

## BUZ HOKEYİ



Buz Hokeyi adından da anlaşılacağı gibi buzun üzerinde iki takımla oynanan bir spor veya oyundur. Oyuncular hokeyi patenlerini giyip hokeyi sopalarıyla diski (pakı) kontrol etmeye çalışırlar. Oyuncular diski kaleye sokarak sayı bulurlar. Takımda biri kaleci olmak üzere altı oyuncu molasız oynar. Aslen bir takımda 20'den fazla oyuncu vardır. Bir oyuncu kuralları ihlal ederse hakem ceza olarak takımı bir süreliğine 5 kişiyle oynatır. 26×56 mt. genişlikte bir alanda oynanır. 15 ya da 20 dakikalık üç devreden oluşur.

Buz hokeyi oynamak isteyen bir kişinin öncelikle buzda kaymayı oldukça iyi derecede bilmesi gereklidir. İyi derecede kayabilmek için ise küçük yaşlarda eğitim almaya başlamak büyük önem taşımaktadır. Öte yandan, buz hokeyi eğitimi, buz hokeyi ülkelerinde çocuk yaşlarda başlamakla birlikte, ülkemizde yirmili yaşların başında kaymayı öğrenen oyunculara da rastlamak mümkündür.

Fakat Türkiye'de buz pateni ancak sınırlı sayıda ilde yapılabilir. Ankara, İstanbul, İzmit, Bursa ve Erzurum'da olimpiik ölçülerde olsun ya da olmasın buz pateni pistleri vardır. Buz Pateni yapmak isteyenler Ankara'da Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü **Buz Pateni Sarayı**'na ve İzmit'te Büyükşehir Belediyesi **Buz Pateni Tesisi**'ne başvurabilirler. Ankara'da ayrıca Eryaman'da açılan **Optimum Outlet Center**'da küçük bir buz pisti mevcuttur. Ayrıca Erzurum'da da 2011 kış olimpiyatları için pistler mevcuttur ve birkaç pistte yapım aşamasındadır. Bu pistlerde buz hokeyi eğitimi tecrübeli eğitmenler tarafından verilmektedir. Buz hokeyi oynamak isteyenler bu buz pistlerindeki kulüplere ya da ilgililere başvurarak gerekli bilgiye ulaşabilir ve buz hokeyine merhaba diyebilirler.

### BUZ HOKEYİNDE KULLANILAN ARAÇ, GEREÇLER VE ÖZELLİKLERİ

- **Oyuncu ve Kaleci Malzemeleri**
- 

**Kask;** oyuncuyu, kafasına gelebilecek pak, sopa gibi etkenlere karşı korur. Buz hokeyi oynarken bütün oyuncular çene kayışı iyice çitçitlanmış bir kask giyerler. Uluslararası kurallara göre 18 yaşından küçük oyuncular kasklarının önünü tamamen kapatan kafes şeklindeki vizörü kullanmak zorundadırlar.

**Dizlik;** dizin üst kısmından patene kadar uzanır. Bacağın ön kısmını pak ve sopa gibi etkenlere karşı korur. Sert plastikten yapılmıştır. Oyuncular dizliklerinin üstünü tamamen saran hokeyi çoraplarını giyerler. Hokeyi çoraplarının üstü dizliklerin dönmemesi bantlarla sağlamlaştırılır.

**Omuzluk;** göğüslük olarak da adlandırılabilir. Omuzları ve göğüs kısmını pak ve sopa gibi etkenlere karşı korur. Duvara, omuzla çarpmalarda sakatlık riskini azaltır.

**Dirseklik;** dirseklerle beraber kolların bir kısmını korur. Duvara çarpmalarda ya da buz üstüne sert düşmelerde sakatlık riskini çok aza indirir.

**Eldiven;** eli ve bilekleri örtecek şekildedir. Yere düşmelerde ve çarpmalarda elleri korumak amacıyla kullanılır.

**Hokeyi şortu;** içi sert plastikle kaplı dayanıklı kumaştan yapılır. Bel ve kalça bölgesinde, düşmelerde sakatlıkları önlemek amacıyla daha sert, kalın ve kuvvet emici pedler bulunur. Bunun yanında oyuncular cinsel bölgelerini koruyan ve kuki adı verilen korumayı da giyerler.

**Paten;** oval ve kısa bir çeliğe sahiptir. Ucunda dişler bulunmaz. Buz hokeyi patenlerinin çeliklerinin altında buza tutunmayı sağlayan ve çeliğin ortasında uzayan bir su kanalına benzeyen "oluk"lar bulunur. Oluklar paten kullanıldıkça aşınır ve yeniden açılması gerekir.

**Buz Hokeyi Sopası ve Pak;** Sopa; tahta, alüminyum ya da fiberden yapılabilir. Boyu 1,35 metreden ve ucundaki kıvrık kısmın boyu da 32 santimetreden fazla olamaz. Pak ise sıkıştırılmış kauçuktan yapılan ve yaklaşık 160 gram ağırlığında bir disk. 2.2 cm yüksekliğinde, 7,5 cm çapında olan bu sert disk, güçlü şutlarda saatte 150 km. aşan hızlara ulaşır.

Kaleciler ise oyunculardan farklı olarak büyük görünüşleri ile dikkat çeken kaleci dizliklerini, daha koruyucu olan kaleci göğüslüklerini ve kaleci kasklarını giyerler. Kalecilerin sopaları da farklı yapıdadır. Kaleci patenlerinin ön kısmı da yine daha koruyucudur. Kaleci dizliği yüksek süratli şutlarda kaleciyi korur ve daha rahat kurtarış imkanı sağlar. Kaleci kaskının sağlamlığı büyük önem taşır, çünkü hızlı şutlar kaska isabet edebilir.

## **BUZ HOKEYİ NASIL OYNANIR VE KURALLARI NELERDİR?**

### **• Buz Hokeyi Nasıl Oynanır?**

Buz hokeyi, 60 metre uzunluğunda ve 30 metre genişliğindeki buz pistlerinde, pak adı verilen 2.2 cm yüksekliğe sahip ağırlığı yaklaşık 160 gr olan bir diskle oynanır. Oyuncular hokeyi patenlerini giyip hokeyi sopalarıyla pakı (diski) kontrol etmeye çalışırlar ve pakı kaleye sokarak sayı bulurlar.

### **• Buz Hokeyinin Kuralları**

**Oyunun Süresi:** Normal bir oyun 20 şer dakikalık 3 devreden oluşur ve bu devrelerin arasında 15 dakikalık aralar olur. Takımlar her devre arasında kaleleri değiştirirler.

**Oyuncular ve Özellikleri:** Buz hokeyinde takımlar 2 si kaleci olmak üzere 20 şer kişiden oluşur, fakat buzda 5 oyuncu ve 1 kaleci ile mücadele ederler. Buz içindeki beş oyuncudan üçü hücum, ikisi de savunma görevini üstlenir. Her takım bir kaptan ve en çok 2 yardımcı kaptan belirlemektedir. Buz hokeyinde oyuncu değişiklikleri oyun durduğunda olduğu gibi oyun devam ederken de yapılabilir.

**Oyunun Kuralları:** Buz hokeyinde oyun, hakemin pakı belli noktalarda her iki takımdan birer oyuncunun sopaları arasına bıraktığı Face – Off (başlama) atışıyla başlar. Her iki oyuncu da pakı kendi takımlarına kazandırmaya çalışırlar. Maçların oynandığı pistin üzerinde enine doğru uzayan 3 kırmızı (2 kale çizgisi ve yarı saha çizgisi) ve 2 mavi çizgi (ofsayt çizgileri) ile 5 daire ve 8 Face – Off noktası bulunur.

Buz hokeyinde, iki temel kural vardır. Bunlardan biri Ofsayt diğeri Buzlanmadır. Ofsayt kuralına göre, hücum yapan takım oyuncularını, pak mavi çizgiyi geçtikten sonra mavi çizgiyi geçebilirler. Buzlanma ise, bir takım oyuncusunun, pakı kendi yarı sahasından karşı takımın kale çizgisini de geçecek şekilde uzaklaştırmasıyla gerçekleşir

**Gol ve Asist (Yardım):** Gol, bir hücum oyuncusunun sopasından çıkan pakın, kale direkleri arasından ve kale çizgisini tam olarak geçmesi ile olur. Her gol oyuncunun kaydına bir puan olarak geçer. Bir oyuncu gol atınca, golden hemen önce, ona bu golü atmasında yardımcı olan en çok iki oyuncuya asist (yardım) yaptı kaydı verilir. Her asist bir puan olarak o oyuncunun kaydına geçer.

**Buz Hokeyinde Hakemler:** Buz hokeyinde; bir başhakem, iki çizgi hakemi, iki kale hakemi, bir sayı hakemi, bir saat hakemi, bir anons hakemi bulunur.

### **• Buz Hokeyinde Kurallar ve Cezalar**

**Küçük ceza:** Bir küçük cezada kaleci dışındaki herhangi bir oyuncu 2 dakika için buzdan çıkarılır ve yerine oyuncu giremez.

**Büyük ceza:** Bir Büyük cezada, kaleci de dahil herhangi bir oyuncu oyunun geri kalan kısmı için buzdan çıkarılır ve yerine başka bir oyuncu 5 dakika sonra oyuna girebilir.

**Maç cezası:** Kaleci de dahil olmak üzere bir takımdan bir oyuncu maç cezası alırsa, oyunun geri kalan kısmı için buzdan çıkarılır ve soyunma odasına gönderilir. Oyundan atılan oyuncunun yerine 5 dakika sonra bir başka oyuncu girer.

**Penaltı atışı:** Eğer küçük ceza verilmesi durumunu da içeren bir ihlalde başhakem penaltı atışına hükmederse penaltı atışı gerçekleşir.

### **• Cezaya Karşılık Gelen Hareketler**

**Paka yapılan temaslar:** Pakın kasten üstüne düşen ya da pakı yerde vücuduna doğru çeken kaleci dışındaki oyuncuya küçük bir ceza verilir.

**Yumruklaşma ve sertlik:** Yumruklaşma başlatan herhangi bir oyuncuya maç cezası verilir.

**Pakla Elle Oynama:** Kaleci dışında hiçbir savunma oyuncusu, pakı buzdan eliyle alamaz. Bu kuralı ihlal eden oyuncuya bir küçük ceza verilir.

**Yüksek Sopa:** Paka omuz hizasından yüksekte vurmak yasaktır ve yapıldığında oyun hemen durdurularak, ihlali yapan takımın kalesine en yakın iki noktadan birinden oyun başlatılır.

**Rakibi Tutmak:** Rakibini eliyle, sopasıyla veya başka bir şekilde tutan oyuncuya bir küçük ceza verilir.

**Kanca Takmak (Hooking):** Sopasını kanca olarak kullanıp rakibinin ilerlemesini engelleyen ya da engellemeye çalışan oyuncuya bir küçük ceza verilir.