

ÍNDICE

- AGRADECIMIENTOS
- INTRODUCCIÓN
- PRESENTACIÓN DEL DEPORTE

3.1. MATERIAL

- OFICIALES DE JUEGO
- TERMINOLOGÍA ESPECÍFICA Y SIMBOLOGÍA
- REGLAMENTO
- SIGNOS OFICIALES
- DISTANCIAS OFICIALES DE LA PISTA
- MEDIDAS OFICIALES DE LA PORTERÍA
- ENTRENAMIENTO
- CALENTAMIENTO
- ESTIRAMIENTO
- ENTRENAMIENTO DE RESISTENCIA
- ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD
- ENTRENAMIENTO DE FUERZA
- TÉCNICA
- TÉCNICA DE PATINAJE
- POSICIÓN INICIAL BÁSICA
- IMPULSO Y PATINAJE HACÍA DELANTE
- IMPULSO Y PATINAJE HACÍA DETRÁS
- FRENADA
- FRENADA HACIA DELANTE
- FRENADA HACIA DETRÁS
- GIROS
- CAMBIOS DE DIRECCIÓN
- TÉCNICA INDIVIDUAL DE ATAQUE
- CONTROL DE PUCK
- PASE
- RECEPCIÓN
- LANZAMIENTO
- TÉCNICA INDIVIDUAL DE DEFENSA
- INTERCEPTACIÓN
- PANTALLA
- TÁCTICA
- TÁCTICAS DEFENSIVAS GENERALES
- TÁCTICA EN POWER-PLAY (Inferioridad numérica)
- TÁCTICAS OFENSIVAS GENERALES
- TÁCTICA EN POWER-PLAY (Superioridad numérica)
- CUADRO COMPARATIVO
- CONCLUSIÓN
- BIBLIOGRAFÍA

1. AGRADECIMIENTOS

Antes de iniciar mi trabajo, me gustaría dar los más sinceros agradecimientos a la Federació Catalana de

Patinatge Hockey en Línea, a su presidente Joan Ledesma, al C. H. Premià y al técnico del equipo junior y senior Jordi Serra, por toda la ayuda prestada durante el transcurso del mismo.

2. INTRODUCCIÓN

Este trabajo de búsqueda que me dispongo a realizar, exigido en el segundo ciclo de bachillerato, está directamente relacionado con el área de Educación Física ya que trata un ámbito deportivo.

Ice Hockey Vrs. Hockey In-line pretende ser un trabajo didáctico que se presenta con un doble enfoque: uno, la comparación entre ambos deportes; y dos, el impulso del desconocido mundo que tiene como protagonista al Hockey In-line en nuestro país, como en otros tantos de Europa.

El primero trata de la comparación entre el Ice Hockey (o Hockey Hielo) con el Hockey In-line (o Hockey en Línea). Lo que se pretende, una vez finalizada la lectura del trabajo, es presentar una visión clara de cada deporte, sus similitudes y diferencias, y ofrecer a cada persona los elementos para decidir si el Hockey In-Line es un deporte derivado del Hockey Hielo, o por otra parte si el Hockey In-Line es un deporte independiente como lo son el Hockey tradicional o el Hockey hierba.

El segundo enfoque pretende dar información con el fin de crear un conocimiento básico sobre el Hockey In-Line, ya que no goza de un apoyo popular importante.

3. PRESENTACIÓN DE LOS DEPORTES

Como previamente he descrito, este trabajo pretende conseguir establecer un concepto general sobre el Hockey In-Line, a través de la comparación de éste con el Ice Hockey.

Para poder comenzar, que mejor que hacer una presentación previa.

El hockey sobre hielo moderno lo inventaron en 1853 o en 1860 los soldados ingleses destinados en Canadá, pero como un simple deporte de aficionados, sin competición. Más tarde las reglas las establecieron unos estudiantes de la McGill University (Universidad que se encuentra en Montreal, Quebec), en 1879.

Debido a la gran aceptación que tuvo, a finales de la década de 1880 había ya establecidos en Canadá varios equipos o clubes, formando entre sí pequeñas ligas y torneos. A comienzos del siglo XX el juego se había extendido a Europa.

Hoy el hockey sobre hielo se practica en más de 30 países, y sobre todo en Estados Unidos, donde se cree que este deporte se jugó por primera vez en 1893, y en el que actualmente goza de una grandísima aceptación entre la población y en el que se juega la liga más importante del mundo: la National Hockey League (NHL). También es muy practicado en Escandinavia y la antigua URSS. Pero es en Canadá, donde el hockey es reconocido como deporte nacional.

Por otra parte el Hockey In-Line no goza de tantos años de existencia. No se puede concretar la fecha de su inicio pero se cree que este tiene unos 25-30 años. Su lugar de origen se encuentra en los estados sureños de EUA, posiblemente en California. Su surgimiento se debe a una cuestión climática. En los meses más calurosos no se practicaba la NHL, ya que el hielo se fundía, y esto provocaba unos cinco meses de parsimonia en los jugadores (bajar su ritmo en el juego, perder condición física y todo lo que comporta un descanso tan prolongado). Con el fin de solucionarlo, se pensó en practicar el Hockey pero sobre patines de línea.

Los entusiastas del hockey mezclaron las técnicas del Ice Hockey con la técnica de patinaje sobre línea, y como fruto de esta mezcla nació el Hockey In-Line, que rápidamente se extendió por todo el país creando

tanta afición, que lo que comenzó como una simple práctica de los profesionales de NHL para no detenerse, se convirtió en un deporte nuevo, con sus propios equipos o clubes y sus respectivas ligas y torneos.

El Hockey In-Line cruzó el gran charco aproximadamente unos cinco años. Aquí en España, esta práctica fue bien acogida, pero no con el mismo entusiasmo que otros países europeos. Las competiciones españolas se iniciaron en Cataluña, con poca participación de la población.

3.1 MATERIAL

En las dos prácticas deportivas del hockey, tanto In-Line como Hielo, el material utilizado es el mismo, ya que estos dos deportes se desenvuelven en un marco similar, salvo pequeñas diferencias, entre porteros y jugadores.

Como es evidente, el material necesario son unos patines, en el caso del Ice Hockey, de hielo, y en el Hockey In-Line, en de línea (específicos para este deporte, facilitando así el juego) y el Puck (o pastilla). Otro elemento indispensable es el Stick igual para ambos deportes.

Igualmente, el deportista ha de procurarse otro material (explícito en los reglamentos), como es el casco, pantalones de protección, coderas, guantes, peto, espinilleras...



Patines:

- **Stick:**



El Stick es la principal herramienta de cualquier jugador. Es el encargado de controlar el puck sobre la superficie (hielo o terrazo). En Hockey profesional deben cumplir con las medidas marcadas por las comisiones de deporte: no pueden exceder la medida de 1.75m de altura, y el ángulo formado por la pala (parte baja del Stick) no puede superar los 15°.

En el caso particular de los porteros, el Stick es diferente, y por lo tanto las condiciones impuestas son diferentes. Son mucho más gruesos a partir de la mitad, facilitando así la tarea del guardameta. Coincide en la altura con los Sticks normales, pero el ángulo permitido es mayor: de 20°.

- **Puck:**

El puck es el elemento con el que se juega al hockey, lo que hace que sea imprescindible en el juego. También es llamado disco, pastilla, caucho, etc... Los pucks de hielo e in-line difieren en peso, material y tamaño.

En el Ice Hockey se fabrica en goma negra vulcanizada, su diámetro es de 7.62 cm y peso aproximado de 170 gr. Antes de utilizarse, se congela para conseguir una mínima adherencia al hielo y una máxima adherencia a las palas de los Sticks. Sus lados son rayados.

Por otra parte, en el Hockey In-Line, es de plástico o goma dura. Estos componentes y su gran base provocan mucha fricción con el pavimento, y para evitarlo disponen de unos pequeños pivotes para reducir así la superficie en contacto con el suelo. Su peso es de 100grs. aproximadamente (lo que significa que su peso es inferior al puck del hielo) y su diámetro es 7.4 – 7.6 cms. dependiendo del puck utilizado. Son totalmente lisos.

- **Casco:**



El casco es uno de los elementos protectores más importantes, debido a que en estos deportes de mucho contacto físico, donde son permitidas las cargas, la cabeza puede sufrir impactos, que sino fuera por el casco,

se vería seriamente afectada.

Los cascos son obligatorios en el juego, pero existe la posibilidad que los jugadores opten por ponerse una visera para proteger la cara.

- **Coderas y Espinilleras:**



Las coderas y las espinilleras son protecciones de gran importancia, ya que protegen partes muy sensibles de golpes, como son los codos y las espinillas.



Debido a las circunstancias del juego, los participantes se ven continuamente sometidos a derribos y golpes de Stick en las espinillas. Si no fuera por estas protecciones, los jugadores se lesionarían continuamente a causa de estas acciones.

A las espinilleras de los porteros se les llama guardas. Son mucho más amplias que las del resto de jugadores ya que su principal función es parar, sin dejar de banda la protección.

- **Guantes:**



Los guantes, iguales para ambos deportes, se diseñan especialmente para el. Su principal función es proteger las manos de los incesables golpes que se reciben en el juego. Han de ser duros y resistentes pero a la vez ligeros y flexibles para facilitar el control del Stick y el Puck.