988).

A sportban megjelenő agresszió számos veszélyt hordoz magában. A testjáték következménye, hogy számtalan ütközés történik, közülük több nagy sebességgel. A sportolók



a mérkőzés hevében a lehetséges sérülés esélyét nem mérlegelik, pedig ezek akár karrierjük végét is okozhatják. Nem csak a szabálytalan ütközések vezetnek sérüléshez, hiszen a szabályok betartása, illetve védőfelszerelések használata mellett is történnek balesetek. Több kutatás is foglalkozott az ütközések és a sérülések kapcsolatával. Ezen eredmények eltérőek voltak – utánpótláskorban a sérülések 45-86 százalékáért az ütközések felelősek (Roy és mtsai, 2016; Emery és mtsai, 2006; Brust és mtsai, 1992).

Az utóbbi években egyre nagyobb társadalmi problémává vált a sportban megjelenő agresszió, a Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság/International Society of Sport Psychology (ISSP) irányelvei (Tenenbaum, Singer, Stewart & Duda, 1997) határozottan az agresszió ellen szólnak és támpontokat adnak a sportmenedzserek, edzők, játékosok és média számára.

Egyes médiumok a szenzációéhség miatt a sportban megjelenő agresszív viselkedéseket hajlamosak kiemelni, promotálni, ezzel is ösztönözve a nézőket, hogy részt vegyenek a sporteseményeken. Az ISSP irányelvei kiemelik a média felelősségét és arra ösztönzik a médiában dolgozókat, hogy inkább a technikai és stratégiai képességeket emeljék ki. Ezentúl javasolják, hogy a média kampányokban edukálja a nézőket az agresszió témakörében, ezzel is csökkentve az agresszív viselkedések megjelenésének gyakoriságát a sport világában.

Noha van néhány tanulmány arra vonatkozóan, hogy az agresszió győzelemhez vezet (pl.: Windmeyer, 1984),

az agresszív cselekedeteket gyakran kísérő sérülések és pénzületi költségek megkérdőjelezzik az ilyen rövid távú hasznot. Az ISSP felhívja a figyelmet, hogy az edzőknek kiemelt felelőssége van, hogy pszichoedukációs képzésben vegyenek részt a témában, ezzel is ösztönözve a csapatukat a fair play jegyében történő versenyzésre. A javaslatok a menedzsmentre is vonatkoznak. Kiemelten fontos, hogy megfelelő szemléletmódú edzőket bízzanak meg a munkával (kifejezetten junior korosztályban), valamint hogy a játékosok agresszióját felügyeljék és büntessék. Mindennél kiemelkedőbb azonban a játékos felelőssége, valamint annak a fontossága, hogy a sportolók érzelmszabályozás céljából különböző technikákat sajátítsanak el. Ez a teljesítmény-maximalizálás szempontjából is nélkülözhetetlen, hiszen ha egy sportoló frusztrált, az eredményesség rovására is mehet a nem adaptív viselkedés.

ÉRZELEMSZABÁLYOZÁSI TECHNIKÁK

Jelen kutatás célja keresztmetszeti, kvantitatív vizsgálat, utánpótláskorú jégkorongozók körében felmérni azon faktorokat, amik a mérkőzéseken megjelenő agresszív viselkedéseket és megküzdési módokat befolyásolják. A vizsgálat jellege elsősorban feltáró, hiszen ezen a populáción még nem történt hasonló kutatás. Ezen kérdőíves kutatásban korrelációkkal vizsgáltuk U16, U18 és U21-es korosztályú igazolt utánpótláskorú jégkorongozóknál az agresszív megnyilvánulások kifejezését, a játékosok kog-

A szakdolgozat
elérhető itt:

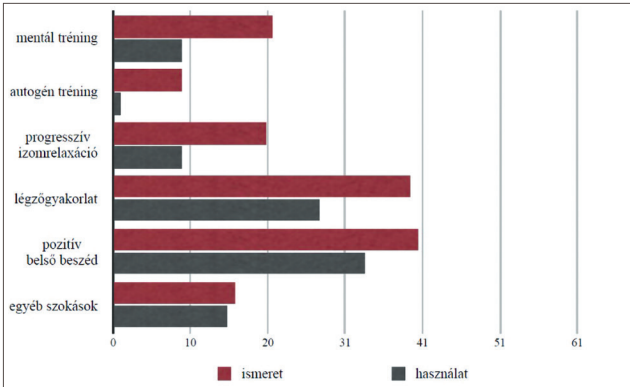
nitív érzelemregulációját, valamint a haraggal és dühvel kapcsolatos faktorokat.

A kérdőívet 61 fő (férfi) töltötte ki, életkorukat tekintve 13-21 év közöttiek. Életkoruk átlaga 18 év. A mintát három korosztály játékosai alkotják, 36,1%-uk (22 fő) az U21-es csapat tagja, 31,1% (19 fő) többnyire az U18-as korosztályban játszik, 32,8%-uk (20 fő) az U16-os korosztályban versenyez.

	TOTAL			U16			U18			U21		
	N	AVG	SD	N	AVG	SD	N	AVG	SD	N	AVG	SD
Lejátszott mérkőzés (G)	61	26	8,7	20	25,5	6,2	19	29,5	11,3	22	23,4	7,1
Kiállítások száma (PIM)	61	15,3	15,3	20	11,7	11,7	19	11,3	10,5	22	22,1	19,4
Kiállítások száma/ Lejátszott mérkőzés (PIM/G)	61	0,57	0,6	20	0,42	0,35	19	0,33	0,27	22	0,92	0,82

1. Táblázat: A sportolók kiállításainak statisztikája

A játékosok érzelemszabályozási eszköztárát két kérdéssel mérte fel a kutatás. Egyrészt igyekeztük vizsgálni a sportolók ismeretét a mentális technikákat illetően („Milyen technikákat ismersz arra az esetre, ha izgulsz?”). Másrészt felmértük, hogy milyen technikákat használ a játékos érzelemszabályozás céljából („Milyen technikákat alkalmazol, ha izgulsz?”). A sportolók ezen kérdésekre adott válaszait az alábbi ábra mutatja be.



Minél fiatalabb tehát a személy, annál hajlamosabban választ nem megfelelő érzelemszabályozási módokat a feszültség csökkentésére.

lemszabályozási technikák ismerete esetében nem beszélhetünk szignifikáns különbségről. Ezzel egyetemben fontos eredmény, hogy az autogén tréning, a mentáltréning és a progresszív izomrelaxáció ismert technikák, de még a kevesebbet használt módszerek közé tartoznak az utánpótláskorú jégkorongozók körében. A pszichoedukáció ezért különösen fontos, hogy a sportolók a mindennapokban is készségszinten tudják használni ezeket a technikákat, hiszen bizonyítottan pozitív hatásai vannak az agresszió kezelésében (Lopata, 2003; Klott, 2013).

SZÜKSÉGES
A PSZICHOEDUKÁCIÓ

Jelen kutatás legfőbb célja az utánpótláskorú jégkorongozók agresszió szintjének és kognitív érzelemregulációs képességének feltárása volt. Összességében ezen kutatás eredményei segíthetik a szakembereket és a játékosokat a fair play szellemben történő versenyzésre és az adaptív érzelemregulációs stratégiák használatára ösztönözhetnek. A szociális tanuláselmélet tanai úgy tartják, hogy az agressziót is (sok más viselkedéshez hasonlóan) modellálás útján sajátítjuk el. Ennek megfelelően a megfigyelés útján rögzül. Ha az agresszív viselkedés adaptívnak bizonyult korábbi



stresszhelyzetben, akkor később is alkalmazzák (Bandura, 1973; Lansford és mtsai, 2006). Éppen ezért van hatása a sportolókra a példaképeknek, hiszen az ő viselkedési mintáikra fogékonyabbak a fiatal sportolók (Bandura és Walters, 1963).

A kutatás eredményei irányt adhatnak a sportpszichológusoknak és a sportszakmai stábnak, hogy még több pszichoedukáció történjen az érzelemszabályozási technikák témájában. Ez nem csupán az utánpótláskorú, de a felnőtt játékosok körében is fontos. Ezen gyakorlati ismeretek redukálhatják a kiállítások számát és segíthetik a sportolókat a fair play szellemben versenyzésben. Fontos kiemelni, hogy a minta demográfiai összetételéből adódóan a kutatás eredményei Pest vármegyei, utánpótláskorú férfi jégkorongozó mintán értelmezhetők.

Irodalomjegyzék

Bandura, A. (1973). *Aggression: Social learning analysis*. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, New Jersey

Bandura, A., & Walters, R. H. (1963). *Social learning and personality development*.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, 30(8), 1311-1327.

John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of personality*, 72(6), 1301-1334.

Lansford, J.E., Malone, P.S., Dodge, K.A., Crozier, J.C., Pettit, G.S., Bates, J.E. (2006). A 12-year prospective study of patterns of social information processing problems and externalizing behaviors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 34: 715—724.

Leith, L. M. (1982). The role of competition in the elicitation of aggression in sport. *Journal of Sport Behavior*, 5(4), 168.

Lopata, C. (2003). Progressive muscle relaxation and aggression among elementary students with emotional or behavioral disorders. *Behavioral Disorders*, 28(2), 162-172.

Miklósi, M., Martos, T., Kocsis-Bogár, K., & Perczel-Forintos, D. (2011). A Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív magyar változatának pszichometriai jellemzői. *Psychiatria Hungarica*, 26, 102-111.

Ranschburg J. (1983): Félelem, harag, agresszió. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest

Russell, G.W. (1993). *The social psychology of sport*. New York: Springer-Verlag.

Schneider, J., & Eitzen, D. S. (2018). The structure of sport and participant violence. In *Sport, Power, and Society* (pp. 409-421). Routledge.

Sim, F. H., Simonet, W. T., Melton III, L. J., & Lehn, T. A. (1988). Ice hockey injuries. *The American Journal of Sports Medicine*, 16(1_suppl), S-86.

Tenenbaum, G., Singer, R. N., Stewart, E., & Duda, J. (1997). Aggression and violence in sport: An ISSP position stand. *The sport psychologist*, 11(1), 1-7.

Widmeyer, W. N., & Birch, J. S. (1984). Aggression in professional ice hockey: A strategy for success or a reaction to failure?. *The Journal of psychology*, 117(1), 77-84.

SZERZŐK:



GURISATTI LILLA



TAMÁS BORBÁLA



GÁBOR LAURA



VILÁGI KRISTÓF



GÉCZI GERGELY



BARACSKAI ZOLTÁN



GÉCZI GÁBOR

Komplex
Rendszerek
a Sportban
kutatócsoport

Mennyire figyelünk a figyelemre?

A jeges és fizikai képességek fejlesztése mellett érdemes harmadik területre is fókuszálni immár, ez pedig a figyelem javítása.

A magyarországi jégkorongélet sosem láttott mértékű anyagi jellegű támogatást kap, tekintettel arra, hogy a jelenlegi kormány a sportot kiemelt ágazatként azonosította, valamint, hogy lehetővé tette a cégek számára, hogy befizetendő társasági adójuk (tao) egy részét jégkorongcsapatok számára felajánlják. A kiemelt mértékű támogatás ellenére a nyugati jégkorongélet jócskán a magyar előtt jár, amelynek a sport népszerűsége, megfizethetősége és a hosszú idő alatt alakítható eredményesség az oka. E hátrány ledolgozását több irányból is közelíthetjük: célozhatunk arra, hogy jobb legyen a jeges felkészítés, vagy arra, hogy jobb legyen a fizikai felkészítés, és nem utolsósorban célozhatunk a mentális felkészítés színvonalának emelésére. A jelen cikk a mentális felkészítés színvonalának emelését célozza, egy olyan területen kifejtve hatását, amellyel a nyugati sportszakma is csak ismerkedik. E terület a figyelem, és annak edzése, amelyet végezhet sportpszichológus, sport mentáltréner, vagy erre a célra szakosodott, figyelem edzését végző szakember, de akár maga az edző is.

A sportbéli figyelem szakirodalmában bőven találhatunk hasznos tudást, amely segíthet a teljesítmény növelésében és a nyugati jégkoronghoz zárkózásban. Ilyen például az, hogy a figyelmi folyamatokban alapvetően kétféle irány figyelhető meg: a fentről lefelé, és az alulról felfelé. A fentről lefele figyelmi folyamatok feladata a célra tartás, az információk és reakciók szűrése, míg a lentől felfele folyamatok esetében a váratlan külső ingerekre történő figyelemváltás. Mindkét típusú figyelmi folyamatra szükség van az eredményes játékhoz, de a sportolók különböző karakterisztikát mutathatnak abban, hogy melyik típusú folyamat vezet a legjobb eredményre számukra. A sportoló a sportág gyakorlása által magától is fejlődik e képességekben, azonban ez a folyamat megfelelő iránymutatás mellett gyorsítható.

A modern szakirodalom szerint az edző és bármilyen fejlesztő szakember feladata, hogy segítse a sportolót olyanná válni, mint amilyen ő önmagától is lenne. A sportolók számára tanítandó elemként jelenik meg, hogy a figyelmét belülre, vagy kívülre fókuszálja. Általánosságban elmondható, hogy amíg a sportoló kezdőnek minősül, és nincsenek automatizált mozdulatai, addig belső figyelemre van szükség a részéről. Amint megfelelő mennyiségű automatizmus áll a



rendelkezésére, a külső figyelem vezet a legjobb eredményre. Ebben a jelenségben a kongruencia a fontos: ha olyan célt határoz meg a sportoló, amely a külső környezetben érhető el (például, hogy lő egy gólt egy mérkőzésen), akkor a figyelemnek is a külső környezetre szükséges irányulnia. Fontos továbbá, hogy a sportoló figyelmét az edző, vagy más fejlesztő szakember szélesítheti, vagy szűkítheti. A szigorú taktikai utasítások egyértelműen szűkítik a sportoló figyelmét, ezáltal a kreativitását is, amely, habár segíthet az egyszerű és a bonyolult szituációk megoldásában, a komplex és a kaotikus szituációk megoldásában hátráltatja a sportolót. Mivel a jégkorongban mind a négy szituáció előfordul, ezért a sportolónál a figyelem és kreativitás szűkítését és szélesítését az edzőnek tudatosan, a játszatott játérendszer szerint szükséges végeznie.

Kutatásunkban félig strukturált mélyinterjút készítettünk magyarországi jégkorongedzőkkel annak érdekében, hogy mélyebben megértsük a figyelem edzésének együttműködését a sportági felkészítéssel. A fő kutatási kérdésként azt fogalmaztuk meg, hogy miként illeszkedik a figyelem edzése a sportági edzéshez a versenyszerű jégkorongban? Az interjúban részvétel szempontjai között olyan kritériumok szerepeltek, mint a tapasztalat és az edzett csapat korosztálya. A meginterjúvált öt személy magyar, U18-as korosztályú csapatok edzői voltak. Az interjúelemzés során az induktív elemzés módszertanát alkalmaztuk, melynek eredményeként három fő kategóriát sikerült meghatároznunk:

- ◆ sportszakmai felkészítés (fizikai)
- ◆ mentális felkészítés
- ◆ környezet.

A három kódolási kategória közül a környezet kategóriájába eső motívumok eredményei elmaradtak a várttól, amely utalhat arra, hogy a környezeti tényező, mint befolyásoló jelleg, nem kap kiemelt figyelmet a sportszakmai felkészítés során.

A terhelés fajtáját illetően megkülönböztethetünk fizikai-, mentális- illetve kombinált terheléseket. A kapott eredmények alapján míg egy jégkorongedzés kombinált terhelésként, addig a mérkőzésre felkészítő taktikai videót mentális terhelésként ítélték meg a megkérdezettek. A válaszok között megjelenik, hogy a fizikai terhelés kap elsőbbséget, majd ezt követi a mentális terhelés, azonban a szakemberek válaszaiban az is egyértelműen megjelenik, hogy a játékosok először mentálisan fáradnak el, amit a fizikai fáradtság követ. Ugyanakkor az eredményekből arra is fény derült, hogy fáradtság esetén a játékostól elvárt, hogy az aktuális figyelmi képességének megfelelően próbáljon meg kisebb eredményeket meghatározni magának, de azokat pontosan elvégezni, elérni. A megkérdezett személyek a figyelem szempontjából főként a mezőnyjátékosok és a kapusok közti különbségeket emelték ki, azonban a mezőnyjátékosok pozíciói mentén nem tettek különbséget. A megkérdezettek hasznosnak tartanak egy, a figyelem edzését végző szakember munkásságát a csapatuknál. Többségük már a 12-14 éves játékosoknál látná a szakember szerepét.

A feldolgozott szakirodalom és az interjú eredményei alapján a figyelem edzésének három kulcsterülete azonosítható:

1. az információforrások megtalálása és a leginkább informatív kiválasztása,
2. az erre történő csendes-szem fixáció,
3. az információk feldolgozása és adekvát mozgási válasz megadása.

A sportoló számára játék közben rengeteg információforrás elérhető, elég csak arra gondolnunk, amikor egy játékos 1-1 ellen védekezik egy korongos támadó ellen. Ebben a szituációban információforrásként jelenik meg a korong, a támadó játékos szeme, vagy éppen a mellkasa közepe is.



Ahogy már említettük, az edző és a figyelem edzését végző szakember gyorsíthatja azt a folyamatot, amelyben a sportoló megtalálja a leginkább informatív információforrást, mivel a sportoló magától csak hosszú évek tapasztalata alapján jönne rá arra, hogy melyik szituációban mi a leginkább informatív információforrás; a sportszakember általi tanítás ezt a folyamatot rendkívül felgyorsíthatja.

Nagyon fontos kiemelni, hogy a sportoló ez irányú felkészítés hiányában is valamilyen információforrásra fog fókuszálni, azonban az korántsem biztos, hogy a leginkább informatív forrást választja az adott szituációban. Az ez irányú felkészítés tehát olyan területként jelenik meg, amely tudatosabb játékot, és összességében adekvátabb megoldásokat, jobb eredményt fog jelenteni a sportoló játékában.

A sportági edző, valamint a figyelem edzését végző szakember szerepe mindhárom terület esetén kritikus, szakmai hozzájárulása mindhárom területen elengedhetetlen. Míg a sportági edző az adekvát mozgási válaszok kialakításában és a megfelelő mozgás kiválasztásában jelenik meg, addig a figyelem edzését végző szakember szerepe a releváns információforrás kiválasztásában és az arra történő, megfelelő időtartamú fókuszálás kialakításában kap nagy szerepet.



A Z-generáció és a sport

SZERZŐ:



NAGY MÁRTON

Labdarúgó
Módszertani
Központ

Az oktatás minden területén, így a sportban is hatalmas feladat a Z-generációsok figyelmének felkeltése, majd megőrzése, hiszen minden korábbinál kisebb a türelmük, ellenben kifejezetten öntudatosak. Az alábbi tanulmány először a Labdarúgó Akadémiai Szemlében jelent meg tavaly, ugyanakkor a Jégkorongra is vonatkoztatható.

A sportban – azon belül különösen a labdarúgásban – rendkívüli sebességgel gyarapszik a rendelkezésre álló tudásanyag, és szinte „futni” kell a szakembereknek ahhoz, hogy egyhelyben tudjanak maradni (a mindenkor szakmai tudást tekintve). Legyen szó a labdarúgásról, kézilabdáról, kosárlabdáról vagy jégkorongról, mindig a trendeknek megfelelő, aktualizált szaktudással kell rendelkezni. Azonban nem lehet szemet hunyni afelett sem, hogy nem csak a különböző sportágakban fellelhető tudásanyag fejlődik dinamikusán, hanem a különböző generációk, így utánpótlás-játékosok is változnak, akikhez végső soron a szakemberek által eljuttatásra kerül egy adott üzenet, tudásanyag. Még pontosabban kontextusba helyezve a helyzetet: azért fontos, hogy tisztában legyen az edző a hallgatóságával, hogy a lehető leghatékonyabban át tudja adni a tudást játékosainak. és célba érjen az átadásra szánt üzenet. Ez a hallgatóság pedig szinte kivétel nélkül a Z-generáció képviselői közül kerülnek ki mai sportakadémiai rendszerben. Írásomban számos kutatást, szakanyagot és cikket dolgoztam annak érdekében, hogy egy átfogó képet fessek fel a Z-generáció és a sportipar kapcsolatáról.

A Z-GENERÁCIÓ JELLEMZŐI

Először is, fontos tisztázni, ki tartozik ehhez a generációhoz, és mik azok a főbb attribútumok, melyek általánosságban jellemzik őket. A Z-generációhoz az 1996 és 2010 között születettek tartoznak, tehát képviselői közül a legidősebbek jelenleg 27, míg a legfiatalabbak 13 évesek. A Z-generáció a világ népességének 32%-a, így ők a történelem legnagyobb generációja. Elődökről és utódokról szót ejtve, az ezt megelőző generáció az Y-, vagy millenniumi generáció, amelyhez a 1982 és 1995 között születettek tartoznak, a legfiatalabb generáció képviselői pedig a 2010 után születettek, akik már az alfa-generációhoz tartoznak. Az említett generációk születési intervallumáról nincs egyetértés a szakirodalomban, azonban igyekeztem a szélesebb körökben elfogadott időintervallumokat alapul venni.

A Z-generáció megélte a globális pandémiát, amely rengeteg kihívás elé állította a fiatalokat a súlyos szabadságkorlátozó intézkedések miatt. A generációs jellemzőket illetően pedig a Z-generáció az első magasan képzett nemzedék, amelyre állandó teljesítménykényszer nehezedik, és szinte minden idegszálával „kapcsolódik” az internethez, jelentős időt töltve a közösségi média felületein és az internet különböző platformjain.

Jellemzi őket még a fejlett problémamegoldó képesség, kiváló technikai érzék és a „multitasking” is, ezutóbbi több feladat szimultán végzését jelenti. A multitasking egyik nagy hátránya hosszútávon az lehet, hogy felszínes tudást szereznek a fiatalok egy-egy területen, mivel nem tudnak mélysegekben egy adott témára hosszútávon és kitartóan figyelni. Az aktív figyelem és az

éles fókusz szinte már másodpercekben meghatározható a Z-generáció esetében – erről később részletesebben is említést teszek. Ami pedig talán a korábbi generációknak egészen szürreálisnak tűnhet, az a tény, hogy a Z-generáció tagjai hajlamosak érzéseiket, érzelmeiket és gondolataikat telefonos alkalmazások segítségével könnyen és gyorsan kifejezni, mindezt a legnagyobb természetességgel.

A Z-generáció a közösségi média és az internet végeláthatatlan lehetőségeinek köszönhetően teljesen globalizált szemlélettel rendelkezik, hozzáférve a világ összes történéseéhez. Ennek a folyamatos online jelenlétnek természetesen árnyoldalai is vannak, mint például elidegenedés a környezettől, nehezebb integráció a különböző közösségekbe, magány, szorongás vagy a társtalanság. A sport szerepe abból a szempontból is jelentős, hogy ebben a XXI. századi rohanós, mindenhol behálózott, online világban egyensúlyt tud teremteni a fiatalok hétköznapijaikban, életvitelükben és ezáltal végső soron a személyiségükben, adva nekik egy stabil, szélsőségektől mentes alapot.

FŐ JELLEMZŐK ÉS HASZNOS ESZKÖZÖK

Sportszakemberi oldalról nagyon fontos, hogy a megfelelő pedagógiai módszereket, kommunikációt, és a Z-generáció fejlődését elősegítő technikákat használjunk. Ahogy minden más generációnak, úgy nekik (Z-generációs sportolók) is megvannak a sajátosságai, karaktere és kihívásai, melyekkel nap, mint nap megküzdenek. Ezeket a jellemzőket, és kihívásokat figyelembe kell venni módszereinkben és stratégiáinkban, hogy a legjobbat hozzuk ki játékosainkból és így csapatainkból. Fontos felismerni azt, hogy mivel a Z-generációs játékosok beleszülettek az online világba, számukra a valós és az online élet között nem feltétlen van éles határvonal. Emiatt érdemes hangsúlyt fektetni a játékosok online edukációjára és a közösségi média helyes használatra, hiszen sportolóként kifejezetten fontos, hogy a közösségi média felületein az adott sportághoz kapcsolódó értékeket is képviselni, illetve közvetíteni tudják (felelősségteljes közösségi média használat), ehhez pedig iránymutatás szükséges a szakemberek részéről. Továbbá arra is érdemes edzőként felkészülni, hogy nem minden játékosnál lesz ugyanolyan a face-to-face kommunikáció, hiszen lehet olyan, aki komfortosabban érzi magát az online beszélgetések során emojik használatával.

Amellett, hogy ez egy kihívást jelenthet az edzők számára, ez lehetőség is arra, hogy felhívjuk a sportolók figyelmét a személyes kommunikáció, például a szemkontaktus fontosságára és jelentőségére. Azt az edzői módszert fogadják be leggyorsabban a Z-generációs játékosok, amely elősegíti az aktív tanulást azáltal, hogy választási lehetőséget biztosít számukra a kihívások, taktikai problémák vagy csapattal kapcsolatos kérdések megoldásában, és amely végső soron önbizalmat ad nekik. A Z-generációs játékosok jobban érzik magukat azokban a helyzetekben, amikor az edzők hozzáértő információkat és visszajelzéseket adnak nekik, és bíznak a játékosok önállóságában és felelősségvállalásában.

A Z-generációs játékosok fő jellemzői (Roger B.):

- ◆ Jó vizuális tanulók
- ◆ „Most azonnal akarjuk”-mentalitás: minden elérhető
- ◆ A felelősség, a tulajdonlás motiválja őket
- ◆ Rövid figyelem
- ◆ Mindig érdekli őket a „miért”: kutatásokon és adatokon alapuló tények iránti igény
- ◆ Kíváncsiak és nyitottak a tanulásra
- ◆ Kompetitívek, kifejezetten rövid távú célokon/sikereken belül
- ◆ Igényük van a gyakoribb visszajelzésekre
- ◆ Szeretik a saját életüket irányítani
- ◆ Nehezen birkóznak meg a kudarcokkal, hullámvölgyekkel

Hasznos edzői eszközök a Z-generációs játékosok képzésében (Roger B.):

- ◆ Játékosok bevonása a választási lehetőségekbe, visszajelzések a döntéseikről,
- ◆ Saját fejlődésükkel kapcsolatos beszélgetések: hogyan látják saját magukat?
- ◆ Bevonás a „miért” megértésébe, beleértve a gyakorlati és elméleti oldalt is
- ◆ Pontos, vizuális utasítások, egyértelmű elvárásokkal
- ◆ Technológiai látványelemek és adatok használata a kommunikációban és képzésben
- ◆ Eszközök, módszerek megismertetése a játékosokkal a kudarcok kezelésére
- ◆ Kihívást jelentő vagy stresszes gyakorlatok és helyzetek beültetése az edzésekbe
- ◆ Nyitott kérdések használata a csapaton belüli beszélgetések/viták megindításához
- ◆ Játékosok bevonása az információkeresésbe
- ◆ Érdeklődés nyelvezetük, érdeklődési köreik iránt

A hosszú távú motiváció fejlesztéséhez és fenntartásához elengedhetetlen, hogy segítsük a fiatal játékosokat fejlődésükben. Célszerű meghatározni rövid távú, akár napi szintű célokat, hogy fenntartsuk a motivációt a játékosokban a hosszú távú célok érdekében.

Cikkem központi témájára rátérve: egyből egy érdekes, ám aggasztó számmal kezdeném. Az Európai Klubok Szövetsége (ECA) a „Jövő Rajongói” jelentésben azt





állítja, hogy a Z-generáció a korábbiakhoz képest sokkal kevésbé érdeklődik a futball iránt (ECA, 2020). Ennek egyik oka, hogy kiélezett a verseny a figyelemért a többi szórakoztató-ipari szereplővel, ami komoly döntések elé állítja a Z-generáció képviselőit, akik feleakkora valószínűséggel néznek rendszeresen élő sportműsort, mint a közvetlen elődeik (millenniumi korúak), és kétszer olyan valószínű, hogy sohasem néznek. A New York Times korábban arról számolt be, hogy a Z-generációnak csak 23%-a mondta magát szenvedélyes sportrajongónak, ez a szám majdnem felére csökkent az elődökhöz képest, hiszen ez a szám az Y-generációnál még 42% volt. Továbbá a New York Times jelentése szerint a Z-generációsok közül 27% mondta, hogy egyáltalán nem is kedveli a sportokat. Ha mindezt egy fiktív, számszerűsített példába helyoznánk, különösen a sportágválasztásra hangsúlyt fektetve, akkor ez olyan képet festene, hogy egy adott város 5000 gyermekéből 1350 egyáltalán nem mutatna érdeklődést a sportok iránt. Ennek fényében tehát egy-egy sportág melletti elköteleződés, és az adott sportág megszerettetése komoly kihívást jelenthet a jövőben a sportban dolgozó szakembereknek, fő-

Irodalomjegyzék

Bas Schnater (2020): *Gen Z in sports - how to capture the attention of the disengaged?*
Carl Anka (2023): *The Athletic: What Gen Z really think of football?*
Chloé Normand (2022): *Sportheroes: Shaping a new sport experience to attract Gen Z*
ECA (2020): *Fan of the Future*
EY (2022): *How Gen Z around the globe is reshaping societal norms*
Morningconsult (2020): *Gen Z poll sports fandom*
Ruzsa Cs. (2018): „Z” generáció fő jellemzői és a várható munkerő-piaci kihívások
The New York Times (2022): *Pro Sports Leagues Are Chasing Gen Z Where It Plays*
The New York Times (2023): *Gerard Piqué Has Seen Soccer's Future*
Wikipedia (2023): *Hivatalos weboldal*
Roger Bongaerts (2022): *Coaching Generation Z players*

képp grassroots-szinteken, az óvoda utolsó- és az általános iskola első éveiben.

Ami a Z-generáció labdarúgással való kapcsolatát illeti, elérkeztünk egy olyan korba, ahol komolyan át kell gondolni az iparági szereplőknek, hogy valóban elősegítik-e a sportág fejlődését a 2x45 perces mérkőzések a fiatal generációk érdeklődésének fenntartása szempontjából. Ez a „*dilemma*” a leglátványosabb módon talán a Szuperliga ötletének megjelenése kapcsán csúcsonódott ki 2021-ben, amikor Florentino Pérez, a Szuperliga ötletének egyik zászlóvivője, és a Real Madrid elnöke érvelt amellett, hogy a mai topfutball európai versenyrendszere megérett a változásra. Pérez szerint sok alacsony színvonalú mérkőzés van, és túl hosszú a 90 perc, a fiataloknak pedig számos más szórakozási platform is a rendelkezésére áll, ezért változásra van szükség, ha életben akarjuk tartani a futballt. Ugyanígy a Szuperliga kapcsán a korábbi Juventus elnök, Andrea Agnelli is hangsúlyozta: „A 15-24 évesek 40 százalékát nem érdekli a futball. Olyan versenyre van szükségünk, amely képes szembe szállni azzal, amit digitális platformok kínálnak.”

A Szuperliga ötletét sokféle jelzővel lehet illetni, mivel hatalmas port kavart a világ futballjában, rengeteg szakmai vitát indított meg, és a közvéleményben is ellentmondásos volt a megítélése, azonban fiatal generációval kapcsolatos érvek felett nem érdemes szemet hunyni.

Maga az egész „Szuperliga-jelenség” is rávilágít arra, mennyire más a XXI. századi fogyasztói társadalom a korábbiakhoz képest, és ez adaptációt, cselekvési tervet igényel az iparági szereplők részéről.

Ehhez kapcsolódóan érdemes még említést tenni a Gerard Piqué kezdeményezéséről: a Kings League egy hétcsapatos labdarúgó-bajnokság Barcelonában, amelyet 2022-ben hozott létre Piqué más neves labdarúgókkal, illetve internetes streaming szolgáltatókkal együttműködve. A liga a hagyományos szabályoktól eltérőeket tartalmaz azzal a céllal, hogy nagyobb dinamizmust, szurkolói élményt és szórakoztatást nyújtson. Piqué meglátása szerint a labdarúgás központi problémája a következő: egy villámgyors és lüktető tartalmakon nevelkedett közönség számára, amely tagjait a YouTube,

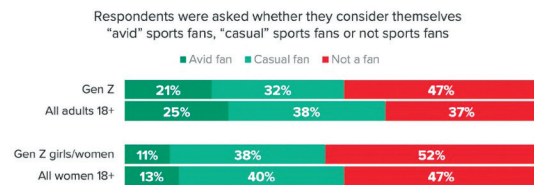
a Twitch és a TikTok azonnali elégedettségi algoritmusai irányítanak, 90 perc valójában meglehetősen hosszú idő. Így arra a következtetésre jutott, hogy a hagyományos labdarúgó-mérkőzések túl kockázatosak abból a szempontból, hogy a nézők tekintetei elkalandozzanak közben. Piqué meg volt győződve arról, hogy a fiatalabb nézők így kevésbé érdekeltek egy-egy mérkőzés megtekintésében, így a sportág megköveteli a változásokat és a vérfrissítést, amelyet maga a spanyol védő is évtizedeken át a legmagasabb szinten üzött.

Ahogy már korábban említést tettem róla, a közösségi médiában és a világhálón mindenhol óriási verseny zajlik a fiatalok figyelméért, egy adott platformon minden aktív figyelemmel töltött másodperc kincset érhet az iparági szereplők és sportágakat népszerűsítő szervezeteknek, reklámcégeknek. Be kell látni, hogy manapság már nem állnak hosszú percek rendelkezésre a reklám- és marketingcégek számára, másodpercek alatt kell megragadni a fiatalok figyelmét. Ez nagyrészt annak köszönhető, hogy a Z-generáció képviselői beleszülettek az azonnali válaszok és végtelen lehetőségek korába, ahol másodpercek alatt választ kaphatnak kérdéseikre egy egyszerű Google-kereséssel.

A Z-generáció figyelmét számokkal szemléltetve: a Z-generációsok átlagos figyelemideje 3-8 másodpercre csökkent le, a korábbi Y-generáció 12 másodpercéről. Ezek után az összes sportban dolgozó szakember elgondolkodhat azon, hogy egy-egy hosszabb taktikai megbeszélés, videóelemzés és egyéb kognitív megterheléssel járó tevékenység során hogyan lehet a Z-generációs sportolók fókuszát fenntartani, hogy az átadásra szánt üzenet a lehető legjobb hatékonysággal érjen célba. Az a tény, hogy a mai fiatal Z-generáció képviselői villámgyorsan képesek az információ feldolgozására, lehetőséget is rejt magában, hogy több forrásból és formában is el tudjuk juttatni a releváns információkat a játékosok számára (pl. videófelvételek mérkőzésről). A Z-generáció elérésének kulcsa a vizuális tartalom, mivel nagyon szeretik a videókat (nagyrészt a TikTok, Instagram, stb.).

Ebben a kérdésben viszont nagy kihívás lehet megtalálni azt a határvonalat, amíg még hatékonyan be tudja fogadni a sportoló az átadásra szánt információt, és nem csupán a rövidtávú, szelektív memóriába kerül be. Továbbá célszerű átgondolni azt is, hogy melyek lehetnek azok az edzésmódszerek, amelyek a tanulásban hasznosítható képességeiket is fejlesztik (pl. koncentráció).

Gen Zers Less Likely Than Public to Identify as Sports Fans

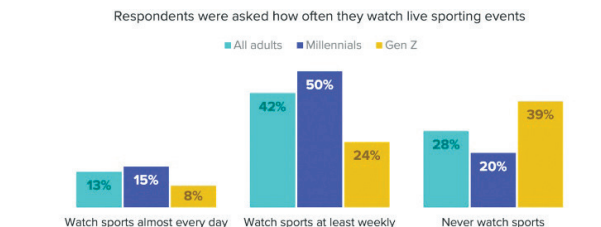


(Forrás: morningconsult.com)

A Morning Consult kutatásában (Gen Z poll sports fandom) 1000 Z-generációs fiatalat kérdeztek meg ar-

ról, hogy milyen mértékben mondja magát sport iránt elkötelezett szurkolónak (elkötelezett, hétköznapi vagy egyáltalán nem). A számok magukért beszélnek: 47%, tehát majdnem a fele megkérdezett egyáltalán nem tartja magát elkötelezett szurkolónak a sportok iránt.

Gen Zers Are About Half as Likely as Millennials to Watch Sports Often, Twice as Likely to Never Watch



MORNING CONSULT
Gen Z survey conducted Aug. 21-23, 2020, among 1,000 Gen Zers ages 13-23, with a margin of error of +/-3%. All adults and millennials survey conducted Sept. 16-20, 2020, among 2,000 U.S. adults, with a margin of error of +/-2%.

(Forrás: morningconsult.com)

Egy másik Morning Consult-kutatás alapján a Z-generáció közel 40%-a sohasem néz sportot, ami egészen megdöbbentő adat. Míg a millenniumiak 50%-a azt mondta, hogy legalább hetente egyszer néz élőben valamiféle sportot, a Z-generáció korosztályaiból mindössze 4-ből 1 mondta ugyanezt.

Túlzás lenne azt állítani, hogy a sportvilág válságban van, de alkalmazkodnia kell az új társadalmi helyzethez, hogy továbbra is minél több játékost és szurkolót vonzzon, és megnyerje magának a Z-generációt egy életen át.

Természetesen nem csak a sportszakembereknek, hanem a sportszervezeteknek is hatalmas kihívást jelent a Z-generációval való kapcsolódási pontok megtalálása és erősítése, hiszen a jövő sportfogyasztói és szurkolói a mostani generációk képviselőiből kerülnek ki. Ez amiatt is fontos, hogy a körülbelül 1200 milliárd dollár értékű sportipar ne veszítsen a jövőben értékéből.

A sportszervezetek jellemzően technológia-alapú megközelítést alkalmaznak a Z-generációval való kapcsolatteremtésre, akár a közösségi média felületein, akár a metaverzumban, akár NFT-n vagy az e-sporton keresztül. Kulcsfontosságú lesz a sportipar szereplői számára is felismerni a generációs fogyasztói trendeket, mintákat és preferenciákat a mindenkori sikeresség szempontjából.

ÖSSZEGZÉS

A Z-generáció szükségleteinek és attitűdjeinek megértése megteremtheti az alapokat ahhoz, hogy minden, a sportban előforduló kihívásra megfelelő választ tudjunk adni és sportszakemberként a megfelelő pedagógiai eszközöket használva jól reagáljuk le az adott helyzeteket az utánpótláskorú, Z-generációs sportolókkal. Feltételezem, és egyben merem remélni, hogy a sportban dolgozó kollégák nem tapasztalták, illetve nem is fogják a jövőben sem tapasztalni a lecsökkent érdeklődést fiatalok részéről a sport iránt, hiszen őket szerencsére inkább pont az adott sportág szeretete és őszinte érdeklődés jellemez.

Tanulni a szakmáról, tanulni az üzletről

SZERZŐK:

IFJ. KOVÁCS CSABA¹FEKTI ISTVÁN¹VÉG ÁDÁM²

¹ Jégkorong
Módszertani
Központ

² a FEHA19
kapusedzője

A svédországi U20-as világbajnokság alatt két szakmai továbbképzésre is sor került. Az egyik a Svéd Jégkorong Szövetség szervezésében a kapusedzőknek szólt, melyen Vég Ádám a FEHA19 kapusedzője is részt vett. A másik esemény a Business Forum volt a az Alliance of European Hockey Clubs (EHC) szervezésében, ezen Kovács Csaba és Fekti István a FEHA19, Kovács Attila pedig az ÚJA képviselőjeként volt jelen.

A kapusedzői képzési napok indításaként Ken Martel és Steve Thompson tartottak előadást, ők az Amerikai Jégkorongszövetség fejlesztési programjának vezetői. A tengerentúli szakemberek az edzéstervezésről szóltak, ezeket remek példákkal illusztrálták. Az előadások során kiemelték a sportág dinamikus fejlődését, illetve ennek fontosságát, akár csak az elmúlt öt évet figyelembe véve is. Ebből következően hangsúlyozták a folyamatos tanulás és fejlődés jelentőségét, hogy edzőként lépést tudjunk tartani a legújabb trendekkel, ezáltal hatékonyak tudjunk maradni a szakmánkban.

A háromnapos továbbképzés során rengeteg hasznos tapasztalatra, illetve jelentős gyakorlati tudásra lehetett szert tenni, amit akár a napi szintű munkába is könnyen be lehet építeni. Olyan klasszis szakemberek tartottak kapusspecifikus előadásokat, mint Thomas Magnusson, a svéd szövetség kapusfejlesztési programjának atyja; Phil Osaer, a Detroit Red Wings kapusedzője vagy Maria Mountain. A fő témakör a kapusok növekvő szerepe volt, például az elitligákban egyre inkább megfigyelhetőek a kapusok által indított kiindulások, ezért növekszik a kapus és a korongérintés fontossága, melyet a következő idézet jól összefoglal: „A kapus nem olyasvalaki, aki jégkorongozik is, hanem olyan jégkorongozó, aki véd is.” („It is not just a goalie who happens to play hockey, the goalie is a hockey player who happens to play in the net.”)

Ez az idézet rámutat arra, hogy az elsődleges cél egy profi sportoló kinevelése, aki megállná a helyét mezőnyjátékosként is, emellett megérti a jégkorongban az összes pozíciót és taktikát, ezáltal pedig meghatározó szerepet képes betölteni a csapaton belül. Az alábbiakban a különböző előadások főbb gondolatait összegezzük.



Ken Martel

STEVE THOMPSON: KAPUSEDZÉS TERVEZÉSE

Egy edzés legfontosabb öt eleméről volt szó, amelyek alapján egy jó tréning létre jöhet. Ezek a következők: jókedv, döntéshozatal, játékosok kihívás elé állítása, mérkőzésszerűség, korongérintés. Egy szemléletes példa, hogy a gyakorlat során mindig egy korongot használjunk, mert így lesz a feladat mérkőzésszerű a mezőnyjátékosok és a kapusok számára!

MARIA MOUNTAIN: EDZÉS A TELJESÍTMÉNYÉRT

Elsősorban a kapusok fizikai állapotáról volt szó, mivel a felmérések szerint a kapusok

83%-a „túlhasznált”. Anatómiai szempontból a kapusok esetében specifikusan kell felépíteni az úgynevezett „mobility strength”-et, ami eltérő a kapusok egyedi mozgása miatt, ezzel járulhatunk hozzá a kapusok fizikális fejlesztéséhez és a sérülések elkerüléséhez.

PHIL OSEAR: A KORONG MOZGATÁSA

Remek előadás volt a kapusoknál egyre nagyobb teret nyerő korongérintésről. Ez az NHL-ben nagyon fontos, taktikát és kiindulásokat építenek erre. A fejlesztés alapja, hogy a kapus megállja a helyét a mezőnyben is, azaz sok-sok döntési helyzet elé kell állítani. Minél fiatalabb korban el kell kezdeni az ütőhasználat tanítását a kapusoknál.

MACIEJ SZWOCH, MAGNUS HELIN: TEHETSÉGEK FELKUTATÁSA

Linus Ullmark egykori edzői tartottak előadást a tehetség felismeréséről. A végtelenségig összetett dologról van szó, kis korban szinte lehetetlen megmondani, hogy ki, mire viszi, mert annyi tényező, annyi életeselemény játszhat közre. A genetika, a befektetett munka, akár a családi körülmények vagy épp a szociális elmaradottsága buktatója is lehet egy karriernek – statisztikai és a karakterre kiható tényezők, ami alapján mégis lehet feltételezéseket tenni. Meglehet, hogy valaki 10-12 évesen le van maradva, a végén mégis ő lesz a világbajnok vagy Stanleykupa-győztes.

Az előadás zárásaként Linus Ullmarkkal volt egy kérdezz-felelek rész, ahol hangsúlyozta, hogy a tehetség nem egy előre megírt dolog.

THOMAS MAGNUSSON: VÉDÉS ÉS GÓLSZERZÉS

Egy interaktív és sok tapasztalatot megosztó előadás volt, ahol csoportmunka során a kapusposzt jövőjét próbálták megfejteni. A statisztika, a védési hatékonyság vizsgálata alapján évről-évre meg lehet állapítani, hogy valamilyen áttörés történt, amikor a kapus teljesítménye megnövekedett. Látható a számokból, hogy mikor fejlődtek a kapusfelszerelések vagy mikor kezdtek el nagy létszámban dolgozni a kapusedzők. A mezőnyjátékosok oldaláról is megfigyelhető, mikor jelentek meg a kompozit botok, az új lövőtechnikák vagy mikor nőtt meg az egyéni edzések száma. A prezentáció végén Dave Alexander, a St. Louis Blues NHL-csapatának kapusedzője is becsatlakozott a beszélgetésbe, és megosztotta gondolatait a kapusok képzésével kapcsolatban.





A Business Forum bevezető előadását Szymon Szemberg, az EHC menedzsere tartotta, bemutatva a jelenlegi világranglistát és az elmúlt évtizedek különböző fejlődési trendjeit. Az előrelépés kulcsaként két tényezőt emelt ki: világklasszis játékosok képzése, méghozzá folyamatosan.

Kanada nem nyert például aranyérmet világbajnokságon 1961 és 1994 között, míg olimpián 1952 és 2002 között, ezért is hirdették meg 1981-ben a Kiválóságok Programját (Program of Excellence), mely Kanadát válogatott szinten is a legjobbak közé vezette. A svédek a 2000-es évek elején egy kapuvasra voltak attól, hogy kiessenek az U20-as világbajnokságról, így Tommy Boustedt vezetésével 100 pontos programot hajtottak végre az utánpótlásképzésben, melynek címe „Lacking in physicality, poor winning-instinct” volt, azaz a fizikai és a győzelemre hangolt mentális képességek hiányosságait igyekeztek javítani. Az elmúlt években nagy előrelépést tett még az utánpótlás képzési program fejlesztésében Svájc, Dánia és Németország is, ami nemcsak a klasszisjátékosok számának javulásában, hanem a válogatott eredményességében is meglátszik.

A bevezetőt követően a svéd Anders Olsson foglalta össze tapasztalatait, hogy miként lehet könnyen beépíteni a fiatal tehetségeket az első csapatba. Fontos egy olyan rendszer kialakítása már az U16-tól kezdve, ahol a tehetséges játékosoknak van lehetőségük feljebb lépni, tehát minden csapat keretében a mezőnyjátékosoknál egy-két helyet fenntartanak ezen tehetségeknek.

A reggeli fejlesztő edzéseket általában az első csapat másodedzője tartja, hogy minél

jobban megismerje a fiatal tehetségeket. A cél, hogy ezeket a játékosokat kimozgassák a komfortzónájukból és megtanítsák őket, hogy merjenek másképp gondolkodni. Az utánpótlás-csapatoknál a mérkőzések során elvárják, hogy ne üssenek tilos felszabadításokat a kapusoknak meg kell játszani. Ezzel igyekeznek „rákényszeríteni” a játékosokat, hogy különböző helyzeteket megtapasztaljanak, és azokra megoldásokat találjanak. Amennyiben különböző okokból nem tudnak mindenkinek lehetőséget adni, akkor kölcsönadási opciókat keresnek számukra más felnőtt csapatokba.

Scott Salmond, a kanadai szövetség alelnöke hosszabb előadásban foglalta össze a válogatott programjukat. Korábban mindig egyfajta „szellem” kerettel dolgoztak,



bizonyos posztokra kerestek játékosokat, de az 1998-as olimpiai kudarc után Wayne Gretzky javaslatára újragondolták a csapatépítést. Az új filozófiájuk arra épült, hogy a legjobb játékosokat gyűjtik össze, akik közül mindenki fog ütközni, gólokat szerezni viszont majd valaki. („Everybody will hit, somebody will score.”) Összeállítottak egy átlátható kiválasztási rendszert az értékek és képességek terén, amely mindenki számára egyértelművé tette, mi alapján építik fel a válogatott csapataikat: hokiérzék, támadási és védekezési képességek, korcsolyázás, küzdőszellem, karakter. Az utánpótlás-válogatottak programjai esetében a klubedzők és a játékosmegfigyelők javaslatán túl a középiskolai tanároktól is bekérnek egy jellemzést a játékosról. Kanada minden esetben úgy építi fel az adott csapatát, hogy a döntő



mérkőzésen sikeres legyen, ezért a csoportmérkőzéseken néha még akadozik a csapat. Egy mondatban összefoglalva: „Olyan emberekből építjük fel csapatunkat, akik felkészülnek, teljesítenek, részletekbemenően professzionálisak, és a dolgukat a megfelelő módon, a megfelelő értékekkel, akarattal és elszántsággal végzik.”

A nap harmadik előadásán Mikael Ström és Martin Dahlin a világbajnokságnak ott-hont adó Frölunda létesítményeit és az utánpótlásnevelő programját mutatták be. Az egyesület négy fontos célt tűzött ki maga elé:

- ◆ a hokigimnáziumokban sportolók 90%-a környékbeli srác legyen,
- ◆ kihozzák mindenből a benne rejlő maximumot,
- ◆ 50%-ban saját nevelésű játékosokkal bajnokcsapatot építsenek,
- ◆ a legtöbb NHL-játékost adó európai klub legyenek.

E célok elérése érdekében sikeres akadémiai programot működtetnek, ahol általában heti két mérkőzést játszanak, mellette két alkalommal tudnak beiktatni reggeli száraz és jeges edzéseket, melyeken a fókusz minden esetben az egyének fejlesztésén van. A játékosoknak minden esetben két kérdést tesznek fel: ki akarsz lenni és hogyan juthatsz el oda? Az edzéseken a legfontosabb a folyamatos küzdelem fenntartása sok kisterületet vagy 1-1 elleni gyakorlattal.

Az edzők nagy hangsúlyt fektetnek a kommunikációra, egyszerű és világos visszajelzést adnak a játékosoknak, nem bonyolítják túl a dolgokat, hagyják, hogy a já-





tékosok hallgassanak a saját megérzéseikre is. Karakteres és magabiztos jégkorongozókat képeznek, akik félelem nélkül játszanak, akik nem félnek hibázni, akikben bíznak az edzők, akik elhiszik, hogy minden lehetséges és mindig pozitív energiát sugároznak.

Lars Weibel, a svájci szövetség képviselőjében a saját fejlesztési programjukat mutatta be, kitérve a jólét nehézségeire is. Svájc olyan ország, ahol 26 kanton található és négy hivatalos nyelve van – már itt nehézségekbe ütköznek, ugyanakkor a svájci gazdaság jól működése is kihívások elé állítja őket, hogy a mai fiatalokat a sportban tartsák és ne szívrognak el a civil életbe.

A szövetségi programban U16-tól felfelé működtetnek válogatott-csapatokat, alatta regionális tehetséggondozó programokat futtatnak. A tehetséggondozó programból széleskörű tesztelés után választják ki a válogatott-programokba bekerülő játékosokat.

A klubcsapatok esetében négy különböző szintű bajnoki rendszer van, ahol minden játékos a saját szintjének megfelelően tud versenyezni (Elit, Ambition, Animation, Fun), megfelelő mérkőzésszám mellett. Az edzőképzés mentén hasonló életút-programot működtetnek, mint a játékosok esetén, ahol egy edző lépcsőről lépésre tud fejlődni és szintet lépni. Filozófiájukat egy mondatban így foglalta össze az előadása végén: „Ne félj hibázni, ez az út a sikerhez!” (Don't be afraid of failure, this is the way to succeed.)

A délutáni szekcióban érdekes előadó következett Ted Suihkonen személyében, aki amerikai szakemberként éveket húzott le az orosz KHL-ben, jelenleg pedig Svájcban dolgozik skill-edzőként. Képzési filozófiájának alapját két erős állítással mutatta be: Az volt

a kérdése, hogy a hokiérzék (game sense) fejleszthető-e? Szerinte nem! A másik kérdés, hogy a hoki IQ fejleszthető-e? Erre úgy felelt, hogy igen! Az IQ-t a következőképp definiálta: az ismeretek és készségek megszerzésének és alkalmazásának képessége: „Sokféleképpen lehetünk nagyobbak, gyorsabbak, gyorsabbak és erősebbek. A sport jövője nem a fizikai dimenzióban, hanem az agydimenzióján belül van.”

Az edzései során a célja, hogy ne csak a játékosok ügyességét fejlessze, hanem a kognitív képességeiket is. A kognitív fejlesztés a gondolkodási folyamatok felépítése, beleértve az emlékeztést, a problémamegoldást és a döntéshozatalt. Születésüinktől kezdve aktívan tanulunk, a környezetünkből származó információkat gyűjtjük, rendezzük és feldolgozzuk, az adatokat az észlelés és a gondolkodási készség fejlesztésére használjuk fel. A felismeréshez tartozik a felfogni, megfogani, eldönteni, megtevésztetni, végrehajtani,



Lars Weibel



Johan Hemlin

felmérni fogalmak, míg a kompetenciákhoz a korcsolyázás, botkezelés, passz adása és fogadása, lövés. A játékos magasabb szintre eljuttatása során mindkét szegmens területeit fejleszteni kell, ehhez különböző dolgokat lehet bevetni, mint a pályaméretek, fény, zaj és jégviszonyok variálása.

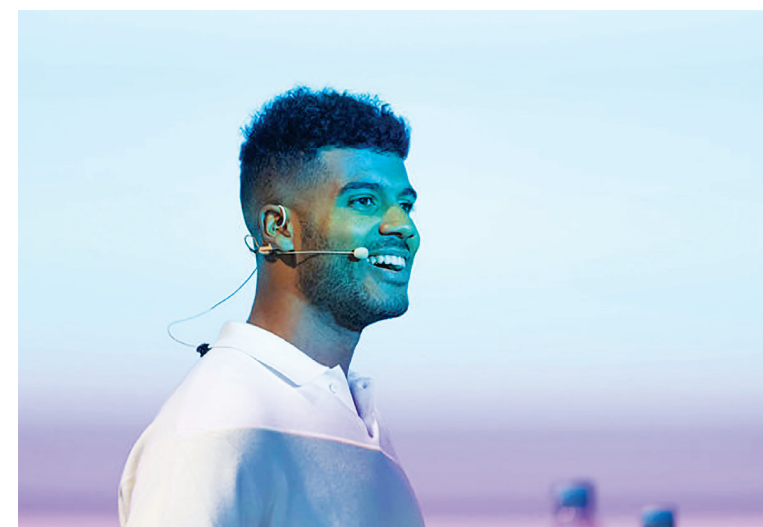
Johan Hemlin, az SHL sportigazgatója a hokigimnázium rendszerbe és a svéd liga újonc szabályaiba adott betekintést. Svédországban 33 elit akadémia működik, amelyeknek szövetségi tanúsítványa van. A képzési program során a kulcs az iskola és a sport megfelelő kombinálása, ugyanakkor az idei évben speciális előadássorozatot indítottak az akadémiai játékosok részére online formában, különböző témakörökkel: sportfogadás, dopping, mentális betegségek, pénzügyi tanácsok, közösségi média, játékosok biztonsága, zaklatás.

A program sok nehézséggel is szembesül, a játékosok nagy része messze lakik a csa-

ládjától (több mint 2,5 óra autótútra), nem mindenki tud beilleszkedni az új közegbe. Sérülés esetén külön oda kell figyelniük a játékosra, mentális téren kiemelten. Az utánpótlásból fellépni a felnőtt bajnokságba és szerződést kiharcolni mindig nehéz, az SHL ugyanakkor a rookie-program keretében kötelezően előírja az újoncszerződés megkötését 100 játékpert után. Ugyanaz a szerződéstípus minden játékosnak a garancia és tisztességes bónuszrendszert kínál 21 éves korig – a klub számára is könnyebb a jó teljesítmény esetén bónuszt kifizetni. Egy SHL-csapatnál általában nyolc-kilenc játékos érkezik a helyi akadémiáról, valamint három-négy játékosnak van aktuálisan újoncszerződése.

A nap utolsó előadásában Ken Martell az amerikai fejlesztési modell (ADM) részleteit osztotta meg a hallgatósággal. Az amerikai szövetség munkatársainak feltűnt, hogy a 2000-es évektől kezdve a regisztrált jégkorongozók száma csökkent, ezért átfogó reformprogramot vezettek be, melynek célja, hogy minél több gyerek szeresse meg és játssza a jégkorongot, majd tűnjön ki belőle. Az ADM-modell a hosszútávú sportoló fejlesztési modell (LTAD) elvein alapul, sporttudományon, testnevelésen és gyermekfejlesztési gyakorlatokon. Sportspecifikus és nem-sportspecifikus bevált gyakorlatokat tartalmaz a világ hokiországaiból, de tipikus amerikai gyakorlati megoldásokkal. Cél a sportolók életkorának megfelelő verseny- és edzésrendszer működtetése.

A rendkívül színvonalas előadások elérhetőek a QR-kódot beolvasva:





Herfindahl-Hirschman index a jégkorongban

SZERZŐ:



KISS CSABA

Budapesti
Corvinus
Egyetem

Cikkünkben egy, a közgazdaságtan világából származó mutatószámnak, az ún. Herfindahl-Hirschman indexnek a jégkorongsportra történő adaptálására teszünk kísérletet. Az általunk kiszámított mutató arról ad információt, hogy egy csapaton belül a gólok eloszlása mennyire egyenletes a csapattagok között, vagy megfigyelhető-e, hogy néhány kiemelkedő játékos nevéhez fűződik a gólok nagy többsége?

Az ún. Herfindahl-Hirschman index (HHI) számítása nem előzmény nélküli a sport világában, hiszen ezt a mutatószámot már professzionális bajnokságok különböző ismérvei kapcsán értelmezték, mint például a ligák küzdelmének kiegyenlítetttsége (Franck & Theiler, 2012; Humphreys, 2002; Lahvička, 2015; Owen & Owen, 2022) vagy a fizetési egyenlőtlenségek (Stefanec, 2012), ám a csapaton belüli erőviszonyok elemzésére eddig szélesebb körben nem volt használatos.

Alapértelmezésben a Hirschman-Herfindahl index (HHI) egy olyan mutató,

amelyet a közgazdászok gyakran használnak a piaci koncentráció mérésére és értékelésére. A HHI számítása az egyes vállalatok piaci részesedéseinek négyzetösszegeként jön létre a vizsgált piacon. Minél magasabb a HHI értéke, annál nagyobb a piaci koncentráció, azaz annál kevesebb vállalat uralja a piacot.

A Hirschman-Herfindahl index hasznos eszköz a verseny szintjének értékelésére, és gyakran alkalmazzák a versenyjogi elemzésekben és antitröszt-eljárásokban. Az index értéke 0 és 10 000 között lehet, ahol a 10 000-hez közelítő értékek azt mutatják, hogy a piacot egy vagy csak néhány vállalat uralja, míg az alacsonyabb értékek azt jelzik, hogy a piacon több szereplő között oszlik meg a verseny.

Cikkünk alapötletét az adta, hogy egy csapaton belül a gólok koncentrációjának elemzéséhez is használható lehet a mutató célszerűen átalakított változata.

A SVÉD ÉLVONALTÓL AZ ALPESI LIGÁIG

Itt az egyes játékosok által szerzett gólok százalékos értékének négyzetösszegeként

kapjuk a mutatószámot. Ha tehát egy játékos 10 gólt szerzett a csapata száz góljából, akkor a HHI-indexbe $10 \times 10 = 100$ -al számít bele, és ezt minden csapattagra kiszámítjuk. Természetesen lehetne a „kanadai” pontok koncentrációját is számítani vagy a büntetéspereket, mi most ebben a cikkben a gólokra fókuszálunk.

Matematikailag a HHI-index számítása a közgazdaságtanban:

$$HHI = \sum_{i=1}^n s_i^2$$

ahol: HHI a Hirschman-Herfindahl index, n a piaci szereplők száma, si az i-edik piaci részesedése a teljes piacon.

Cikkünkhöz a HHI-t az alábbi módon adaptáltuk:

$$HHI_{goal} = \sum_{i=1}^n goalpercentage_i^2$$

ahol: HHIgoal a Hirschman-Herfindahl index csapatsportra adaptált változata, n az adott csapat mezőnyjátékosainak száma, goalpercentagei az i-edik játékos által lőtt gólok százalékos értéke a csapat által lőtt gólok számához viszonyítva.

Megvizsgáltuk számos európai felnőtt és utánpótlásbajnokságban az adott ligát alkotó csapatok HHIgoal-mutatójának alakulását. Ebből igyekszünk következtetéseket megfogalmazni.

Feltételezésünk szerint minél magasabb játékeréjű egy adott bajnokság, annál kisebb lesz a HHIgoal index terjedelme az adott liga kapcsán (azaz a legnagyobb és a legkisebb HHIgoal-mutatójú csapat közötti különbség), valamint annál kisebb lesz a liga átlagos HHIgoal-indexe is, azaz annál kevésbé jellemző egyes klasszisok, kiemelkedő játékosok dominanciája.

A mintában a svéd (SHL), a finn (Liiga), a német (DEL), a svájci (NL) élvonal, valamint az osztrák bázisú nemzetközi bajnokság (ICEHL) szerepelt, továbbá ennek a „másodosztálya”, az Alps HL, illetve a magyar szervezésű



nemzetközi liga (Erste Liga). Emellett az osztrák szervezésű juniorbajnokság (IL U20) alapszakaszának első és második szakaszából származó adatokat is bevontuk az elemzési körbe. Összesen 9 liga 3405 játékosának adata (név, csapat, szerzett gól) alkotta az adatbázist.

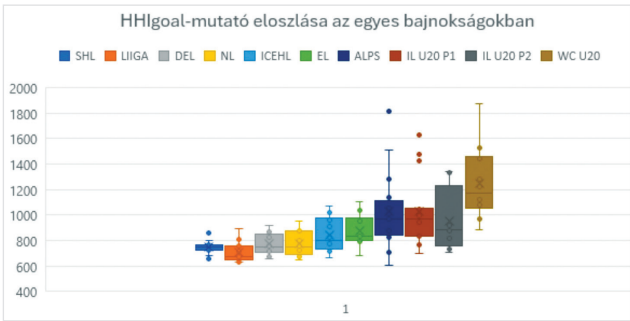
Az egyes ligák csapatainak HHIgoal-mutatója az alábbi leíró statisztikákkal (minimum, maximum, terjedelem, átlag, szórás) jellemezhető. A legkisebb különbség a csapatok között a svéd bajnokságban figyelhető meg, és az átlagos érték is itt az egyik legkisebb. Ez azt jelenti, hogy nincsenek olyan csapatok, ahol kiemelkedő sztárjátékosok viszik a hátukon a produkciót, aránylag mélyek a keretek, több sor is kiveszi a részét a gólokból. A másik véglet az ALPS Hockey League, ahol az általunk vizsgált felnőtt bajnokságok közül a legnagyobb a HHIgoal-mutató csapatonkénti átlagos értéke, és a terjedelem is a legmagasabb. Ebben a bajnokságban tehát van csapat, amelynek a gólterméséért egy vagy néhány, csapat- és ligaszinten is kiemelkedő képességű játékos felel, míg más csapatoknál sokkal jobban szétoszlik a teljes játékoskereten a gólszerzés.

Bajnokság	Min	Max	Terjedelem	Átlag	Szórás
SHL (svéd)	659,0	857,9	198,9	746,7	45,7
Liiga (finn)	628,4	894,1	265,7	706,8	77,7
DEL (német)	653,1	922,6	269,4	772,2	80,8
NL (svájci)	648,3	948,7	300,4	774,5	91,9
ICEHL (osztrák 1.)	661,5	1071,3	409,8	841,5	128,1
EL (Erste Liga)	680,3	1106,0	425,7	880,8	122,3
ALPS (osztrák 2.)	602,4	1816,7	1214,3	1024,7	295,9
IL U20 P1 (osztrák UP 1.)	703,6	1632,0	928,4	1028,0	264,6
IL U20 P2 (osztrák UP 2.)	708,2	1337,9	629,7	953,4	231,8
WCU20 (junior világbajnokság)	888,5	1875,0	986,5	1249,8	280,4

1. Táblázat: Az elemzési körbe bevont ligák csapatai HHIgoal-mutatójának leíró statisztikái

Az adatokat dobozdiagramon szemléltetve kirajzolódik előttünk az érdekesség, hogy minél erősebbnek vélt bajnokságról van szó, annál kisebb a HHIgoal-mutató átlagos értéke, és annál kevésbé jellemzőek a kiugró értékek. Ez nem is meglepő, hiszen egy gyen-

gebb színvonalú ligába viszonylag sok másik, nívósabb bajnokságból lehet szerződtetni jelentős erősítésnek bizonyuló játékost, míg olyan játékosból, aki a legerősebb ligákban kiemelkedőnek minősülhet, lényegesen kisebb a merítés.



1. ábra: A csapatonkénti HHIgoal-mutató ligánkénti eloszlása

	BJAHC	Brassó	DEAC	DAB	DVTK	FEHA19	FTC	Gyergyó	Csikszereda	UTE
Gól	152	143	136	100	139	84	168	165	160	138
HHI - Gól	950	1037	832	960	810	680	799	1106	796	839
Tabella	4	2	8	9	7	10	1	3	5	6
HHI rangsor	4	2	6	3	7	10	8	1	9	5

2. táblázat: Az Erste Liga HHIgoal-mutatói



Érdekes összehasonlítást enged meg az alapszakasz végén a tabellán elfoglalt helyezésekből összeálló rangsor és a HHIgoal-indexekből képzett rangsor közötti kapcsolat elemzése. Azaz vajon mely csapatok a sikeresebbek: ahol néhány kiemelkedő játékos figyelhető meg, vagy ahol a keret nagyobb része gólerős?

Az Erste Liga esetében a Spearman-féle rangkorreláció értéke 0,33, azaz közepes erejű kapcsolat figyelhető meg a ligában a 2023–2024-es idényre vonatkozóan, arra nézve, hogy minél nagyobb a HHIgoal értéke egy csapatnál, jellemzően annál előrébb végzett a tabellán. Ha egy csapatnak nincs olyan kiválósága, aki nemcsak társai között, hanem a liga egészében is kitűnik gólerősségével, akkor nehezen lehet számítani arra, hogy komoly esélyei lennének ebben a bajnokságban.

Más képet mutatott az ICEHL alapszakasza. Ott a rangkorreláció -0,64 lett, azaz a nagyobb gólkonzentrációjú csapatok jellemzően a tabella hátsóbb régióiban végeztek. Az alapszakaszt megnyerő KAC HHIgoal-mutatója 737 lett mindössze, a ligautolsó Graz99ers pedig a második legnagyobb értéket vonultatta fel (1021). Ebben a ligában a keretek mélysége nagyobb jelentőségűnek bizonyult az eredményesség szempontjából.

A DEL-ben is negatív előjelű a tabellahelyezés és a HHIgoal-rangsor korrelációja, de gyengébb a kapcsó-

Irodalomjegyzék

- Franck, E., & Theiler, P. (2012). One for Sure or Maybe Three: Empirical Evidence for Overtime Play from a Comparison of Swiss Ice Hockey and the NHL. *Jahrbücher für Nationalökonomie und Statistik*, 232(3), 210–223. <https://doi.org/10.1515/jbnst-2012-0303>
- Humphreys, B. R. (2002). Alternative Measures of Competitive Balance in Sports Leagues. *Journal of Sports Economics*, 3(2), 133–148. <https://doi.org/10.1177/152700250200300203>
- Lahvička, J. (2015). The Impact of Playoffs on Seasonal Uncertainty in the Czech Ice Hockey Extraliga. *Journal of Sports Economics*, 16(7), 784–801. <https://doi.org/10.1177/1527002513509109>
- Owen, P. D., & Owen, C. A. (2022). Simulation evidence on Herfindahl-Hirschman measures of competitive balance in professional sports leagues. *Journal of the Operational Research Society*, 73(2), 285–300. <https://doi.org/10.1080/01605682.2020.1835449>
- Stefanec, N. (2012). Does Pay Disparity Really Hamstring Team Performance? A Study of Professional Ice Hockey Players. *Sociology Mind*, 02(04), Article 04. <https://doi.org/10.4236/sm.2012.24058>



lat (-0,31), míg a finn (0,01) és a svéd bajnokságban (-0,1) gyakorlatilag nincs kapcsolat a helyezés és a HHIgoal-rangsorban elfoglalt hely között. Ez utóbbi két ligában a csapatok között eleve kicsi a különbség a gólkonzentrációban, mély keretekkel dolgoznak, sok képzett játékoskal, így sem klasszisok révén, sem a keretek mélységével nem lehet önmagában versenyelőnyt elérni a jelek szerint.

MI ÚJSÁG AZ UTÁNPÓTLÁSBAN?

Az utánpótlásban a tehetségek felfedezése és fejlesztése kiemelt jelentőséggel bír, mivel ezek a fiatal játékosok lesznek, lehetnek a jövő profi játékosai, és a ligába áramló fiatalok mennyisége és minősége közép- és hosszú távon meghatározhatja egy csapat vagy egy bajnokság versenyképességét. Ezért nem meglepő, ha az utánpótlás-ligákban vagy nagy számban ifjúsági és junior korosztályos játékost foglalkoztató bajnokságokban (pl. AlpsHL) magasabb Herfindahl-Hirschman index (HHIgoal) értékek tapasztalhatók. Ezek a magas értékek arra utalnak, hogy a kiemelkedő tehetségek nagyobb arányban játszanak szerepet a gólok megszerzésében az utánpótláscsapatokban. Ez a tendencia megfelel az utánpótlás céljainak és jellegének, mivel ebben a korosztályban az egyéni kiválóságok kiemelkedő fontosságúak a játékfejlesztés és a versenyképesség szempontjából.



Az ilyen magas HHIgoal-értékek tehát inkább tükrözik az utánpótlásban zajló fejlődést és a tehetségek kiemelkedését, és nem feltétlenül jelzik a versenyképesség csökkenését vagy a csapatok egyenlőtlenségét, mint azt a felnőtt, profi bajnokságokban lehetne értelmezni.

Ezért az utánpótlásban a magas HHIgoal-értékek inkább azt jelenthetik, hogy a tehetségeket megfelelően menedzselik és fejlesztik. Ebben az életkorban az egyéni kiemelkedő játékosoknak nagyobb hangsúlyt kapnak, hogy kibontakoztathassák potenciáljukat. A junior világbajnokság adatai annyiban árnyalják a képet, hogy igen nagy szóródás tapasztalható a mutatóban országonként. Az olyan nagy játékoszámmal rendelkező hokinemzetek, mint Kanada vagy az USA, mély kerettel érkeznek a vb-re, ezt jelzi az alacsony HHIgoal (Kanada: 888, USA: 971), a kisebb hokinemzetek jobban függnek néhány klasszistól (Lettország: 1875, Norvégia: 1528).

HASZNOS ÖNÉRTÉKELŐ ESZKÖZ

A Herfindahl-Hirschman index (HHI) alkalmazása a jégkorongsportban – legyen az felnőtt vagy utánpótlás bajnokság – értékes eszköz lehet a csapatok teljesítményének és versenyképességének értékelésében. A mutató segítségével lehetőségünk van áttekinteni, hogy egy adott csapatban mennyire egyenletesen oszlanak el a gólok a játékosok között, és milyen mértékben függ a gólok többsége néhány kiemelkedő játékosról.

A HHI segíthet a csapatoknak és a bajnokságoknak abban, hogy jobban megértsék saját erősségeiket és gyengeségeiket, ezáltal hatékonyabb stratégiákat dolgozzanak ki a sikeres versenyztetés és kompetenciafejlesztés érdekében. Azonban fontos hangsúlyozni, hogy a mutató csak egy eszköz a sok közül, és a teljes kép kialakításához további elemzésekre és a kontextus értő áttekintésére van szükség.

Jobbal eredményesebb?

SZERZŐ:



NAGY ATTILA

Jégkorong
Módszertani
Központ



Az idénybeli junior világbajnokság mérkőzéseit követve olyan érzésünk támadt, hogy a gólok többségénél a jobbkezes játékosok mindig játszottak valamilyen szerepet, ezért megvizsgáltuk a kérdést a statisztikai mutatók irányából is.

Az IIHF U20-as világbajnokságát az idényben a svédországi Göteborg városában rendezték. A szakmai berkekben nagyra értékelt eseményt ritkán rendezik európai országban, köszönhetően a kanadai és amerikai szövetséggel kötött megállapodásnak. A junior vb-n rengeteg olyan tehetség pályára lép, akik a jövő meghatározó játékosai lesznek, a lelátón szinte minden jelentős klub játékosmegfigyelője is ott van: összességében a jövő hoki sztárjait lehet látni a jégen.

	Balos	Jobbos	Helyezés	Győzelem	Szerzett pont	Lőtt gólok	Kapura lövés
USA	10	10	1	7	20	45	259
SWE	11	9	2	5	15	27	223
CZE	18	4	3	4	13	30	205
FIN	13	7	4	3	7	25	214
CAN	9	11	5	3	9	23	158
SVK	16	6	6	3	10	22	159
SUI	18	4	7	1	4	13	131
LAT	17	3	8	1	3	8	118
GER	16	4	9	2	5	14	113
NOR	17	3	10	0	1	12	119

1. Táblázat: A junior világbajnokság összefoglalása országonként

Az 1. számú a junior világbajnokságon résztvevő országok játékosait, valamint a csapatteljesítményét összegeztük. A csapatokban változó számú balos és jobbos ütőfogású játékos szerepelt, legtöbbször a kanadai csapatban voltak többen jobbkezesek (11 fő), mint balkezesek (9 fő). A legkevesebb jobbkezes játékos a norvég és a lett válogatottban szerepelt. A helyezések tekintetében a végered-

ményt vettük alapul, míg a győzelmek, szerzett pontok, gólok és kapura lövések esetében a csoportmérkőzéseket és a rájátszás szakaszát is számítottuk. A szerzett pontok esetében a rendes játékidős győzelem 3 pontot, a hosszabbításos győzelem 2 pontot, míg a hosszabbításos vereség 1 pontot ért. Az adatok közötti korreláció elemzését az alábbi, 2. számú táblázat mutatja be.

	Balos	Jobbos	Helyezés	Győzelem	Szerzett pont	Gól	Kapura lövés
Balos	1						
Jobbos	-0,96	1,00					
Helyezés	0,61	-0,72	1,00				
Győzelem	-0,66	0,73	-0,93	1,00			
Szerzett pont	-0,60	0,70	-0,92	0,99	1,00		
Gól	-0,61	0,70	-0,90	0,95	0,94	1,00	
Kapura lövés	-0,60	0,66	-0,96	0,92	0,89	0,93	1

2. Táblázat: Korreláció

A helyezés, győzelem, szerzett pontok, lőtt gólok és kapura lövések számai közötti 0,9 vagy nagyobb, nagyon magas korrelációs érték nem meglepő. Hiszen ha valaki többször nyer, több pontot szerez, több gólt lő, akkor előrébb fog végezni a tornán, így ezek az összefüggések természetesek. Ugyanakkor a jobbos ütőfogású játékosok száma és a helyezés (-0,71), győzelmek (0,73), szerzett pontok (0,70) és gólok (0,70) száma közötti korrelációs együtthatók markáns kapcsolatot mutatnak. A helyezések kapcsán a negatív korrelációs együttható (fordítottan arányos) arra utal, hogy amennyiben egy csapat előrébb végez, akkor bizonyára több jobbos ütőfogású játékos van a keretében, de fontos megjegyezni, hogy nem kizárólag csak a jobb kezes játékosok száma határozza meg a helyezést, hanem sok más tényező is. A kapura lövések (0,66) és a jobbos játékosok közötti korrelációs együttható is jelentős kapcsolatra utal.

A fenti adatok alapján még részletesebben megvizsgáltuk a balos és jobbos ütőfogású játékosok közötti különbséget az egyéni statisztikai adatok feldolgozásával.

	GP	G	A	PTS	PIM	+/-	GWG	PPG	SHG	SOG	SOG%	SHIFTS	AT/S
Bal kezes	5,46	1,05	1,55	2,60	2,84	-0,37	0,14	0,24	0,03	7,92	12%	108,63	48,10
Jobb kezes	5,72	1,07	2,16	3,23	2,89	0,77	0,11	0,33	0,02	9,00	9%	106,05	45,90

4. Táblázat: Egyéni statisztikai mutatók átlaga a junior világbajnokságon

(GP: lejátszott mérkőzések, G: gól, A: assziszt/gólpassz, PTS: pont, PIM: kiállításperc, GWG: győztes gól, PPG: emberelőnyös gól, SHG: emberhátrányos gól, SOG: kapura lövés, SOG% lövéshatékonyosság, SHIFTS: cserék, AT/S: cserénkénti átlagos jégidő másodpercben).

A balkezes és jobbkezes játékosok közötti különbség vizsgálatához Mann-Whitney-próbát használtunk, mivel különböző adatsorok nem normális eloszlásúak. A teszt egyetlen esetben, a +/- mutatónál lett szignifikáns (p=0,0434), míg a többi adatsor esetében (p=ns). Ez azt jelenti, hogy a jobbkezes és balkezes játékosok +/- mutatója közötti különbséget nem a véletlen okozza. Az 1. számú táblázatban is látható volt, hogy az előrébb végző, ezáltal eredményesebben is játszó csapatokban több a jobbkezes, így a különbség leginkább ezzel magyarázható.

A junior világbajnokság csapat statisztikai adatainak elemzése után elmondhatjuk, hogy az előrébb végzett csapatok keretében jelentősen több jobbkezes játékos játszott, mint a kiesés elkerüléseért küzdő csapatokban. Az egyéni statisztikai mutatók esetében is van eltérés, de ez csak a +/- esetében volt szignifikáns. Jövőbeni kutatási témaként érdekes lehet megvizsgálni a hazai számokat, valamint más nemzetközi bajnokságok számait – ezután

	Hátvéd	Csatár	Magasság	Testsúly
Balkezes	50	95	1,84	83,48
Jobbkezes	22	39	1,84	83,79

3. Táblázat: A junior világbajnokság játékos adatainak átlaga

A 10 csapatban összesen 145 balkezes (70%) és 61 jobbkezes (30%) játékos szerepelt, mely arány eltér az NHL-adatoktól, ugyanakkor továbbra is közelít az általános kettő az egy arányhoz. A hátvédek tekintetében 50 fő (69%) volt balkezes, míg 22 fő (31%) jobb kezes. A csatárok esetében pedig ez az arány 95 fő (73%) és 39 fő (27%) volt. A leadott antropometriai adatok átlagai között nincs eltérés sem a testsúly, sem a magasságban a játékosok ütőfogását tekintve.

A tornán 29 mérkőzést játszottak, 20 csoportmérkőzést, egy kiesési rangadót és nyolcat a rájátszásban/egyes kieséses szakaszban. E mérkőzéseken nyújtott egyéni teljesítményeket hasonlítottuk és foglaltuk össze a 4. számú táblázatban.

lehet részletesebb következtetéseket levonni és trendeket meghatározni, hogy a több jobbkezes révén valóban eredményesebbek lehetünk-e.



Irodalomjegyzék

Grondin, S., Rioux, P. A., & Fortin-Guichard, D. (2023). Shooting left or right in the National Hockey League: Likely influence of batting in baseball and different success levels.

Lehetett volna akár nyugodtabb is

SZERZŐK:



NAGY ATTILA



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

U20, DIVÍZIÓ 1/A-VILÁGBAJNOKSÁG, BUDAPEST

1. forduló: –Kazahsztán 2–5 (1–2, 1–0, 0–3). **Gól:** Mihalik G. (Dobos), Dobos (Hiezl, Bajkó). **Kapus:** Hegedűs L. 29/34

2. forduló: –Ausztria 2–3 (1–1, 1–1, 0–1). **Gól:** Farkas L. (Nemes M.), Dobos (Horváth B., Horváth D.) **Kapus:** Hegedűs L. 28/31

3. forduló: –Japán 4–5 (2–3, 1–0, 1–1, 0–1). **Gól:** Nemes M. (Franyó, Farkas L.), Farkas O. (Szaó-Rácz, Nemes M.), Szabó-Rácz (Farkas L., Nemes), Ravasz. **Kapus:** Hegedűs L. 0/2, Csala 31/34

4. forduló: –Dánia 1–3 (0–2, 1–0, 0–1). **Gól:** Horváth B. (Dobos, Mihalik G.). **Kapus:** Csala 21/24

5. forduló: –Franciaország 4–0 (1–0, 2–0, 1–1). **Gól:** Laskawy, Simon (Csiki), Hiezl (Ravasz), Horváth B. (Nemes M., Bajkó). **Kapus:** Csala 35/35

A VÉGEREDMÉNY

1.	Kazahsztán	5	4	–	1	–	21–12	13
2.	Franciaország	5	3	–	–	2	18–19	9
3.	Dánia	5	3	–	–	2	18–14	9
4.	Ausztria	5	2	1	–	2	22–21	8
5.	MAGYARORSZÁG	5	1	–	1	3	13–16	4
6.	Japán	5	–	1	–	4	12–22	2

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

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2024. december): Norvégia, Franciaország, Dánia, Ausztria, Szlovénia

Decemberben az U20-as férfiválogatottunk hazai rendezésű világ bajnokságon vett részt, és nehézségek árán, de teljesítette a célt: bennmaradt.

Izgulósan alakult a Tüskecsarnokban rendezett divízió 1/A junior-világ bajnokság, hiszen a mieink nemcsak erős riválisokkal találkoztak, de a balszerencse is üldözte őket – legalábbis nem sok hiányzott ahhoz, hogy már a hét közepére meglegyen a bennmaradás. Csakhogy például Ausztria ellen hiába vezettünk az elején, és álltunk döntetlenre a harmadik harmadban is, 59:11-nél elment a hajó és vele a legalább egy pont is... Aztán a Japán elleni örületes meccsen 0–2-ről egyenlített a csapat, majd 2–3-ról fordított is, de itt meg 59:41-nél egyenlített az ellenfél, amely a hosszabbításban a pluszpontot is elvitte... Így aztán az utolsó fordulóra maradt annak eldöntése, hogy az U20-asaink maradhatnak-e a másodosztályban, ami ebben a korosztályban persze a 11-16. helyeket jelenti a vertikumban, ami a felnőtteknél az elit második fele lenne.

„Ha rajtunk stressz van, izgalom, azt a játékosok megérik, nem szabad mutatni sem, mert már az is elég a játékosoknak, ha a rezgések nem olyanok... Ezért igyekeztünk figyelni erre az öltöző környékén, és azt vettük észre, hogy pont a nyugodtságunk ragadt át a srácokra” – nyilatkozta Ladányi Balázs szövetségi kapitány a bennmaradás után. – Nagyon bíztam abban, hogy egyszer ki fog jönni, amit egész héten, sőt, az egész felkészülés során szeretünk volna látni, ez pedig főleg az egyszerű játék, kivált a védekező harmadban, illetve a támadó harmad előtt.

Ezek azok a kritikus területek, ahol ha korongot veszítünk, akkor jön a kontra, majd húsz-harminc másodperces korongkergetés a saját harmadunkban és talán gólhelyzet. Szerencsére ezeket sikerült kiküszöbölni és óriási stressz nélkül megoldani a játékunkat. Mutatta a csapat erejét és bizonyíték az is, hogy ha úgy játszunk, ahogy kell, akkor jönnek a lött gólok is, amikkel addig hadilábon álltunk.”

A mester kitért az utánpótláshoki azon sajátosságára is, hogy a mostani keretből lesznek, akik a következő U20-as vb-n már nem játszhatnak a koruk miatt, a keret másik fele tehát az ifiből érkező fiatalokkal alkotja majd az új csapatot – szerencsére ugyanebben a divízióban.

„Akik kiöregednek, azok jó szívvel adhatják át a stafétát a fiatalabbaknak, hiszen az alapvető célkitűzést sikerült elérni, és nem egy szinttel lejjebbről kell majd visszakapaszkodni, hanem ezen a szinten kell majd megállnunk a helyünket a következő szezonban is – mondta Ladányi Balázs. – Aztán, hogy miként fut ki a karrierjük, az a levegőben lóg: rengeteg munka kell, mert a junior és felnőtt hoki, a két válogatott között nagy a lépés, nem mindenki tudja megoldani.”

Miután elült a por, a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) honlapján elérhető hivatalos statisztikai adatok alapján elemeztük a vb-t, illetve a csapat összeállítását is bemutatjuk különböző szempontok szerint.

A mieinket előzetesen a tavalyi eredmények után a 4. helyre rangsorolták – mint fent említettük, végül szoros mérkőzéseket játszva az utolsó napon sikerült biztosítani a bennmaradást, megszerezve az 5. helyet.

	Lövés hatékonyság	Emberelőny	Emberhátrány	Kapus teljesítmény	Összesen
Kazahsztán	4	2	1	1	8
Dánia	2	4	2	2	10
Franciaország	3	1	3	4	11
MAGYARORSZÁG	5	3	4	3	15
Ausztria	1	4	6	6	17
Japán	6	6	5	5	22

2. Táblázat: Az U20-as világ bajnokság rangsorainak összegzése

A fenti adatokat összegezve elmondható, hogy Kazahsztán megérdemelten jutott fel, míg a magyar csapat akár előrébb is végezhetett volna. Ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy ezek csak a statisztikai összehasonlítások, a világ bajnokság végig nyílt volt, az utolsó mérkőzésen dönt el a bennmaradás sorsa is.

A magyar csapat szoros mérkőzéseket játszott, egy győzelem, három vereség és egy hosszabbításos vereséggel zárta a tornát, 4 pontot szerezve az 5. helyen.



A világ bajnokságon a Magyarország mellett Kazahsztán, Franciaország, Dánia, Ausztria és Japán vettek részt. A torna szokásosan 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.

A csapatösszeállításokat tekintve az alábbi táblázat foglalja össze a szövetségek által leadott adatokat (1. Táblázat). Testmagasság és testsúly tekintetében a mezőny közepén voltunk, míg a hazai és légiós játékosok tekintetében elől álltunk.

	Hazai	Külföldi	Magasság (cm)	Súly (kg)
Ausztria	17	5	185	84
Dánia	13	9	183	80
Kazahsztán	18	4	184	80
Franciaország	18	4	178	77
Japán	16	6	176	75
MAGYARORSZÁG	13	9	181	78

1. Táblázat: Az U20-as világ bajnokság játékosadatainak összegzése

Egy eredményességét nagyban meghatározza a lövéseinek hatékonysága, emberelőnyös és -hátrányos játéka, valamint a kapusok védelmi hatékonysága. Ezen statisztikai eredményeket külön-külön és országokként rangsorolva, majd ezen rangsorokat összeadva az alábbi sorrendet kaptuk (2. Táblázat).



SZERZŐK:

KISS CSABA¹NAGY ATTILA²P. SOÓS BALÁZS
BENJAMIN²¹ Budapesti
Corvinus
Egyetem² Jégkorong
Módszertani
Központ

Nagyszerű kezdeményezés, közös siker



A Jégkorong Módszertani Központ az élére állt a hazai akadémiai rendszerben egyedülálló kezdeményezésnek: a négy sportági akadémia közös „select” csapatot állított ki és versenyeztetett az idényben.

Augusztusban egy hazai torna keretében a Kassa és a Poprád csapatait láttuk vendégül, nagyszerű mérkőzéseket vívva az Újpesti Jégkorong Akadémia fővárosi, Szilágyi úti jégcsarnokában. Az Academy Select csapattal ezúttal a FEHA19 és az Újpest neves mentoredzői, Vesa Viitakoski és Mika Saarinen dolgoztak.

Ezután decemberben sikerült meghívást kapni egy rangos svéd U15-ös tornára Malmöbe. Árkovics Bálint (ÚJA), ifj. Kovács Csaba (FEHA19) és Majoross Barnabás (BJA) vezetésével tornagyőztesként zárt az U15-

AUGUSZTUS

Ellenfelek: Kosice Black, Kosice White (szlovákok), Poprád (szlovák)

Az Academy Select U15 kerete.

Kapusok: Husti Csanád (ÚJA), Soós Lóránt (FEHA19). **Hátvédek:** Fülöp Balázs (DVTK JJSA), Jóó Bertalan (FEHA19), Karikás Botond (ÚJA), Kemény-Savovic Milán (BJA), Séfer Milán (ÚJA), Szabó Gergő (ÚJA), Szilágyi Dávid (BJA). **Csatárok:** Baróti Bence (ÚJA), Gál Benedek (ÚJA), Károlyi Gergő (ÚJA), Kovács Bence (ÚJA), Kovács Csaba (ÚJA), Kovács László Tihamér (FEHA19), Kóródi Zalán (BJA), Rákosi Lázár (FEHA19), Rákosi Máté (FEHA19), Spisák Nándor (DVTK JJSA), Szabó Máté (ÚJA), Szénási Levente (BJA), Vónya-Tolner Ákos (BJA). Stáb: Vesa Viitakoski (finn, FEHA19), Mika Saarinen (finn, UJA), Molnár Attila (UJA)

DECEMBER

Ellenfelek: AIK (svéd), Flemingsberg (svéd), Malmö (svéd), Rögle (svéd), Västerås (svéd)

Az Academy Select U15 kerete. Kapusok: Soltész Bálint (DVTK JJSA), Soós Lóránt (FEHA19). **Hátvédek:** Fülöp Balázs (DVTK JJSA), Jóó Bertalan (FEHA19), Karikás Botond (ÚJA), Séfer Milán (ÚJA), Szilágyi

Dávid (BJA), Szabó Gergő (ÚJA). **Csatárok:** Baróti Bence (ÚJA), Károlyi Gergő (ÚJA), Kovács Bence (ÚJA), Kovács Csaba (ÚJA), Kóródi Zalán (BJA), Méder Levente (FEHA19), Nolan Oxtoby Mátyás (BJA), Rákosi Lázár (FEHA19), Spisák Nándor (DVTK JJSA), Szabó Máté (ÚJA), Szénási Levente (BJA), Vónya-Tolner Ákos (BJA). Stáb: Árkovics Bálint (UJA) Majoross Barnabás (BJA); ifj. Kovács Csaba (FEHA19)

FEBRUÁR

Ellenfelek: Lengyelország, Litvánia, Magyarország **Az Academy Select U18 kerete. Kapusok:** Dezső Zsolt Zsombor (DVTK), Hajdu Martin (FEHA19), Marton Attila (BJA). **Hátvédek:** Abonyi Trisztán (BJA), Bánhegyi Szabolcs (BJA), Bárdos Andor (ÚJA), Borsos Barna (BJA), Czina Vilmos (DVTK), Horváth Benedek (DVTK), Horváth Dániel (FEHA19). **Csatárok:** Bisz Márk (BJA), Czecze Hunor (DVTK), Dobos Boldizsár (BJA), Keszthelyi Csaba (FEHA19), Ladnyik Zsombor (ÚJA), Lupa Dániel (ÚJA), Németh Kornél (ÚJA), Oláh Bence (DVTK), Pallag-Bozsák Róbert (FEHA19), Pál Dániel (FEHA19), Sári Barnabás (FEHA19), Schmidt Barnabás (BJA), Vörös Henrik (DVTK). Stáb: Vesa Viitakoski (finn, FEHA19), Inglis Ákos (ÚJA), Verba Gábor (DVTK), Jászai Dávid (BJA)

Mika Saarinen



ös Academy Select: a Flemingsbergs IK legyőzésével megnyerte a Malmö Redhawks Int'l Folke Lindström Tournament 2023-at! Minden résztvevő csapatra nagyon pozitív benyomást tettünk, sok gratuláló üzenetet kaptunk és jövőbeni együttműködési és tornalehetőséget ajánlottak fel a skandináv csapatok.

Februárban a Magyar Jégkorong Szövetség győri Négy Nemzet Tornájára ugrottunk be az észt válogatott helyére, ahol a magyar, lengyel és litván válogatottak ellen játszottunk ki-ki mérkőzéseket. Külön ki kell emelni az akadémiai edzők és vezetők rugalmasságát, együttműködését. A keretek kialakítása és versenyeztetése, valamint a költségek megosztása is zökkenőmentes volt.

Minden akadémia beletette a közösbe, amit tudott, hogy ez a nagyszerű kezdeményezés sikeres legyen.



VÉLEMÉNYEK

MAJOROSS GERGELY (BJA):



„Onnan jött az Academy Select létrehozásának az ötlete, hogy szeretnénk a játékosainknak minél több és jobb versenyeztetést biztosítani a szezon során. Erre kiváló alkalmakat nyújtanak az IIHF-szünetek, a szezon kezdet előtti, valamint a szezon vége utáni időszakok. A válogatottjaink teszik a dolgukat a nemzetközi szünetekben – aminek nyilván nagyon örülünk –, de azt gondoltuk, hogy jó lehetőség lehet azoknak a játékosoknak, akik éppen adott időszakban nem kerülnek be a válogatottba, ha egy akadémiai válogatottban szerepelhetnek és további színvonalas mérkőzéseket játszhatnak. Ennek első állomása volt ez az idény. A jövőben igyekszünk majd felkutatni minél több minél rangosabb eseményt, és bízunk benne, hogy egyre színvonalasabb program lesz e kezdeményezésből. Én azt gondolom, hogy a játékosok ráadásul így nem csak a saját akadémiájukon dolgozó szakemberektől tanulhatnak, hanem ha csak időszakosan is, de megismerhetik más nagyszerű szakemberek munkáját is. Ez egy újabb lehetőség, amiért érdemes az akadémiákat választani.”



FEKTI ISTVÁN (FEHA19):



„Ez a harmadik szezonunk az államilag elismert sportakadémiai rendszerben, és a kezdetektől fogva kiváló a szakmai együttműködés az akadémiák között. Közös keressük azokat a kitörési pontokat, amelyek révén a sportolók versenyeztetésében folyamatos, minőségi előrelépést tudunk tenni. Ennek jegyében fogalmazódott meg az igény, hogy a serdülő válogatott közelében levő, de oda első évesként még be nem kerülő 2009-es születésű játékosoknak is teremtsünk platformot, ahol nemzetközi színvonalú mérkőzéseken fejlődhetnek. Ez az idény hosszabb távú kezdeményezés első állomása – az IIHF-szünetekre tervezünk több hasonló rendezvényt. Tudatosan erős ellenfeleket hívtunk, hiszen tőlük lehet tanulni. Segíti a jégkorongozók fejlődését az is, hogy a közös akadémiai csapatban való szereplés kimozdítja a játékosokat a komfortzónájukból, új környezetben, új társak és edzők között kell helytállniuk. Meggyőződésem, hogy ez a kezdeményezés új szintre emeli az akadémiák együttműködését, hozzájárulva a játékosok és a sportág előre lépéséhez.”



Vesa Viitakoski



KOVÁCS ATTILA (ÚJA):



„Jó kezdeményezésnek tartom az Academy Selectet, amely tovább erősíti az akadémiák közötti együttműködést. A négy kiemelt műhely között a mindennapokban egészséges verseny van, az ilyen alkalmak viszont platformot teremtenek az ismerkedésre, tudásmegosztásra. Emellett több olyan első éves serdülő játékosunk van, akik még nem kerültek be az U15-ös válogatottba, ám szükségük van a minőségi versenyeztetésre. Fontos kiemelni azt, hogy a csapat irányításából szakmai stábunk is kiveheti a részét, edzőink is hasznos tapasztalatokat gyűjthetnek. Külön öröm számomra, hogy az egyik esemény mérkőzéseit hazai pályán játszhattuk, és végre tétmérkőzésen is felavattuk a Szilágyi úti jégcsarnokunkat.”

MAYER PÉTER (DVTK JJSA):



„Az újonnan induló kezdeményezés igazi értéke, hogy a négy államilag elismert jégkorong-akadémia immár olyan tettek és valós programok terén is kooperál, melyek tiszta szakmai gondolkodás és játékos-központúság kapcsán jöhetnek létre. Ez az új program kiváló lehetőség minden akadémiai műhelyben fejlődő tehetségnek, hogy még több kiemelt nemzetközi ingerrel találkoz-

zon, ezzel is kibontva a fiatalokat. Ez a közös cél a legfontosabb érdeke mind a négy szervezetnek, azon dolgozunk együtt, hogy egyre több ilyen pluszt nyújtsunk a játékosainknak a jövőben.”



Tudomány és művészet

SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ



Bronzéremmel zárta a divízió 1/A-világ bajnokságot az U18-as leányválogatottunk, amelynek az alacsony átlagéletkora miatt nagy jövője lehet.

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

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

Kapus: Takács N. 12/15

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

Kapus: Takács N. 20/22

3. forduló: –Dánia 4–0 (2–0, 0–0, 2–0).

Gólok: Hiezl (Weiler), Bahiczki-Tóth (Hiezl – emberelőny), Weiler (Hiezl – ee.), Bahiczki-Tóth (Hiezl – kettős emberelőny). **Kapus:** Milibák 6/6

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

– hosszabbításban. **Gólok:** Kárpáti (Mozolai), Hiezl (Bahiczki-Tóth). **Kapus:** Milibák 14/15

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

Gólok: Gergely (Hiezl – emberhátrány), Polonyi (Weiler – ee.). **Kapus:** Milibák 13/14

A VÉGEREDMÉNY								
1.	Japán	5	5	–	–	–	21–4	15
2.	Olaszország	5	3	–	1	1	15–13	10
3.	MAGYARORSZÁG	5	2	1	–	2	8–8	8
4.	Ausztria	5	1	2	1	1	10–11	8
5.	Franciaország	5	1	–	–	4	8–14	3
6.	Dánia	5	–	–	1	4	6–18	1

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

A KÖVETKEZŐ VB-ELLENFELEINK

(2025. január 5–12., Vantaa, Finnország): Németország, Olaszország, Ausztria, Franciaország, Norvégia

Egy nagy és egy kisebb vereség után nagy győzelemmel zárta le pechesebb szakaszát az ifjúsági leányválogatottunk az Egnában rendezett korosztályos világ bajnokságon, és a Dánia elleni kiütéssel gyakorlatilag eldőlt, hogy a kieséstől nem kell tartani, lehet magasabb célokért folytatni. Ennek szellemében a csapat nyert Ausztria ellen is a hosszabbításban, majd az utolsó napon Franciaországot is legyűrte a rendes játékidőben, így pedig felfért a dobogóra is a tavalyi és tavalyelőtti negyedik helyek után.

„Együtt dolgoztunk meg az eredményért: habár nem úgy értük el a célunkat, ahogy szerettük volna, de azt mondtam a lányoknak, hogy nem az út az érdekes, hogy miként érünk oda, hanem a cél – értékelt Bedő Botond szövetségi kapitány. – Ötszáz évet öregedtem a torna alatt, mert nagyon hullámzó volt a teljesítményünk, főleg az elején. De aztán kezdett kisimulni a játékunk, főleg a végére, úgyhogy a zárás rendben van. A munkás gólokat kértük a csapattól, és a szív nagyon dolgozott: ha a jégen lévő öt mezőnyjátékosé egyszerre dobban, akkor nagy dolgokat tudunk véghez vinni! Büszke vagyok a csapatra.”

A mester kiemelte még, hogy a csapatnak van karaktere, ami több mérkőzésen is megmutatkozott, és nincs probléma a motivációval sem. Ugyanakkor erőnlétben fejlődni kell, kivált, mert ennek hiányosságai nyomán a szellemi energia kezd el fogyni először. Ám ennek is van oka, mégpedig a keret rendkívül alacsony átlagéletkora: a mostani csapatból négyen öregszenek ki csupán. Biztató tehát a jövő – erre enged következtetni a statisztikai elemzés is.

A csapatösszeállításokat tekintve az alábbi táblázat foglalja össze a szövetségek által leadott adato-



Ötszáz évet öregedtem a torna alatt, mert nagyon hullámzó volt a teljesítményünk.



kat (1. Táblázat). Testmagasság és testsúly tekintetében a mieink voltak a legnagyobbak, míg a hazai és légiósjátékosok tekintetében a középmezőnyhöz tartoztunk a három légiósunkkal.

	Hazai	Külföldi	Magasság (cm)	Súly (kg)
Japán	19	1	161	57
Olaszország	17	3	164	58
Franciaország	19	1	163	60
MAGYARORSZÁG	17	3	170	64
Ausztria	16	4	167	58
Dánia	17	3	168	60

1. Táblázat: Az U18-as világ bajnokság játékosadatainak összegzése

Miként a többi vb-elemzésünknel is megjegyeztük, egy csapat eredményességét nagyban meghatározza a lövéseinek hatékonysága, emberelőnyös és -hátrányos játéka, valamint a kapusok védelési hatékonysága.

	Lövéshatékonyság	Emberelőny	Emberhátrány	Kapus teljesítmény	Összesen
Japán	1	1	1	1	4
Ausztria	4	3	2	2	11
Dánia	3	4	3	3	13
Olaszország	2	2	6	5	15
MAGYARORSZÁG	6	5	4	4	19
Franciaország	5	6	5	6	22

2. Táblázat: Az U18-as világ bajnokság rangsorainak összegzése

Ahhoz tehát nem férhet kétség, hogy a százszázalékos teljesítménnyel az élen záró Japán megérdemelten jutott fel az elitbe. Közben azonban a mieink is

kitettek magukért, és a statisztikai összevetés alapján kicsit még felül is teljesítettek a megszerzett bronzéremmel.



Rögtön tökéletes

SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

Először vett részt az ifjúsági téli olimpián a magyar 3x3-as leányválogatott, de jobban nem is alakulhatott volna az első szereplés, hiszen aranyéremmel tértek haza a lányok!

Sporttörténelmi sikert aratott a magyar 3x3-as leányválogatott az ifjúsági olimpián, amelyre először nevezett, és rögtön meg is nyerte a játékokat!

Apróbetűs megjegyzés, hogy 2020-ban Lausanne-ban még vegyes nemzetiségű csapatokkal rendezték a tornát, és akkor a

kapus Hegedüs Levente együttese aranyérmeket nyert, tehát akadt már némi magyar siker a szakágban.

TEHETSÉGES CSAPAT, APRÓ RÉSZLETEK

Most a dél-koreai Gangwonban rendezett multisport-eseményre 33 fős magyar utánpótlás-küldöttség utazott januárban. A programban szereplő 3x3-as jégkorongtornán részvételre a magyar női csapat azáltal szerzett jogot, hogy az elmúlt két idény U18-as eredményei alapján befért a legjobbak közé – ezt a távol-keleti végeredmény nyilván igazolja. A kiírás szerint az ifjúsági olimpián a 2008-as és 2009-es születésűek vehettek részt – közülük kilencen ott voltak a „hagyományos” hokink U18-as divízió 1/A-világbajnokságán is, és mivel ezúttal a felnőttválogatottnál is dolgozó Delaney Collins, illetve Pillók Martin irányította a szakvezetőséget, bízhattunk a jó eredményben: ennek megfelelően az éremszerzés volt az előzetes cél.

„A játékosok nagyon értékes tapasztalatot szerezhetnek, hiszen egy olimpián vehetnek részt, a játék lényegéről, szépségéről tanulhatnak újabb dolgokat – ismertette a várakozásait az indulás előtt Delaney Collins. – Szeretnénk az országot, a magyar jégkorongot és magunkat is képviselni. Az



IFJÚSÁGI OLIMPIA, 3X3, LÁNYOK

1. forduló: –Mexikó 17–0
 2. forduló: –Törökország 18–0
 3. forduló: –Kína 13–3
 4. forduló: –Ausztrália 23–1
 5. forduló: –Hollandia 33–0
 6. forduló: –Dél-Korea 16–0
 7. forduló: –Olaszország 11–1
- Elődöntő:** –Olaszország 14–4
Döntő: –Dél-Korea 10–2

AZ IFJÚSÁGI OLIMPIAI BAJNOK CSAPAT

Keret: Bányi Boróka, Bereczki Dóra, Csordás Csenge Noémi, Faragó Luca Lara, Hajdu Lili, Haraszt Lorina, Hiezl Réka Effi, Polónyi Petra, Sággyh Lara, Simon Bíborka Borbála, Szabó Bonita Lilla, Takács Noémi Zoé, Weiler Krisztina

Stáb: Delaney Collins, Pillók Martin, Gallyas Gabriel-la, Dénes Veronika, Jasó Judit, Szilágyi Soma



időeltolódás is kihívást jelent, amihez alkalmazkodni kell. Ezzel együtt azt várom, hogy napról napra jobban teljesítsünk, vigyázzunk a korongra és dolgozzunk keményen. Ahogy haladunk előre, az apró részletek egyre fontosabbak lesznek. Tehetséges csapattal utazunk, amely sokra hivatott.”

VÁLTOZATLAN ALAPELVEK

A szövetségi kapitány hozzátette, hogy természetesen eltérő szabályok vonatkoznak a 3x3-as hokira: kisebb a pálya (22,71x30 méteres), rövidebb a játékidő (16 percesek a harmadok, futóórával), máshogy vannak a cserék is (a sorokat percenként, a kapusokat nyolc percenként cserélik) és nincs sem les, sem tilos felszabadítás, sem időkérés. Mindezek eredményeképpen kevesebb hely és idő áll a játékosok rendelkezésére, ugyanakkor az alapelvek nem változnak: a korongot meg kell becsülni, aztán pedig gólokat lőni.

A góllövésel már az elején sem volt gond: a Mexikó elleni nyitómeccset 17–0-ra nyerték a lányok, majd az összes többi csoportmeccset is legalább tízgólos különbséggel hozták – a Hollandia ellenit speciel 33–0-ra. Ezek után nyilván megnőtt az étvágy, kivált, hogy az elődöntő is kereken tízgólos sikert hozott, amivel biztossá vált, hogy teljesül az eredeti célkitűzés, az éremszerzés.

MUSZÁJ VOLT ÜNNEPELNI!

A fináléban a csoportkörben 16–0-ra legyőzték, viszont azért házigazda Dél-Korea következett. Ekkor csendesebben kezdődött a rangadó, az első harmadot „csak” 2–0-ra hozták a mieink, de a második szünetben

már 7–1 volt az állás, ide, a vége pedig 10–2 – tehát ifjúsági olimpiai bajnok lett a csapat!

„Ez az eredmény biztosan bekerül a történelemkönyvekbe! – mondta Delaney Collins, a válogatott szövetségi edzője a kilencből kilenc kiütéses győzelmet követően. – Nagyon örülök, hogy aranyérmet szereztünk Magyarországnak, és hogy a lányok meg tudták mutatni, mire képesek. Nemcsak egy jó meccsünk volt, hanem az egész tornán jól játszottunk, megbecsültük a pakkot, jól hoztuk el a szabad korongokat, jól védtük a sávokat, és remekül támadtuk az ellenfél kapuját – mind ebben rejtett a csapat ereje. A háttérstábnak köszönhetően a lányok jól bírták a sorozatterhelést, mert a napok nagyon intenzívek voltak ezeknek a fiatal lányoknak, úgyhogy muszáj is volt megünnepelni az aranyérmet!”

A győztesek nyilatkozatai elérhetőek itt:



Életmentő eszköz



SZERZŐ:



SZÜCS ANDRÁS

Jégkorong
Módszertani
Központ

Olyan a jégkorong, mint a repülőipar: a tragikus események olyasmikre világítanak rá, amire addig nem is gondoltunk, és kikényszerítik a fejlődést. Hokiban a legújabb ilyen tétel a nyakvédő, ami sok helyütt eddig is kötelező volt, ám egy őszi haláleset nyomán már idehaza és a nemzetközi versenyeken is az lesz, mindkét nemnél és minden korosztályban.

Aligha akad olyan hokista, aki nem látta még Terry Sawchuk legendás fotóját, amely hűen jelzi, mit tesz a korong az emberi arccal, ha találkoznak. A fotó per-



sze művészi túlzás, hiszen a Life magazin sminkmestere szándékosan kihangsúlyozta Sawchuk arcának összes hibáját, varratnyomát, hegjét – de volt belőlük bőven, a legenda szerint több mint négyszáz. Amikor ugyanis az ötvenes-hatvanas években Sawchuk védett, még nem volt használatos a kapusmaszk, a sisak. Ezeket a világ legjobb bajnokságában csak 1979-ben tették kötelezővé, a sisak plexijét meg – szinte hihetetlen – csupán 2013-ban, és akkor is kivették a hatálya alól az idősebb játékosokat. Ma is akadnak még néhányan, akik a szemet védő plexicsík nélkül játszanak az NHL-ben, nyolcan kezdték így az évadot: Jamie Benn, Jordie Benn, Zach Bogosian, Zack Kassian, Milan Lucic, Matt Martin, Ryan O'Reilly és Ryan Reaves.

Abban a tekintetben hasonló volt a helyzet az Achilles-, illetve csuklóvédő újításokkal is, hogy nagy horderejű, sajnálatos és fájdalmas esetek kényszerítették ki a változást, főleg a hozzáállásban – ugyanígy van ez most a nyakvédővel is.

Adam Johnson tragédiájának híre is végigsöpört a világon: a brit Nottingham Panthers amerikai légiója 2023. október 28-án a Sheffield Steelers elleni bajnoki után veszítette életét, miután a meccsen megvágta a nyakát Matt Petgrave korcsolyapengéje, és a túl nagy vérvesztés miatt a kórházban sem tudták megmenteni.

Ráadásul nem ez volt az első életveszélyes eset, amely felvetette a nyakvédő használatának szükségességét – csak a modern kori NHL-ből említhető néhány alkalom.



Halsskydd CCM Pro Svart



Halsskyddströja CCM



Halsskydd CCM Pro Vit



Halsskydd CCM X30 +-



900 NECK GUARD



600 NECK GUARD

1989. március 22-én például az NHL-es Buffalo Sabres kapusa, Clint Malarchuk előtt száguldott el az egyik csapattársa a St. Louis Blues játékosával, Steve Tuttle-lel hadakozva. A hármas úgy karambolozott, hogy a két mezőnyjátékos a kaput is kiugrasztotta a helyéről és ami drámaibb, Tuttle korcsolyapengéje megvágta Malarchuk belső nyaki vénáját, amiből spriccelni kezdett a vér. Hamarosan valóságos tócsa keletkezett a térdelve előre boruló kapus előtt, miközben ő maga igyekezte lefogni az erősen vérző területet. Utólagos elemzés szerint bizonyosan életét veszítette volna, ha nincs ilyen fantasztikus lélekjelenléte, valamint nem érkezik nyomban az orvosi segítség – így szerencsére nemcsak teljesen felépült, de utána még három évet játszott az NHL-ben, és összesen nyolc évadot húzott le, mielőtt 36 évesen visszavonult.

2008. február 10-én jött a következő horrorisztikus eset, amikor a Florida Panthers





csenh balszélsője, Richard Zedník korcsolyázott el a kapu mögött, majd kikerülte volna csapattársa, Olli Jokinen, illetve Clarke MacArthur sarokban hadakozó párosát. Ám ekkor Jokinen hirtelen orra bukott, és hátul olyan szerencsétlenül lendült felfelé a lába, hogy a penge pont megvágta Zedník nyakát. A külső nyaki artériából ugyancsak spriccelt a vér, Zedník így jókora piros csíkot maga után húzva csúszott le a jégről. Az ő szerencséje, hogy mindez épp a kispad végénél történt, így az élelmesen, kérés nélkül jégre ugró stábtag a nyakába nyomott törölközővel gátolta meg a további vérvesztést. Hál' istennek Zedník is folytathatta a pályafutását, szerepelt még az NHL-ben és a KHL-ben, is, sőt, világbajnokságon és olimpián is járt.

Viszont az NHL-ben sem előtte, sem azóta nem kötelező a nyakvédő használata, ugyanakkor ezen ijesztő esetek nyomán sokan felvették – ellenben nincs választási lehetőség például Svédországban, ahol sajnos ugyancsak halálos eset váltotta ki a nagyobb szigort. 1995. október 15-én a Mora és a Brynas edzőmeccsén a Zedník-esethez hasonlóan Bengt Akerblom előtt haladt a csapattársa, akit leütközött az ellenfél, így a térdje korcsolyája felvágódott, pont Akerblom fő nyaki artériáját találva el. Számára is gyorsan érkezett az orvosi segítség,

ám sajnos nem időben, mert habár kórházba szállították, az életét nem tudták megmenteni. A svéd hatóságok pedig gyorsan döntöttek: 1996. január 1-től kötelező a nyakvédő használata.

Hasonló gyorsasággal határozott Johnson őszi halálesete után nemcsak a brit, hanem a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) is, amelynél egyébként az utánpótlás-tornákon eddig is kötelező volt a nyakvédő. Ám tavaly december 4-én az egészségügyi bizottság javaslatára a fő döntéshozó szerv, a tanács úgy határozott: ezentúl minden IIHF-eseményen kötelező lesz a nyakvédő, még a felnőtteknél is, legyen szó akármilyen világbajnokságról, vagy az olimpiáról – egyetlen, de annál fontosabb megjegyzéssel: „amenyiben a gyártói kapacitás megengedi”.

A fő márkák ugyanis nem bírják a hirtelen megugró keresletet, a Bauernél és a CCM-nél is fellépett készlethiány, amire az általunk megkérdezett válogatott játékosaink is kitértek a tapasztalataik megosztása mellett.

A Magyar Jégkorong Szövetség is ennek szellemében döntött az IIHF-fel egy időben: idehaza a következő, 2024–2025-ös idénytől lesz kötelező a nyakvédő használata az utánpótlás-korosztályokon túl immár a felnőtteknél is.

Ha csak egy életet meg lehet így menteni, már megérte.

VÉLEMÉNYEK

BÁLIZS BENCE

AZ IDÉNYBEN NORVÉG SPARTA SARPSBORG KAPUSA



„A libegőt abszolút mindenki maga válogatja, az én pályafutásomban is előfordult, hogy huzamosan használtam, sze ozonokon át folyamatosan – manapság nem viselem, mert rendkívül zavaró a hangos zaja. A kulcscsontom pedig egyszer úgy tört el, hogy ott találtak el, ahol elvileg véd a mellvédő... Nyilván esetet meg lehet előzni, de sajnos előfordul, hogy rés van a pajzsban: rogyásig vagyok protektorokkal, a korong néha mégis talál egy kis lyukat, és bejut ott, ahol semmi sincs... A nyakvédő utánpótlás-korig kötelező, utána az emberre van bízva: én, ha eddig nem használtam, most lehet, hogy akkor is felvenném. Az enyémen annyi módosítás van, hogy elvileg lenne belül egy vastagabb, pamutos-szivacsos réteg, azt kívágtam, mert túlságosan tapadt a bőrömrre, melegített és nem volt jó érzés. De ha valaki fejben elhatározza, hogy márpedig erre szüksége van és viselni fogja, akkor már kényelmetlen sem lesz, mert megvan a belső motiváció.”



STIPSICZ BENCE

A HYDRO FEHÉRVÁR AV19 HÁTVÉDJE

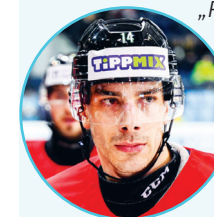


„Feltehetőleg nem lesz évente ilyen szörnyű esemény, de ez engem már nem befolyásol: én azóta hordom a nyakvédőt, mióta a legutóbb, tragikus eset történt, és mindegy, hogy kötelező -e vagy sem. Igazából egy garbó, így nem kell külön, pluszban, hanem a jéger-felszerelés része – ha nem ilyen lenne, nem biztos, hogy most hordanám, és habár kicsit talán magas, van kisebb méret is. Butaság arra koncentrálni, hogy zavaró, mert játék közben észre sem veszed. Eddig is opció volt felszerelésként, ám nem igazán hordta senki – most pedig a hirtelen kereslet miatt nem lehet kapni...”



SEBŐK BALÁZS

AZ IDÉNYBEN A NÉMET ISERLOHN ROOSTERS TÁMADÓJA



„Finnországban már akkor kötelező volt a nyakvédő, amikor én odakerültem tíz éve – viszont inkább csak szponzorfelület volt, mintsem védőfelszerelés... Németországban idén januártól lett kötelező: én a legegyszerűbb CCM-et használtam. A csapat is ilyet szerzett be egységesen, ugyanakkor sokan próbáltak és volt, aki tudott is olyan jégerfelsőt venni, aminek a nyaka magasabb és kevlárból van. Én bárhol néztem, mindenhol kifogytak belőle, viszont a következő szezonról tuti, hogy én is olyanban játszom. Nekem sosem volt bajom a nyakvédővel, de akadnak, akik utálják, levágják a felét és nagyjából csak egy vékony madzag lifeg a helyén... Vannak, akik továbbra sem akarják viselni, és a legutóbbi tragikus eset megelőzően ez nem tűnt akkora veszélynek, úgyhogy a klubok is most kezdik átgondolni, mi a legjobb megoldás. Eddig sem a Bauer, sem a CCM nem gyártott túl sok változatot, mert nem vásárolták – de mostantól biztos nagyobb lesz a választék. Ugyanez volt a helyzet a zoknikkal: ahogy szaporodtak az Achilles-sérülések, azóta nyolcvan- kilencven százalékban csak kevlárkeverékből gyártják, előtte pedig nem is létezett ilyesmi.”



SZERKESZTŐ:

P. SOÓS BALÁZS
BENJAMINJégkorong
Módszertani
Központ

Győzött a mobil, a Spotify, a pop és a hip-hop

A zene és a sport között mindig különleges kapcsolat volt megfigyelhető, tekintettel arra, hogy mindkettő a szórakoztatóipar részét is képezi. A magyar jégkorongban sincs másként: idehaza is szól a zene az összes öltözőben. De ki, mit hallgat?

Több szempontból vizsgálhatjuk az összefüggéseket, hasonlóságokat. A sportolók és a zenészek is előadók, akik teljesítményükkel, produkciójukkal hívják fel magukra a figyelmet, szórakoztatják a közönséget, olyan élményt nyújtanak, melynek számos gazdasági és társadalmi hatása van, nem utolsósorban a fogyasztó hajlandó fizetni mindezt. Mindkét ágazatban rendkívül sok gyakorlásra és tehetségre is szükség van ahhoz, hogy valaki sikeressé váljon. A zene motiváló hatását több nemzetközi cikk is taglalja, valamint szinte minden közösségi aktivitás része.

Az alábbiakban az Erste Liga- és akadémiai korosztályos csapatok zenehallgatási

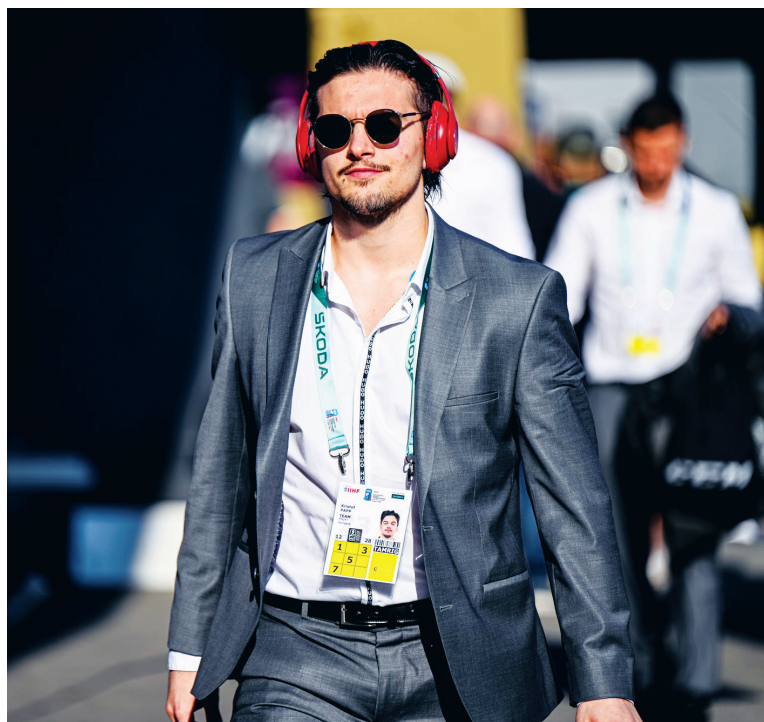
szokásaival kapcsolatban végzett kutatásunkat ismertetjük, összevetve a ProArt zeneipari lakossági felmérés eredményeivel (www.zeneipar.info).

Online kérdőívvel kerestük meg az Erste Liga-csapatok, valamint a négy utánpótlás akadémiai korosztály csapatainak csapatkapitányait, hogy válaszoljanak a kérdéseinkre, vagy kérjék meg a zenéért felelős csapattársukat a kérdőívünk kitöltésére. Első körben arra voltunk kíváncsiak, hogy a csapatok hallgatnak-e rendszeresen zenét mérkőzés előtt, mérkőzés után, valamint edzések előtt, után? A válaszok alapján a felnőtt, U21- és U18-csapatok minden esetben hallgatnak zenét a mérkőzés előtt ráhangolódásképpen. Ugyanakkor az U16-os korosztályban már megoszlanak a válaszok: két csapat mindig hallgat zenét, még két csapatnál változó.

A mérkőzést követően már a többi korosztálynál sem egységes, hogy hallgatnak-e zenét vagy sem, a megoszlást tekintve minden korcsoportnál fele-fele az arány. A mérkőzés végi zenehallgatás nagyban összefügg a kimenetellel is, hiszen a megkérdezett 22 csapattól 21 csapat kifejezetten győzelmi zenét hallgat. Az edzések kapcsán egy csapat kivételével szinte mindenki hallgat zenét rendszeresen.

Egy 2022-ben végzett hazai zeneipari reprezentatív felmérés alapján a 18-60 év közötti emberek 70%-a naponta hallgat zenét, míg a 18-29 év között már az emberek 86%-a, a fent leírtak alapján tehát megállapíthatjuk, hogy a jégkorongozók felfelé húzzák az átlagot.

A zeneválasztás kapcsán a felnőtt csapatokban többnyire két-három zenefelelős ember van, míg az akadémiákon általában minden játékos hozzájárulhat a lejátszási listához. Az összes csapatnál változó a zenei kínálat a népszerű számok felsorolását tekintve, ugyanakkor többnyire a pop és a hip-hop irányzatok vannak túlsúlyban, miközben természetesen megjelennek a hazai és külföldi előadók is. A zeneválasztás



esetén nem szokott vita kialakulni, ugyanakkor számos vicces helyzet adódott már egy-egy szám lejátszásakor, kezdve a vicces kommentektől a táncmozdulatokon át – különösen a mulatós és finn zenék választásakor. Kifejezetten ellenfél-specifikusan mindössze két Erste Liga-csapat szokott zenét választani.

A lejátszási eszközt tekintve minden csapat mobil eszközön játssza le a zenét, egy csapat esetében néha rádió szól az öltözőben. Ugyan a 18-29 éves lakosság 94%-a mobil eszközön hallgat zenét, addig a 18-60 év között a rádiókészülék használata 35%, míg a rádiós tartalomfogyasztás 49%.

A zenei alkalmazásokat tekintve a Spotify elsősorban többséggel nyert, egy U18-os és egy U16-os akadémiai csapat jelölte meg a YouTube-ot. A magyar lakosság körében a streaming szolgáltatók használata 27,3%, míg a legnépszerűbb ezek közül a Spotify közel 50%-os hányaddal.

A koncertre járás kapcsán az Erste Liga-csapatok fele volt már közösen koncerten, míg az utánpótlás-csapatokra nem jellemző a közös koncertre járás. Jövőbeni kutatási irányként érdemes lehet összevetni a játékosok és szurkolók zenehallgatási szokásait is, ezek összefésülése segítheti a szurkolói azonosulást, valamint akár a szurkolói élmény fokozását.

Az általános összehasonlítás után az alábbiakban a győzelmi zenéket mutatjuk be, melyet a csapatok a 2023-2024-es szezonban hallgatnak. Az anonimitás érdekében csak az előadót és a szám címét tüntettük fel, azt, hogy melyik csapathoz tartozik, nem. A győzelmi zenék kiválasztása általában szavazással történik a csapatoknál, valamint olyan számokat keresnek, mely közös jó emlékeket idéz fel, pozitív érzelmeket generál mindenkiben.

Összességében az Erste Liga- és az akadémiai korosztályos csapatoknál a zene aktívan jelen van, a győzelmi zenéknek pedig különös a jelentőségük a csapatkohézióban. Az általános magyar zeneipari trendek nem feltétlenül jelennek meg a jégkorongos közegben, hiszen a sajátos körülmények (hazai, idegenbeli mérkőzések) okán szinte minden csapat mobil eszközön, Spotify-szolgáltatással hallgat zenét.

A legnépszerűbb előadók és számok

Erste Liga

Gwen Stefani: Rich Girl
Opus: Live is Life
A2M: I got bitches
Kis Grófo: Olaszosan Gigolosan
Fergie: A Little Party Never Killed Nobody
Neil Diamond: Sweet Caroline
Wheeler Walker Jr.: F**k This Job
Nedeljko Bajic Baja: Koktel Ljubavi
Ricchi E Poveri: Sara Perche Tiamo
Flo Rida: My House

Akadémiák

Pitbull: We Are One
Goran Bregovic: Bubamara
Újpest-induló
L.L. Junior: Mr. Raggamoffin
Gala: Free From Desire
Romantic: Vágyom Rád
Calvin Harris, Dua Lipa: One Kiss
DJ Ötzi: Hey Baby
Pitbull: Give me everything

Hosszabbítás

ÚJABB LEGENDÁK A HALHATATLANOK KÖZÖTT

Újabb tagokkal bővült a 2012-ben létrehozott hazai Hírességek Csarnoka: a 2023-as beiktatott Szélig Viktor, illetve posztumusz Árkovics Miklós.

Miként a Magyar Jégkorong Szövetség fogalmazott Árkovics Miklós méltatásában, „nem mindennapi sportkarrier volt az övé”, hiszen a húszas éveit elején kezdett csak korcsolyázni és szinte rögtön bírónak állt,



1985. december 13-án pedig Alba Volán–Dunaújvárosi Kohász rangadóval nyitotta a veretes pályafutását – akkor még vonalbíróként. A nemzetközi szinten 1992-ben mutatkozott be, majd 1994-től négy éven át öt választották a legjobb hazai bírónak, így nyilván bajnoki

döntők sorát vezette: 1997-ben rekordot állított fel azzal, hogy a finálé összes meccsét ő fújta. 2004-ben levezényelte a Magyarország–Kanada mérkőzést is, miközben számos nemzetközi eseményen ténykedett. Személyes büszkesége, hogy egy jégen lehetett például Miroslav Satannal. A hazai játékvezetői testületet 2009-től irányította, de még 2012-ben is levezette fia, Gergő amatőr meccsét. Ugyanebben az évben hunyt el, a laudáció



szerint „számára három dolog volt fontos: a család, a testnevelő tanári pálya és a jégkorong.”

A másik új beiktatottnak, Szélig Viktornak, „szapporói hősnöknek”, a Hydro Fehérvár AV19 jelenlegi általános igazgatójának pedig nagy éve volt a tavalyi, hiszen a Nemzetközi Jégkorong Szövetség (IIHF) Hall of Fame-jébe is beválasztották.

MÉG EGY IIHF-WEBINAR A SZEZONBÓL

SCHEDULE AND PROGRAMME U-NATIONAL TEAMS SWITZERLAND

	Days	Games	Players	Player pool
NATIONALMANNESCHAFT U20	ca. 70	ca. 25	ca. 40	ca. 200
NATIONALMANNESCHAFT U18				
NATIONALMANNESCHAFT U16	ca. 65	ca. 28	ca. 45	ca. 100
NATIONALMANNESCHAFT U17	ca. 50	ca. 25	ca. 50	ca. 130
NATIONALMANNESCHAFT U18	ca. 40	ca. 20	ca. 60	ca. 130

Előző számunkban már felhívtuk a figyelmet arra, hogy nemcsak a Jégkorong Módszertani Központ rendez szakmai napokat, amelyek előadásainak videóit felkerülnek a jégkorongmk.hu honlapra, hanem az IIHF-nél is fut a webinar-sorozat.

A sportszezonhoz igazítva októbertől áprilisig tartó, összesen hétrészes sorozatból a decemberben megjelent számunk óta lement a közösségi média-használatról, a játékvezetők fejlesztéséről és felkutatásáról, valamint a high-performance-programok megtervezéséről szóló előadás, legutóbb pedig a Svájci Jégkorong Szövetség mutatta be, hogy miként tervezi és szervezi a válogatott-tevékenységeit.

A folyó idény webinarjaiból az utolsó van még hátra: április 24-én arról lesz szó, hogy miként lehet átállni a „sötét oldalra”, azaz mik a játékosból edzővé válás buktatói és trükkjei.

Természetesen az IIHF is elérhetővé tette az összes korábbi előadás videótartalmát is – beleértve a 2020–2021-es és 2022–2023-as évadokat –, ezek a jobbra található QR-kóddal nézhetők vissza:



JÉGPÁLYA TECHNIKA KFT.
A JÉGPROFI

JÉGPÁLYÁK ÉPÍTÉSE ÉS ÜZEMELTETÉSE
jeggalyatechnika.hu

bee hoki.

HIVATALOS FORGALMAZÓ

CCM

ALL OUT.™



