

REGLAS BÁSICAS

Cada una de las modalidades reúne un conjunto de normas que deben ser respetadas, aprendamos algunas de ellas:

Hockey sobre hielo:

- El juego se divide en tres períodos de veinte minutos.
- Si al finalizar los tres tiempos el resultado es empate se juegan diez minutos extra, a no ser que uno de los equipos marque un gol, en cuyo caso el partido concluye. Si no hay goles, se da el empate como resultado final.
- La principal forma de defender es cargar.
- Si un jugador se mete en la zona de ataque antes que el disco se da un fuera de juego.

Las faltas pueden ser por sujetar, empujar y trabar con el stick. Dependiendo del tipo de falta, leve o grave, el infractor puede ser sentado a banco por un tiempo de dos o cinco minutos.

LOS JUGADORES SUELEN
TOMARSE A GOLPES DE PUÑO
MIENTRAS EL ARBITRO LOS DEJA
POR ALGUNOS SEGUNDOS.



Hockey sobre patines:

-El juego se divide en dos períodos de veinte minutos. Cuando un equipo toma la posesión de la pelota en su zona defensiva, dispone de diez segundos para llevarla a la zona atacante.

-El juego pasivo es, cuando transcurrido un tiempo, el equipo atacante no tiene intención de disparar al arco para meter un gol.

-El denominado "Power-play" es una sanción que deja al equipo transitoriamente con un jugador menos: dos minutos, en el caso de tarjeta azul, y cuatro minutos, en el caso de tarjeta roja. Vuelve el jugador cuando transcurre el tiempo de sanción o cuando su equipo recibe un gol.

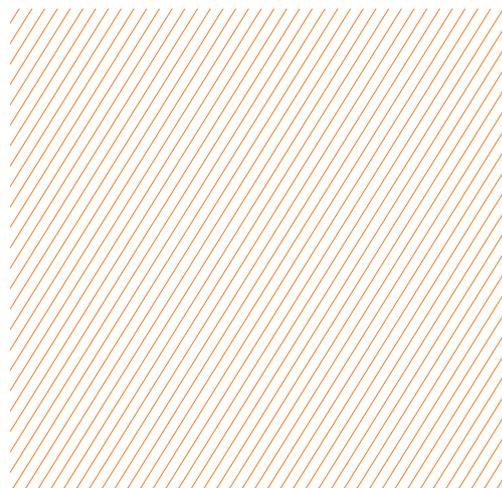
Hockey sobre césped:

-El juego se divide en dos períodos de treinta y cinco minutos cada uno. El jugador atacante debe lanzar la bola dentro del área para marcar un gol.



-El "penalty-corner" es una sanción en la que la bola debe colocarse en la línea de fondo, a unos 10 metros de la portería. El jugador que lo lanza tiene que tener un pie afuera del terreno de juego y sus compañeros deben permanecer fuera del área. Cinco defensores, como máximo, incluido el portero, pueden estar detrás de la línea de fondo con sus sticks. Para conseguir un gol la bola no puede superar los 46 centímetros de altura.

-Otra de las denominaciones conocidas es el "penalty-stroke" que forma parte de una sanción mayor, en la que un atacante lanza la bola desde un punto dentro del área, mientras el portero se sitúa en la línea del arquero.



AL IGUAL QUE EN EL FÚTBOL, EN EL HOCKEY SOBRE HIERBA TAMBIÉN EXISTE EL PENALTI O PENALTY STROKE. ES LA PENA MÁXIMA CON LA QUE SE SANCIONA CUALQUIER FALTA PRODUCIDA DENTRO DEL ÁREA DE FORMA INTENCIONADA O INVOLUNTARIA PERO IMPIDIENDO LA CONSECUENCIA DE UN GOL.