

*Nyugat-Magyarországi Egyetem,
Savaria Egyetemi Központ,
Művészeti, Nevelés- és Sporttudományi Kar,
Sporttudományi Tanszék*

*A LaCrosse és Inter-Crosse kialakulása,
története, leírása és összehasonlítása*

Konzulens:

Dr. Nádasiné Sípos Zsuzsanna

Főiskolai Docens

Készítette:

Varga Balázs

Testnevelő-edző szak

Szombathely

2009

„A sport elsősorban szellemi fogalom. Egy sportcsapat a társadalomnak kicsinyített képe, a mérkőzés az életért való nemes küzdelem szimbóluma. (...) A sport a játék alatt tanítja meg az embert rövid idő alatt a legfontosabb polgári erényekre: az összetartásra, az önfeláldozásra, az egyéni érdek teljes alárendelésére, a kitartásra, a tettekézségre, a gyors elhatározásra, az önálló megítélésre, az abszolút tisztességre, és mindenekelőtt a "fair play", a nemes küzdelem szabályaira.”

Szent-Györgyi Albert

A LaCrosse és Inter-Crosse kialakulása, története, leírása
és összehasonlítása
Tartalomjegyzék

1. Bevezető	5. oldal
2. Hipotézis	6. oldal
3. Elterjedés és történelem	6. oldal
2.1 Amerikában	6. oldal
2.2. Pierre Filion	7. oldal
2.3. Magyarországi megjelenése	7. oldal
4. Játékfajták	11. oldal
4.1. LaCrosse	11. oldal
4.1.1 Játékidő	11. oldal
4.1.2. A játéktér és tartozékai	12. oldal
4.1.3. A játékosok	13. oldal
4.1.4. Posztok, felszerelések és feladatok	14. oldal
4.1.4.1. A hálóőr	14. oldal
4.1.4.2. A hátvédek	15. oldal
4.1.4.3. A középpályások vagy middie-k	16. oldal
4.1.4.4. A támadók	16. oldal
4.1.4.5. A labda	17. oldal

4.2.	Inter-Crosse	17. oldal
4.2.1.	A játék rövid bemutatása	17. oldal
4.2.2.	Legfontosabb szabályok	19. oldal
4.2.3.	Felszerelés és tartozékok	20. oldal
4.3.	Box-LaCrosse	25. oldal
4.3.1.	Szabályok, felszerelések	25. oldal
4.3.2.	Játéktér	27. oldal
5.	Felmérések az Inter-Crosse-ban	28. oldal
5.1.	<u>Kérdőív:</u> Az Inter-Crosse ismertségének vizsgálata, nem Sporttudományi képzési területre járó hallgatók körében a NYME-SEK-en	28. oldal
5.2.	<u>Elemzés:</u> Az Inter-Crosse ismertségének vizsgálata, nem Sporttudományi képzési területre járó hallgatók körében a NYME-SEK-en	29. oldal
5.3.	<u>Kérdőív:</u> Inter-Crosse elterjedésének vizsgálata a szombathelyi környezetben	30. oldal
5.4.	<u>Elemzés:</u> Inter-Crosse elterjedésének vizsgálata a szombathelyi környezetben	32. oldal
5.5.	A LaCrosse és az Inter-Crosse összehasonlítása	35. oldal
5.5.1.	Különbségek	35. oldal
5.5.2.	Hasonlóságok	35. oldal
6.	Összefoglalás, saját vélemény	36. oldal
7.	Irodalomjegyzék	37. oldal

1. Bevezetés

Dolgozatom témáját azért választottam, mert az Inter-Crosse közel áll hozzám, mióta a főiskolára kerültem, vagyis 2006 szeptembere óta üzöm. Eleinte mezőnyjátékos voltam, de a 2007-es évvégén kipróbáltam magam a kapuban is, attól fogva ezen a poszton szerepelek. Számomra nagyon érdekes ez a sportág, mert hasonlóan a jégkoronghoz vagy a floorball-hoz, nem elég, ha a játékosnak csak a labdaérzéke kitűnő, itt még egy plusz dologgal, az ütővel is kell bánnia! Ez külön nehézsége és egyben szépsége is a játéknak, mivel ez másfajta cselezési és lövési lehetőségeket kínál.

Érdekesnek tartom a LaCrosse kialakulását, valamint ahogy abból kifejlődött még egy-két válfaja. Mint például az Inter-Crosse is.

Manapság nem sokan ismerik ezt a sportágat, ezért gondoltam, hogy egy felmérést készítek azok közt, akik szintén a főiskolára járnak, de nem testnevelő-edző vagy rekreáció szervező szakos hallgatók. A kérdőív célja az volt, hogy láthatóvá váljon, mégis mennyien hallottak már az Inter-Crosse-ről valamit. Egy másik felmérést a jelenlegi és volt játékosok körében végeztem, akinél az érdekelt, hogy milyen módon kerültek kapcsolatba ezzel a játékkal.

Sok embernek meséltem már erről a sportról, mindig úgy kezdtem, hogy annyit mondtam: Inter-Crosse-ozom. Ez után vártam a hatást, hogy mit reagálnak rá az emberek. Volt, aki csak nézet rám, hogy ez most vicc, ilyen nincs is szerinte, de akadt olyan is, aki megpróbált találgatni, és valamilyen motorsporthoz sorolta volna ezt a labdajátékot. A bemutatása után a többség rájön, hogy valahol már látott ilyet - lehet, hogy televízióban – , csak a nevét nem tudták.

Jövőbeli terveim közt szerepel, hogy minél több emberrel megismertessem, és megszerettessem ezt a különleges sportágat, valamint elhatározásom egy saját egyesületet létrehozása valahol Szombathelyen kívül, aminek az edzője is szeretnék lenni! Így alkalom nyílna rá, hogy Magyarországon is több versenyt rendezhessünk, illetve a két, vagy több csapat talán egymást is jobban fejlődésre sarkalja majd!

2. Hipotézis

Állítások szerint, a LaCrosse és annak válfajai, a világ leggyorsabb, kétlábos űzhető csapatsportjai! Vajon az egyedi szabályok miatt lett annyira dinamikus ez a játék, mint amennyire mondják? Vagy esetleg a különleges, talán furcsa felszerelések és játékszerek sajátosságaiból kiindulva válhatott rettentően gyorsá a játék menete? Honnan ered egyáltalán ez a fajta labdajáték? Kik és miért kezdték el először játszani? És egyáltalán biztos, hogy játéknak szánták kitalálói? Mennyire elterjedt ez a sportág a világon? Mindezekre a kérdésekre, úgy kaphatunk választ, ha megismerjük magát a játékot, annak menetét, eredetét és az egyéb hozzá tartozó dolgokat, mint például a felszereléseket.

3. Elterjedés és történelem

3.1. Amerikában:

A Cherokee indiánok játszották először, vallásos rituáléikon és különböző ceremóniájukon. Nem kellett hozzá különösebb dolog, csak egy bot, amit ütőként használhattak és valamilyen tárgy, amit labda gyanánt dobáltak.



Cherokee nyelven „dah-wah’uwsdi”-nak, vagyis a háború kistestvérének nevezik, mert ezzel a játékkal szoktak felkészülni a háborúkra, vagy a törzsön belül egymás közt játszották, vagy

más törzsek ellen. Kiváló katonai edzésnek számított. Akkoriban még nem voltak nagyon korlátok, hogy mennyien lehetnek a pályán, illetve, hogy mekkora legyen a pálya. A létszám akár 100-tól 1000 főig is változhatott csapatonként. A kapukat könnyedén megoldották sziklákból, vagy fákból és ezek egymástól 500-600

méterre is lehetek, de előfordult olyan is, amikor 10-15 kilométer hosszú volt a pálya! A hatalmas méretek és elképesztő létszám miatt, a játékidő sem a megszokott képen alakult. A rövidebbek napkeltétől napnyugtáig tartottak, de lehetett akár 2-3 napos is egy küzdelem. A mai Dél-Ontario és Észak-New York területén éltek az Iroquois indiánok, akik „baggataway”-nek vagy „teweraathon”-nak nevezték ugyanezt a játékot. Ők már sokkal szervezettebben játszottak. A csapatok létszáma 12-15 ember lehetett már csak, és a pálya is körülbelül 35-37 méter hosszú lehetett. 1636-ban először írt erről a különös „jelenségről” Jean de Brebeuf francia misszionárius. Ő nevezte el a játékot LaCrosse-nak, ami franciául keresztet jelent, mert szerinte a görbe ütő, nagyon hasonlított a püspöki bothoz. A képen látható ütők alapján juthatott erre a döntésre. Ezeknek az ütőknek a vége meg volt görbítve és oda rögzítették a hálót, így tudták a labdát jobban megtartani vele. A szabályok rögzítését csak 1800 körül kezdték el az országban letelepedő francia telepések. Meghatározták a pálya méreteit, a szabályokat és a csapatok létszámát is kikötötték. Mivel egyszerűbbé vált a játék, többen megkedvelték és egyre népszerűbb lett a Kanadaiak körében, ezért 1859-ben nemzeti játékká nyilvánították. A 20. század elejére, annyira elterjedté vált, hogy sok amerikai gimnáziumban és középiskolában játszották. Olimpiai sportág is volt 1904-ben, ahol nem meglepő módon Kanada lett a bajnok, illetve 1908-ban, de ezt követően az Olimpiai Bizottság törölte a játékok közül, azzal az indokkal, hogy nem európai sportág, mivel Angliában, Skóciában és Ausztráliában játszották csak. Ezek után csak bemutató jelleggel szerepelt az 1928-as, 1932-es és az 1948-as Olimpiákon. Manapság már szerte a világon ismerik és üzik a LaCrosse-t, köztük Magyarországon, Budapesten is egy csapatról tudni.



3.2. Pierre Filion:

Az Inter-Crosse feltalálója, egy szociálpszichológus és testnevelő tanár, a Nemzetközi Inter-Crosse Szövetség elnöke, a kanadai Quebec-ből származó

Pierre Filion. 1980-ban találta fel a LaCrosse-ra épülő játékot, ami 1982-ben Inter-Crosse néven jött létre. 1985-ben elkezdődtek az első játékok és próbálkozások. Ebben az évben megalakult a Nemzetközi Inter-Crosse Szövetség, azaz a FIIC, ezzel együtt elkezdődött a sportág terjesztése és népszerűsítése is. Az első nemzetközi játékokat, a World Games-t, azaz a Világ Játékokat, 1987-ben rendezték, míg az első Világbajnokságra 1999-ig kellett várni.

3.3. Magyarországi megjelenése:

A sportág hazánkban való elterjedése Szakály Ferenc testnevelő tanár érdeme. Szakály Ferenc a sportággal először 1998-ban a Testnevelési Egyetemen kétfévente megrendezett, Nemzetközi Testnevelő Tanári Továbbképzésen ismerkedett meg.

A rendezvényen Floriane Cotnoir asszony a Nemzetközi Szövetség alelnöke tartott előadást és bemutató foglalkozást. Az újdonság varázsa magával ragadta Szakály Ferencet, aki Floriane asszonytól 12 darab ütőt kapott ajándékba, azzal a feltétellel, hogy megismerteti ezt a sportágot a környezetében. A későbbiekben még több ütővel és felszereléssel támogatta a Nemzetközi Szövetség a sportág fejlődését hazánkban.

Az első 12 darab ütő a Berzsényi Dániel Főiskola Testnevelés Tanszékére került, ahol Horváth Zoltán tanár úrnak is megtetszett az Inter-Crosse.

1999. április 21-én a Berzsényi Dániel Főiskolán Játék és szabadidősportok az oktatásában címmel nyílt szakmai napon került bemutatásra a megye minden részéről érkező testnevelő tanároknak az Inter-Crosse. Sok érdeklődő volt, és sokan felszerelést is szerettek volna vásárolni, de sajnos akkor még a vámszabályok ezt nem tették lehetővé.

A szakmai napon részt vett Horváth Tihamér szaktanácsadó, akinek szintén megtetszett a játék és az Apáczai Kiadó segítségével megjelenhetett a 7-8. osztályos testnevelési kézikönyvben. Ez biztosította az országos népszerűsítést, mivel a kiadvány eljutott minden általános iskolába.

2000-ben a Testnevelési Egyetemen megrendezett Nemzetközi Testnevelő Tanári Továbbképzésen Szakály Ferenc és Floriane Cotnoir asszony már együtt

ismertették az Inter-Crosse-t a résztvevőkkel. A bemutató ismét eredményes volt, egy budapesti iskola vásárolt felszerelést.

Három évnek kellett eltelnie ahhoz, hogy Szakály Ferenc élőben is láthassa a játékot, ugyanis a Nemzetközi Szövetség 2001-ben az addig végzett munkája miatt meghívta az olaszországi Lecco-ban megrendezésre kerülő Világ Kupára. A sportág hazai képviselője itt felkérést kapott a 2002-edik évi Világ Kupa magyarországi megrendezésére, amit természetesen nem is utasított vissza. Az esemény megrendezése kisebb akadályokba ütközött, a legjelentősebb közülük a szponzorok hiánya volt, amit végül Kalmár Attila a Pannonsport ügyvezető igazgatója oldott meg, innentől megindultak a szervezési munkák.

2002 tavaszán a vezetőség Németh Lívia, Kalmár Attila, Nagy Csaba és Szakály Ferenc Olaszországba utaztak a szerződés megkötésére.

Rendező félként elvárt dolog volt, hogy egy férfi és egy női csapatot is ki tudjunk állítani. A főiskoláról jelentkezőkből és Szakály Ferenc tanítványaiból megalakult csapat elkezdhette az edzéseket. 2002 júniusában utazott ki a társaság Lecco-ba, ahol három mérkőzésen tapasztalhatták meg a játék sajátosságait.

A sportág népszerűsítése ezek után tovább folytatódott. Két alkalommal is, továbbképzés keretében ismerkedhettek meg testnevelő tanárok az Inter-Crossszal. Mindkettő Vassurányban került megrendezésre.

2002. július 24 és augusztus 01. között került megrendezésre mind a Világ Kupa, mind pedig a Világjátékok is Szombathelyen, ahol 15 nemzet sportolója vett részt és a rendezés a Nemzetközi Szövetség tetszését is elnyerte. A Magyar Inter-Crosse Egyesület 2002. október 3-án alakult meg. Azóta rengeteg bemutatón vettek részt a csapattagok

kisebb-nagyobb létszámban. Minden évben legalább kétszer-háromszor kilátogat a csapat Prágába, valamint Prievidzából és Olaszországból is kap az egyesület meghívást

különböző tornákra. 2008 nyarán a Világ Kupára egy tizennyolc fős társaság



utazott el a svájci Kriens városába. Az idei év június 19-21-ig kerül megrendezésre a Pannon Kupa, majd egy nagyobb szabású rendezvény, a Világ játékok lebonyolítására ismét Szombathelyen kerül sor 2009. július 7-12-ig.

Az előbbi egy kisebb sportrendezvény, ahol 5-6 csapat kap meghívást Szakály Ferencről. Általában azok a csapatok jönnek el akiknél évközben járt a magyar delegáció.

Ennél nagyobb esemény, a Világ Kupa, amit 2006-ig minden évben megrendeztek, azóta viszont csak két évente kerül rá sor, mindig más helyszínen. Ezen a megmérettetésen a résztvevő hat-nyolc ország csapatai küzdenek meg egymással. Itt a sportág legjobbjai jelennek meg az adott országokból.

A legnagyobb találkozó, az évente megrendezett Világ Játékok. Ezt is szintén mindig más helyszínen rendezik meg, ahol a sportág „szerelmesei” találkoznak egymással. A korhatár 18 évtől akár 65 évesig is lehet! A rendező országok általában ki szokták használni az alkalmat, saját kultúrájuk és szokásaik bemutatására. Minden nap külön műsorral is készülnek a vendégek számára. A verseny érdekessége, hogy nem csapatok jelentkeznek, hanem csak játékosok. A csapatok a házigazdák által kerülnek kisorsolásra a jelentkezők közül. Rendszerint hat-nyolc csapatot szoktak alakítani, amelyeket úgy jelölnek, hogy az egy csapatba tartozók, azonos színű mezt kapnak, amit utána eltehetnek emlékébe. Ezek után csak a színek versenyeznek egymás ellen, egy nagyon hangulatos, baráti környezetben, ahol csakis a játék számít! A sorsolás lényege, hogy keveredjenek a résztvevők, így a kommunikáció csak úgy folyhat csapaton belül, hogy azt mindenki megértse. Egyaránt kerülhet össze férfi és nő, fiatal és idős, kanadai és cseh. A világon máshol nem létezik ehhez fogható versenyszám!

4. Játékfajták

4.1. A LaCrosse

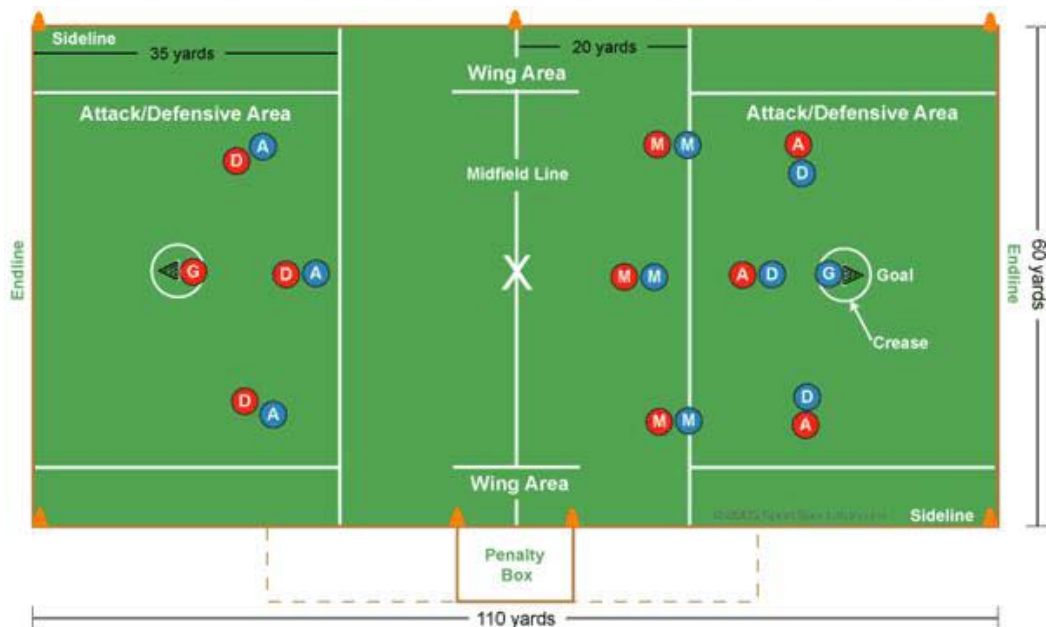
Minden játékos kezében egy bot van, aminek az egyik végére háló van erősítve, amivel el tudják kapni a labdát és ugyanúgy tovább is tudják passzolni. Ezt a hálós botot nevezik crosse-nak. Ebben a sportban sok az idegen szó, ami annak köszönhető, hogy hazánkban még annyira nem elterjedt, így a két fajtáját is angol szavakkal jelölik, úgymint outdoor, a szabadtéri változata, valamint az indoor, ami a teremben játszott válfaját jelenti. Kint egyaránt űzhető földön, fűvön vagy műfűvön is, de bent általában jégkorongcsarnokban játsszák, műanyag borításon illetve előfordulhat itt is a műfüves pálya.

4.1.1. A játékidő:

Negyedenként tíz percet küzdhetnek a csapatok egymással. Minden játékrész végén a csapatok térfelet cserélnek. Az negyedik negyed, utolsó 3 percében és a hosszabbításokban meg kell állítani az órát amint a labda játékon kívül került, más esetben nem. Az első és második negyed közt 2 perc, a félidőben 10 perc szünettel kell számolni, valamint a harmadik és negyedik periódus közt lehet akár 3 perc a pihenőidő. Az első és második, valamint a harmadik és negyedik negyed közt a játékosok kötelesek elhagyni a pályát és csak a csereterületen gyülekezhetnek, míg a félidőben akár az öltözőbe is mehetnek, de a pályán is maradhatnak. Mindkét csapatnak félidőnként kettő, valamint a négy perces hosszabbításokban egy lehetősége van kikérni a 90 másodperces időkérését. Ezt akkor tehetik ha a labda játékon kívül van illetve ha a saját csapatuk birtokolja a labdát az ellenfél térfelén. Időt az edző, a csapat kapitánya vagy a labdát birtokló játékos kérhet. Ha a mérkőzés még a hosszabbítások ideje alatt sem dőlt el, akkor „hirtelen halálra” kerül sor, vagyis az elsőként gólt szerző csapat nyer, de itt már nem lehet időt kérni.

4.1.2. A játéktér és tartozékai:

A pálya mérete a teremben adott, hiszen a jégkorong pálya egészen játsszák, míg kint sokkal nagyobb a terület. Hossza 100 méter, szélessége 54 méter, ezek a



méreték azért lehetnek ilyen furcsák, mert az amerikai hossz mértékkal adják meg őket, tehát igazából 110×60 yard a pálya. A kapuk hat láb magasak és szintén hat láb szélesek, ami 1,8 métert tesz ki. Mélységben 7 lábnyira kell hátra nyúlni, ami valamivel több mint 2 métert jelent, ez azért szükséges, hogy gól esetén a nagysebességű labda ne vágódhasson vissza a játéktérre. A képen is látható, hogy a kaput - a jégkoronghoz hasonlóan – nem az alapvonalon, hanem beljebb egy 18 láb (5,5 méter) átmérőjű kör közepén helyezkedik el, ez a kapus zónája, az úgynevezett crease. Ezt a területet senki nem sértheti meg, csak a hálór tartózkodhat a körön belül. A két kapu egymástól 80 yard-ra, az alapvonaltól pedig 15 yard-ra vannak elhelyezve. Az egész játéktér három részre van osztva. A középső 40 yard semleges zóna, aminek a közepén helyezkedik el a felező vonal. Mindkét alapvonalról 35 yard-nyira jelölve van egy másik vonal, ami a támadó illetve védő zónát jelöli, attól függően melyik csapatra értjük. A pálya két szélén, az oldalvonalaktól 10 yard-ra, szintén vonallal jelölik az oldalsó zónát, melyet wing-nek neveznek. Ennek jelentősége az úgy nevezett face-off szituációnál van, ami valamilyen szabálysértés elkövetése után, illetve minden negyed kezdésekor

következik be, még pedig oly módon, hogy mindkét csapatból egy-egy támadó áll egymással szembe a középvonalon X-el jelzett helyen. A labdát előtte a bíró a földre teszi, majd az ellenfelek fölé hajolva, sípszóra megküzdenek érte (ahogy ez a képen is



látszik), ez alatt a középpályásoknak ezen a vonalon, a wing-en kívül kell tartózkodniuk. Az egyik oldalvonal mellett, középen alakították ki a büntető helyet, ami a kiállított játékosok részére van, hogy ez idő alatt ne tudjanak beszélni csapatukkal. - Ismét egy hasonlóság a jégkoronggal. – A súlyosságtól függően lehet 1,2, vagy akár 3 perc is a játékból való felfüggesztés. Ennek a körülhatárolt résznek a két oldalán foglalnak helyet a cserepadok. A két csapat csereterülete a saját védő zónájuktól a középvonalig tart.

4.1.3. A játékosok:

Az outdoor LaCrosse-ban egyidejűleg 10 fő tartózkodhat a pályán, - mint ahogy az előző képen látszik is – ebből három támadó, három középpályás, három védő valamint egy kapus. - Ez a szám hatra csökken az termi változatban. – A cserepadon még maximum 13 játékos foglalhat helyet. Cserélni a játék ideje alatt folyamatosan lehet.

Minden játékosnak érdekes és külön szerepe van. Kezdve a kapussal, aki arra hivatott, hogy a területén maradván hárítsa az ellenfél lövéseit bármi áron, de amint kilép a zónájából ugyan olyan szabályok vonatkoznak rá mint bármely másik játékosra. Kézzel csak a hálóőr érintheti a labdát a saját területén. A védők feladata szintén az ellenfél akadályozása, még pedig abban, hogy azok eljussanak a kapuig és gólhelyzetbe kerüljenek. Talán a legérdekesebb és egyben legnehezebb dolga a középpályásoknak van, mert ők egyrészt mindig vissza kell, hogy érjenek segíteni a védekezésben, másrészt a támadás levezetésében is szerepet játszanak, így rendkívül sokat kell futniuk. Végül, de nem utolsó sorban a támadók szerepe mi más lehet, mint a játékszer minél többször az ellenfél kapujába juttatni a játék ideje alatt. Itt kell megemlítenem, hogy egy különleges szabály köti le azt, hogy az egész mérkőzés alatt a védőtérfelel összesen négy

játékosnak kell tartózkodnia, a kapussal együtt, valamint a három támadónak pedig a támadótérfelükön.

4.1.4. Posztok, felszerelések és feladatok:

Minden játékosnak szüksége van egy botra, amik különböző félek lehetnek, attól függően, hogy az adott játékos éppen milyen poszton játszik, vannak rövid és hosszú, illetve kis- és nagyfejű stick-ek. Ezek készülhetnek Fából, alumíniumból illetve titániumból.

4.1.4.1. A hálóőr:

A kapusnak, hogy kicsivel könnyebben tudja elkapni a rettentően gyors labdákat, ezért ő egy speciális nagyfejű ütőt kap, aminek a legszélesebb pontja akár 38 centiméter is lehet, ez a kapuból is többet takar, de még így is nehéz dolga van, ha hárítani akarja a lövéseket. Az ütő nyele is eltérő a többi játékosétól, körülbelül 40 és 72 hüvelyk (100-182cm) között változik. Mint már említettem ő az egyetlen, aki labdához érhet a kezével is, de csak védelmi szándékkal a saját területén belül, viszont kézzel nem továbbíthatja a játékszert! Védőfelszerelésükhöz tartozik a sisak rászerezhető torokvédővel, a fogvédő, külön tartozék a vese és derékvédő, ha oldalt érne találat. A mellvért és vállvédőn kívül még egy könyök és karvédőt is viselnek. A kesztyű speciális, ami a hüvelyk újkát is védi, valamint oldalt egy plusz szélesítés van rajt, ilyet csak kapusok hordhatnak! Ezen felül még egy protektoros rövidnadrágot és fémmerevítéses cipőt is húznak. Ezeket kötelező viselni minden hálóőrnek, de ezen felül megengedett a térd , valamint lábszár védő is, de ezek akadályozzák a mozgásban és nehezebb velük védeni, állítják a kapusok.



A legnagyobb teher a hálórre hárul. Egyik részről bírnia kell azt a fájdalmat, amit adott esetben a labda okoz neki, hiszen a játékosok azt akár 160 km/h

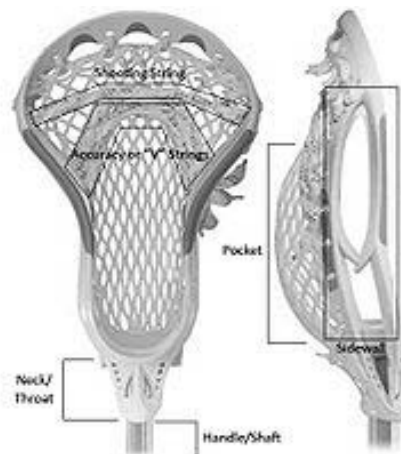


sebességgel is meg tudják löni. Másrészről mentálisan is erősnek kell lennie, azon oknál fogva, hogy a LaCrosse-ban relatív sok gól esik és ráadásul azok, akár nagyon gyorsan követhetik egymást. Legfőbb feladata, tehát

az ellenfél lövéseinek hártása, de emellett neki kell a lehangosabbnak is lenni a pályán, hogy a védőit így tudja irányítani, hiszen a pályát a legjobban ő látja át, hogy merre mi történik. Ha hozzá került a labda, 4 másodpercen belül játékba kell hoznia, úgy hogy lepasszolhatja egy védőjének, vagy középpályásának, illetve ha nincs szabad ember akkor ő is megindulhat vele és keresi az üres embert. Miután játékba hozta valamely módon a játékszert, a csapatnak 16 másodperce van, hogy átjuttassa azt az ellenfél téré felére. Ha bármelyik időkorlátot túl lépik, az ellenfél büntetőhöz jut.

4.1.4.2. A hátvédek:

A könnyebb védekezés érdekében, ezeknek a játékosoknak 52 és 72 hüvelyk (132-182 cm) közötti hosszúságú ütő a megengedett. Így kicsivel könnyebb lehalászniuk az ellenfél passzait. Az ütő fejének különleges kialakítása van, ezért a méretét nehezebb meghatározni, de úgy van meghatározva, hogy a legkeskenyebb és legszélesebb pontjainak 4 illetve 10 hüvelyk közt kell lenni, ami minimálisan 10 centimétert és maximálisan 25, 5 centimétert jelent. Felszerelésükhöz tartozik a zárt kesztyű, a mellvéd, ami kisebb, mint a kapusoké, valamint a sisak, mely védi a szemüket, az állukat és a szájukat egyaránt. Ezenkívül fogvédőt használnak, illetve hordanak még egy vese



és derék védőt is. A mellvértre kell rávenni a mezt, amin elöl hátul számnak kell lenni, még pedig arab számmal, 20-25 centiméter magasságúnak és mindig láthatónak kell lennie. Egy csapatban nem lehet két azonos számú játékos és ha egy mérkőzésen mindkét csapatnak azonos színű meze lenne, akkor a hazai csapatnak kell eltérő színűre lecserélnie saját felszerelését. A nadrágokra mindössze annyi kikötés vonatkozik, hogy egy csapatban mindenkinek azonos színűt kell hordani.

A hátvédek feladata a saját kapusuk segítése, az ellenfél akadályozásával, szerelésével. Figyelniük kell a hálóőrök utasításait, a védő társaik és az ellenfél támadóinak a mozgását is.

4.1.4.3. A középpályások vagy middie-k:

A pályán nekik kell a legtöbbet futni, mivel a védekezésben és a támadásban is segíthetnek. Erre a posztra a leggyorsabb játékosok kerülnek. Ők már rövid botot használnak, aminek az egyik oka az, hogy a pályán egyszerre csak négy hosszúbotos játékos lehet, tehát egy, a háromból felvehet még hosszút és akkor ő lesz a „long-stick middie”. Az ütőiknek a nyele mindössze 40-42 hüvelyk hosszúságú lehet, ami 101-106 centimétert jelent. Védőfelszerelésük azonban nem tér el a hátvédekétől.

4.1.4.4. A támadók:

Talán az ő feladatuk tűnhet a legkönnyebbnek, mivel csak a kapuba kell juttatni a labdát, de ez sokszor nem olyan egyszerű, mint amilyennek látszik. Az ellenfél védőjátékosai egyáltalán nem kímélik őket, bottal ütik vagy testtel blokkolják, azaz „body check”-et alkalmaznak, azért hogy elejtsék a labdát, vagy elhibázzák a



lövést. A védőfelszerelésük megegyezik a többi játékoséval és az ütőjük csak rövidfajta lehet! A face off-oknál, közülük egy fő megy, a labdáért harcolni.

4.1.4.5. A labda:

A játékszer szintén különleges! Kezdetben az Észak-Amerikaiak hajjal kitömött szarvasbőrt, vagy kemény, csomós bőrdarabokat használtak labda gyanánt. A 19. századi Európában is ezzel játszottak még, egészen 1867-ig,



amikor George W. Beers helyettesítette ezt az elavult játékszert. Külseje gumiból készült, viszont a belsejébe egy acél mag található. Megszokott színe a fehér, de manapság már bármilyen szín megengedett. Kerületére vonatkozóan 7,75 és 8 hüvelyk között, azaz 19-20 centiméternek kell lennie,

ezt 2,5 hüvelyk, vagyis 6,5 centiméteres átmérővel érik el. Súlya elég nagy, 5-5,25 uncia, ami 140-150 grammnak felel meg. Emiatt és az acél mag miatt is ez a kicsi labda rettentően nagyot tud ütni, így érthető a sok védőfelszerelés alkalmazása a játékosok részéről! Még egy fontos szempont szerint vizsgálják a játékszereket, ami a rugalmasságukat méri, hogy mekkorára pattannak fel kemény talajon. Ha leejtik a labdát kemény, fa talajra 72 hüvelyk magasságból, vagyis 1,83 méterről, akkor annak 45 és 49 hüvelyk (114-124,5 méter) közti magasságra kell visszapattanni!

4.2. Az Inter-Crosse-ről

4.2.1. Rövid bemutatás:

Felvezetés képen néhány alapvető dolgot szeretnék elmondani erről a játékról. A játékidőt negyedekre osztották fel, melyek egyenként tizenkettő percesek. Az első és második, valamint a harmadik és negyedik negyed közt két perc, míg a félidőben öt perc szünet van. A játék megszakítás nélkül, folyamatosan zajlik, csak a büntetődobás alatt lehet megállítani az órát. A támadásra mindig 30 másodperce van a csapatoknak, amin belül be kell fejezni a támadást, különben a

labda az ellenfélhez kerül. Időkérésre csapatonként és félidőnként kétszer van lehetőség, melynek időtartama egy perc. Hosszabbítás esetén még egyszer lehet időt kérni mindkét csapatnak. Időt csak az edző és a csapatkapitány kérhet a bírótól és csak akkor, ha a saját csapatuk birtokolja a labdát. A csapatok 4+1 fővel tartózkodnak a pályán, valamint a cserepadon további 9 játékos foglalhat helyet, ebből 1 kapus.

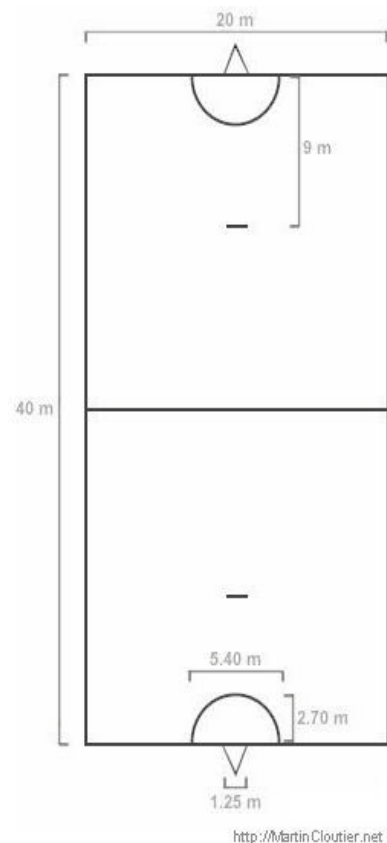
A játéktér 40×20 méteres, ami lehet kint a szabadban is, de versenyszerűen teremben szokták játszani. A pályát két zónára osztják fel, támadó és védekező zónára, amelyet a felezővonal vág ketté. Gólt csak a támadó zónából lehet szerezni!

A kapuelőtér egy 2.70 méter sugarú félkör, ahova a kapuson kívül csak védő léphet be. Támadónak benyúlni vagy beugrani szigorúan tilos!

A játék közben bármikor és bármennyit lehet cserélni a 8 méteres cserezónán belül, a folyamatosság megtartása miatt. A cserezóna a félpályától számítva értendő a cserepadok oldalán.

Védőfelszerelést egyedül a kapus visel, de manapság már megszokott, hogy a játékosok is felvesznek szemüveget és fogvédőt, mivel véletlen balesetek bármikor előfordulhatnak. Akár az ütő is megütheti az játékostársat, mondjuk egy lövés közben, illetve a labda is eltalálhatja úgy az embert, hogy az sérülést okozzon.

A mérkőzéseket mindig két játékvezető bonyolítja le, a pálya két oldaláról. Ők egyenrangúak. A játéktérre azért nem jönnek be, mert a gyors labdák elől lehet, hogy nem tudnának időben kitérni, amivel akadályoznák a játék menetét.



4.2.2. A legfontosabb szabályokról :

- Mindenfajta érintkezés tilos! Akár test-test, ütő-ütő vagy test és ütő közt is. Ezek csak a LaCrosse-ban megengedettek.
- Kötelező az emberfogás! Természetesen csak védekezéskor, de ez a zóna védekezés kiküszöbölése miatt van, hogy ne álljon egy helyben senki!
- 5 másodperces szabály! A labdát egy játékos csak ennyi ideig birtokolhatja.
- Mindig futni! A labdával csak állni és sarkazni szabad, amint egyet lépett a játékos már csak futni szabad! Ez ugyan úgy érvényes a kapusra is ha kijön a területéről!
- Labdaszerzés a földön! A labda azt illeti, aki előbb ráborítja az ütőjét, úgy hogy a labda nem gurul ki alóla.
- Gól után nincs középkezdés! Vagy a kapus hozza játékba a labdát, vagy a játékos, úgy hogy csak hozzáérinti a hálórúthoz. Ez is a játék gyorsítása miatt van!
- Gól csak az ellenfél térfeléről lőhető!

- A labdát csak ütővel lehet megjátszani! Bármely testrészével csak a kapus érhet hozzá, de ő is csak a kapuelőtéren belül!

4.2.3. Felszerelések és tartozékok:

Miután a legfontosabb szabályokat tisztáztuk, hadd mutassam be részletesen a játékot!

A kapu 122×122 centiméteres, hátrafelé öblös kidolgozású, melynek célja, hogy a gól után a labda bennmaradjon.

A labda elég keményet tud ütni lövés után, ezért a kapuson majdnem olyan felszerelés van, mint egy jégkorongkapuson. A fejét ráccsal ellátott jégkorongos

vagy floorball kapus sisak védi, nyakán torokvédő van. Felsőtestét és karjait, egy protektorokkal teli speciális öltözék védi, a kézfejein olyan kesztyű van, mint amelyet a jégkorongozók használnak



és a rövidnadrág is ugyan olyan, végig műanyag lapokkal bélelve. A kapus térdét, lábszárát és lábfejét védi egy „mamut” szerű felszerelés, amin a műanyag borítás látszik, míg a többin eltakarták még egy szivacs réteggel és vászonnal.

A játékszert mindig a kapuelőtérből kell megjátszani, vagyis játékba hozni, Ennek három módja van. Az első, hogy a kapus egyszerűen kidobja a kapuelőtérből a labdát. Választhatja azt a megoldást is, hogy kifut a labdával és ezután csak átpasszolja a labdát valamelyik társának. Míg az utolsó variációban egy játékos a kapuelőtérből, a kapushoz hasonló módon játssza meg a labdát. Ebben a játékban posztokról – a kapus kivételével - nem beszélhetünk, hiszen minden mezőnyjátékos egyaránt védekezik és támad is.

A labdáról annyit kell tudni, hogy a súlyának 80 és 100 gramm között kell legyen és a kerülete 23-25 centiméteres. Anyaga puha gumi, nem lehet tömör, a belsejében levegőnek kell lenni. Színe a mérkőzéseken általában fehér, de edzésen sárgát is használnak.



Másik fontos kellék ebben a sportban az ütő. Feje színes flexibilis anyagból, műanyagból készül. A nyél általában alumínium, de fából készült is létezik, főleg Csehországban. Súlyának 280 és 380 gramm közöttinek kell lenni. A nyél rész



hosszúsága 40 és 75 centiméter közt változik. A fejrész 26-27,5 centiméter hosszú, 9-17,5 centiméter széles a legkeskenyebbtől a legszélesebb részig, valamint 8-9 centiméter mély kialakítású. A fej résznek ránézésre olyan a kialakítása, hogy könnyen belesik a labda, tehát könnyű elkapni és nem is esik ki onnan, mert található a lapátforma alján egy „keresztléc”. Aki kipróbálja már rá is jön az első percben, hogy nem is olyan könnyű elkapni vele a labdát, mivel ha nem jól célozza be vele a labdát, akkor

könnyen elakadhat ebbe a keresztlécbe és már el is pattant tőle a játékszer. Az ütő fogása egyszerű. Az egyik kézzel az ütő végénél kell markolni, a műanyag zárókupak felett, míg a másik kéz a fejrész alatt fog, körülbelül 10-15 centiméterre. Attól függ kinek melyik keze van felül vagy alul, hogy kinek hogy esik jobban a játékszer fogása. Ha már jól halad a tanuló és elkapja a labdát, még mindig előfordulhat, hogy kipattanik az ütőből. Ez azért van mert, ahogy beleesett és megpattant az ütőben a labda, egyből utat is talált magának kifelé és ebben nem akadályozza meg a keresztléc. Ezért az elkapás után rögtön be kell fordítani az

ütőt valamelyik irányba, úgy hogy a hátulja lezárja az utat a labda elől, így nem tud kipattanni.

A másik probléma akkor jelentkezik, amikor futni kell labdával az ütőben. Minden egyes lépésnél rázkódik az ember, ezért a labda elkezd pattogni, és egyszer csak kiesik. Először állóhelyben majd futás közben gyakoroltatjuk az ütő forgatását, ezzel a centrifugális erő hatására a labda az ütő hátsó falához nyomódik és nem kezd el pattogni.

A labda elég keményet tud ütni lövés után, ezért a kapuson majdnem olyan felszerelés van, mint egy jégkorongkapuson. A fejét ráccsal ellátott jégkorongos vagy floorball kapus sisak védi, nyakán torokvédő van. Felsőtestét és karjait, egy protektorokkal teli speciális öltözék védi, a kézfejein olyan kesztyű van, mint amelyet a jégkorongozók használnak és a rövidnadrág is ugyan olyan, végig műanyag lapokkal bélelve. A kapus térdét, lábszárát és lábfejét védi egy „mamut” szerű felszerelés, amin a műanyag borítás látszik, míg a többin eltakarták még egy szivacs réteggel és vászonnal.

A játékosok felszerelése ennél sokkal egyszerűbb, hiszen semmilyen védőfelszerelésük nincs, de ajánlott védőszemüveget és fogvédőt is viselni! Igaz tilos egymásra löni, ezt a szabály is kimondja, valamint a fair play is ezt diktálja, de véletlen balesetek bármikor előfordulhatnak. A szemüvegnek két fajtáját használják. Az egyik egy zárt, plexiből készült és hasonlít a sí szemüvegre, a másik egy nyitott, rácsos szemüveg, ilyet használnak a fallabdázók is. Mérkőzéseken fehér sortot kell viselni minden játékosnak, a felsőruházatuk lehet bármilyen színű. A csapatkapitányt karszalaggal jelölni kell!

A büntető szintén hasonlít a jégkorongra, itt is rávezetés van. Mindig az végzi el, aki ellen elkövették a szabálytalanságot. A gólvonaltól 9 méterre húzott vonalról kell indulni sípszóra. A játékos a kapu felé fut és a lehető legrövidebb időn belül kell elvégeznie a dobást, tehát nem lehet a kapu előtt ütővel, többször is lövőcselt végezni. Az órát a lövés után egyből el kell indítani, ha a kapus kivédi és elpattanik a labda, az akkor is az övé és kidobással jön, a játék folytatódik tovább.

Büntető járhat rossz cseréért, vagy ha a védekező csapatnak több játékosa van pályán a megengedettnél. Zónavédekezésért, és ha egy támadójátékost két védő próbál megállítani, illetve szándékos időhúzásért is ez a szankció jár. Ugyan ez a büntetés jár technikai- és sportszerűtlen hibáért. Ha egy csapat elér tíz faultot, az ellenfél javára büntető jár és ezt követően minden egyes fault után is. Szintén büntetik a csapatot, ha a kapus vagy bármely védőjátékos szándékosan az alapvonalon kívülre juttatja a labdát. Ha a szabálytalanságot olyan játékos ellen követik el aki gólhelyzetben van, akkor a játékvezető csak karjai felemelésével jelzi, mi történt, de megvárja a támadás befejezését és annak kimenetelétől függően dönt ,tehát előnyszabályt alkalmaz. Ha nem lett gól, akkor büntetődobást ítél.

Ebben a játékban döntetlen nincs! Ha a negyedik negyed végén azonos pontszámmal állnak a csapatok, akkor 5 perces hosszabbításra kerül sor. Abban az esetben, ha ez se hozott eredményt, még egyszer 5 perct játszanak a csapatok, de ha itt sem születik döntés az idő lejártával, akkor büntetődobásokra kerül sor. Mindkét csapat 4-4 játékosa lő felváltva. Sorsolással döntenek el melyik csapat kezdjen. Ha a 8 lövés után is döntetlen az állás, akkor már csak egy-egy játékos áll oda és „hirtelen halállal” döntenek el a mérkőzést, tehát ha az egyik kihagyja és a másik belövi, akkor már meg is van a győztes.

Az ütő helyes fogása két kézzel történik, úgy hogy az egyik kézzel alul, majdnem a nyél legalján markolja, míg a másik kezét a fej alatt egy-, másfél kézfejnnyire fogja a játékszert. Az egyéneknél változó, hogy kinek melyik keze hol helyezkedik el, hogy kényelmes neki dobni, de fontos megtanulni mind a két oldalra tartani az ütőt, hiszen a cselezéskor sokat segíthet. Igaz, hogy az ütőt mindig két kézzel kell fogni, de itt is vannak kivételek. Például, ha egy játékos elkapja, vagy dobja a labdát, illetve ha labdát szerez, vagy ha lövőcselt, passzcselt hajt végre, akkor tarthatja egy kézzel is az ütőt. Amikor csere van, vagy épp nem birtokol labdát a játékos szintén, bárhogy foghatja a játékszert. Az ütő eldobása tilos! Megtörténteikor az ellenfél csapata büntetődobást kap. Szabaddobáskor, a kapuelőtérből elvégzendő kezdéskor illetve az oldalvonalról végzett befutás és bedobáskor is a védekező játékosnak, legalább két méterre kell állnia a támadótól!

Minden negyed kezdésekor mindkét csapat játékosainak a saját védekező területükön kell elhelyezkedni. A labdát sípszóra a kapuelőtérből kell játékba hozni! Ezt végezheti maga a kapus, vagy bármely mezőnyjátékos is. Gól után is ugyan így kell játékba hozni a labdát, csak akkor nincs sípszó. A játékvezető két kezének feltartásával jelzi, hogy érvényes találat született. A labdát 5 másodpercen belül meg kell játszani.

A védekezés akkor szabályos, ha a játékos álló helyzetben van, mindkét lábával a talajon áll, az ütőt mindkét kezével fogja, illetve ha az ütőt függőlegesen vagy maximum 45 fokos szögben elfordítva tarja maga előtt. Hasonlóképp, mint a kézi- vagy kosárlabdában, itt is van belemenés, azaz támadószabálytalanság.

A labda, játékon kívülnek tekintendő, ha a játékos kilép vele a vonalon kívülre, vagy a labda pályán kívül érinti a talajt, vagy bármilyen tárgyat illetve személyt. Ha a labda a levegőben hagyja el a játékteret még el lehet kapni, úgy hogy a játékos mindkét lábával a pályán marad és csak az ütővel nyúl utána.

A földön guruló labda megszerzésének a módja, speciálisan jellemző erre a játékra. Mint már említettem, az szerzi meg a labda birtoklás jogát, aki először borítja rá az ütőjét a játékszerre. Miután ez megtörtént a játékosnak két lehetősége van attól függően, hogy hol szerezte meg a labdát. Ha a védőzónán belül sikerült, akkor arról a helyről játékba is hozhatja a labdát, de ha jobbnak látja, kiviheti az oldalvonalon kívülre is. A másik esetben, amikor a támadózónán belül szerezte meg a labdát, akkor nincs más lehetősége, ki kell menni az oldalvonalra és onnan vagy befutással, vagy bedobással játékba hozni a labdát.

A gyakorlás során használható sokféle kiegészítő. A legnehezebb és a legfontosabb dolog az ütővel való bánás, célzás. A játékosnak megfelelően kell tudni kezelni a játékszert mindkét kezével egyaránt, mind futás közben, mind lövéskor. Mozgás közben kell gyakoroltatni a váltott kezes ütő hordást. A lövések gyakorlása több időt vesz igénybe. Kapus nélkül is lehet fejleszteni a célzóképeséget, mégpedig egy lukas ponyva felkötésével a kapura. A lényeg, hogy a lövéseket egyszer egyik, másszor a másik kézzel hajtja végre a játékos.



4.3. Box LaCrosse

A LaCrosse egyik válfaja, amit teremben, vagyis jégkorong pályán játszanak. Az 1930as években Joseph Cattarinich és Leo Dandurand a Montreal Canadiens tulajdonosai voltak a Nemzeti Jégkorong Ligában és másra is használni akarták a csarnokot, hiszen nekik ebből csak plusz pénz származott, ezért bemutatták a már jól ismert sportnak ezt az új fajtáját. A többi csarnok tulajdonosai is felismerték a lehetőséget és kaptak az alkalmon, és ők is bemutatták ezt a sportágat, ezzel rohamosan megindult a Box LaCrosse fejlődése! Elkezdődött a különböző klubok és egyesületek alakulása, de még sokáig csak a Nemzeti LaCrosse Liga tagjaiként működhettek egészen 1970-ig, amikor megalakult a Professzionális Box LaCrosse Liga, ami mindössze két szezont után összeomlott. Újjáalakulásukra 1986 március 13-áig kellett várni, ekkor már a Sas Box LaCrosse Liga nevet viselte, ami Russ Cline és Chis Fritz nevéhez köthető.

Ebbe a Ligába négy csapat tartozott kezdetben a Philadelphia Wings, a New Jersey Saints, a Washington Wave és a Baltimore Thunder.

4.3.1. Szabályok, felszerelések:

Többségében megegyezik a LaCrosse szabályaival, de itt kevesebb játékos



tartózkodik egyszerre a pályán. Míg az eredeti játékban 10-en addig itt mindössze 6 fő játszhat a kapussal együtt. A mezőnyjátékosokat „runner”-nek hívják. A cserepadon 16-24 fő foglalhat helyet. Felszerelésük is eltérő, itt nagyobb ütközések lehetnek, mivel a palánkra is lökheti ellenfelét a játékos. A sisak az

arcot is védi, valamint fogvédőt is használnak, a mellvért azonban sokkal többet

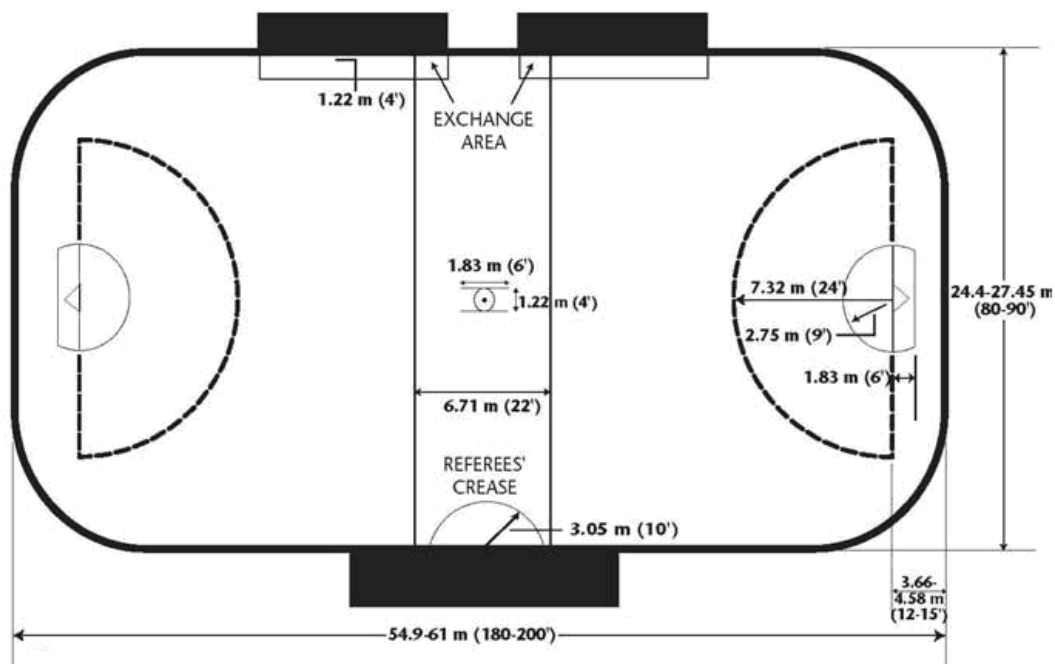
takar mint a sima LaCrosse-os felső. A hátukon is nagyobb felületet takar a protektoros védőfelszerelés. Kesztyűjük szintén protektoros, de nem tér el a szabványtól. A kapusok is jobban beöltöznek, mert a pálya kisebb mint a szabadban, így a támadók közelebb tudnak jutni a kapuhoz. Mint a képen is látszik, itt már a lábszárakat is védik! A sisak és torokvédő ugyan olyan, valamint ők is használnak fogvédőt, viszont a felsőjük sokkal nagyobb és több protektor van benne. Jobban védi az oldalukat és a hátukat is és egybe az egész karjukra is fedést biztosít. Kesztyűjük azonos a sima LaCrosse kapus kesztyűvel, tehát

oldalra kilóg egy része, ami segíti a védésben. A lábukon egy speciális eszköz van, ami a térdet, a lábszárát és a lábfejet is védi. Ilyet az Inter-Crosse kapusok használnak. Az ütőjük fejének mérete is megegyezik a szabadban üzött változatban használt kapus ütőével. Az összes játékos botja ugyan olyan hosszú, mind 40-46 hüvelyk, azaz 1 méter és 1,2 méter közti. Itt is vannak posztok, mint hátvéd, középpályás és támadó. A feladatuk azonos a LaCrosse játékosokéval, annyi különbséggel, hogy a középpályások nem mindig mennek előre, inkább védekezni segítenek, illetve támadásnál előre juttatni a labdát.



4.3.2. Játéktér:

A pálya tehát megegyezik a jégkorong pályával, így a méretek adottak voltak. 180-200 láb hosszú, vagyis 54,9-61 méter, és 80-90 láb széles, azaz 24,4-27,45 méter közti terület. A talaj sima beton vagy műanyag borítás is lehet. A kapu 4 láb magas és 4 láb széles (1,2×1,2 méteres), tehát kisebb, mint a szabadtéri változatban. A kapus területe, a kapu középpontjától 2,7-2,8 méter sugarú kör, ami hátul, az alapvonaltól 1,83 méterig tart, ahol az alapvonallal párhuzamos



vonal határolja. A pálya mellett az egyik oldalon található a cserepadok, ahonnan a csapatok a pálya közepén lévő 6,71 méteres területen cserélhetnek. Ez a sáv vonallal van jelölve egészen a túl oldalig, ahol a jegyzőkönyvvezetők, játék felügyelők, és a többi hivatalos személy foglal helyet, valamint ez a bírók területe is. Ebben a játékban kettő, illetve három játékvezető vezeti a mérkőzéseket. A jegyzőkönyvvezetői asztal mellett, két oldalt kapott helyet, mindkét csapat büntető területe, ahova a kiállított játékosok ülnek.

5. Felmérések az Inter-Crosse-ban

5.1. Kérdőív

Inter-Crosse ismertségének vizsgálata **nem Sporttudományi képzési területre járó hallgatók** **körében a NYME-SEK-en**

Varga Balázs, Testnevelő-edző szakos, III. évfolyamos hallgató vagyok a Nyugat Magyarországi Egyetem Savaria Egyetemi Központban.

Ezt a kérdőívet azért szeretném Önökkel/Veletek kitöltetni, mert a szakdolgozatomhoz nagy segítség lenne, ha tudnék pár dolgot arról, hogy mennyit tudnak/tudtok a szombathelyi Inter-Crosse-ról!

A kitöltés természetesen **név nélkül** történik!

Szívességüket előre is köszönöm!

Értelemszerűen a pontozott vonalakra lehet írni, ahol választani lehet, ott X-el jelöljük a választ, ami akár többféle is lehet!

1. Milyen szakos hallgató?
2. Hányad éves jelenleg?
3. Kora?
4. Neme: Férfi Nő
5. Hallott már valaha az Inter-Crosse-ról? Igen Nem
6. Ha igen, akkor kitől?
7. Ha hallott már erről a sportról, akkor mit tud róla elmondani?
.....
.....
.....
.....
8. Jelenleg sportol valamit? Igen Nem
9. Szeretné kipróbálni az Inter-Crosse-t? Igen Nem

5.2. Elemzés

Az Inter-Crosse ismertségének vizsgálata, nem Sporttudományi képzési területre járó hallgatók körében a NYME-SEK-en

A felmérésben részt vett 15 hallgató közül, 5 földrajz szakos, 3 angol, 2 német, 2 biológia, 2 történelem és egy magyar szakos diák segített. Túlnyomórészt harmad évesek töltötték ki a kérdőívet, de volt a válaszadók közt első, másod és negyedéves is. A legfiatalabb alanyom 19 éves, míg a legidősebb 25 esztendő volt. A tanulók közül mindössze két nő válaszolt, akik viszont mindketten ismerték már ezt a sportágat, rajtuk kívül még 6 férfi ismerte az Inter-Crosse-t, a többi 7 ember eddig még nem hallott róla. Kérdéseim közt szerepelt az is, hogy aki már hallott erről a játékról, akkor mégis kitől, honnan értesült róla? Itt a válaszok elég változók lettek, volt, aki játékos, vagy testnevelő-edző szakos hallgatótól ismeri már, azt is írták, hogy filmben figyeltek fel rá és mindössze csak egy ember látta a főiskolán kirakott hirdetését. Arra is vártam választ, hogy jelenleg ki sportol és mit, szerencsére a többség jelenleg is végez különféle testmozgást. Tíz ember felelt igennel, akik közül vannak röplabdások, táncosok, kosarasok, asztali teniszezők és fallabdázók is, de van, aki íjászkodik, amerikai focizik és olyan is, aki kondi terembe jár rendszeresen. Hogy mennyire sikerült felkelteni az érdeklődést, az utolsó kérdéssel próbáltam megvizsgálni, ami olyan egyszerű volt, hogy ki szeretné kipróbálni az Inter-Crosse-t. Öten válaszoltak igennel, akiknek ott helyben el is mondtam, hogy miként kerülhetnek kapcsolatba ezzel a sporttal. A kérdőívek szerint, vannak olyanok, akik azért nem akarták kipróbálni ezt a játékot, mert már jól bevált a jelenlegi sportáguk és nem akarnak újabbat, de előfordult olyan érdeklődő, aki második elfoglaltságként tesztelné magát az Inter-Crosse-ban is. Örültem neki, hogy olyan embernek is felkeltette az érdeklődését ez a labdajáték, aki jelenleg nem sportol semmit. Persze akadt olyan az alanyok közt olyan is, aki elzárkózott a lehetőség elől.

Összességében azt mondhatom, hogy az emberek hallottak már erről a különlegesnek számító sportágról, de a többség nem jutott el addig a pontig, hogy egy kicsit utána érdeklődjön és többet is megtudjon róla. Másrészt talán jobban kéne reklámozni a játékot, ami pénz hiányában elég nehéz.

5.3. Kérdőív

Inter-Crosse elterjedésének vizsgálata a szombathelyi környezetben

Varga Balázs, Testnevelő-edző szakos, III. évfolyamos hallgató vagyok a Nyugat Magyarországi Egyetem Savaria Egyetemi Központban.

Ezt a kérdőívet azért szeretném Önökkel/Veletek kitöltetni, mert a szakdolgozatomhoz nagy segítség lenne, ha tudnék pár dolgot a szombathelyi Inter-Crosse-osokról!

A kitöltés természetesen név nélkül történik!

Szívésségüket előre is köszönöm!

Értelemszerűen a pontozott vonalakra lehet írni, ahol választani lehet, ott X-el jelöljük a választ, ami akár többféle is lehet!

1. Iskolai státusza? Hallgató Középiskolás Egyéb

2. Kora?

3. Neme: Férfi Nő

4. Sportolt-e az Inter-Crosse előtt? Igen Nem

5. Ha igen, akkor mit?

.....

6. Kitől hallott először az Inter-Crosse-ról?

Család

Barátok

Iskola

Egyéb

Média

7. Mikor hallott róla először?

8. Mióta űzi ezt a sportágat?

- | | |
|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Fél éve | <input type="checkbox"/> 1 éve |
| <input type="checkbox"/> 2 éve | <input type="checkbox"/> 3 éve |
| <input type="checkbox"/> 4 éve | <input type="checkbox"/> 5 vagy több éve |

9. Miért kezdte el ezt a sportot?

- Mindig is érdekelték a különleges sportok
- A labdajátékok mindig is mentek nekem
- Valami újat akartam kipróbálni
- Izgalmas sportolási lehetőségnek tűnt
- Sportszakmai gyakorlat/Szakosított testnevelés miatt
- Baráti társaság miatt

10. Mit adott Önnek eddig ez a sport?

- Külföldi kapcsolatokat
- Kikapcsolódást
- Jó társaság, barátságos környezet
- Erőnlét, fittség megtartása

11. További tervei a sportággal?

- Hobbiszinten szeretném folytatni
- Minél magasabb szinten szeretném űzni
- Inter-Crosse edző szeretnék lenni
- Nincs vele tervem

12. Mit gondolsz a sportágról önmagában, a jövőjéről, lehetőségeiről?

.....

.....

.....

5.4. Elemzés

Inter-Crosse elterjedésének vizsgálata **a szombathelyi környezetben**

Ezt a kérdőívet a szombathelyi Inter-Crosse játékosokkal töltettem ki. A 15 megkérdezett közt többségében jelenlegi hallgató válaszolt, egy alany még középiskolás korú és ketten az egyéb kategóriába sorolták magukat, tehát ők már végeztek tanulmányaikkal. Ennek tükrében eltérő korúakat tudtam kérdezni. A legfiatalabb két 18 éves sportoló volt, míg a legidősebb csapattag 26 éves, a többiek köztük helyezkednek el, ebből is látszik, hogy ebben a sportban igazából nincs se korhatár se korcsoportokra bontás.

Kíváncsi voltam arra is, hogy ki sportolt valamit az Inter-Crosse előtt, erre a kérdésre mindössze két nemleges választ kaptam, akik mindketten férfiak, viszont a hölgyek közül mind az öten már sportoltak előtte is. Náluk fő érdeklődési körként az aerobik, úszás, kézilabda és a labdarúgás tűnt fel, de felsorolták még ezek mellett az atlétikát és a vívást is. Ebből látszik, hogy azért olyanok kezdtek el ezt a sportágat, akik előtte valamilyen labdajátékot játszottak.

A férfiaknál a nyolc ember, aki igennel válaszolt többen kosárlabdáztak, illetve fociztak, de volt aki úszott, tornázott, mountain bike-ozott vagy néptáncolt is előtte.

A hatodik kérdésben tértem rá felmérésem igazi témájára, a sportág elterjedésére. Számomra érdekes és meglepő eredmény jött ki, mivel a legtöbben azt jelölték be, hogy a barátaiktól hallottak az Inter-Crosse-ról, ezt számomra két dolgot jelent. Az egyik az, hogy ha olyantól hallottak róla aki már úzi ezt a sportot, akkor az jó mivel a játékos „reklámozza” a csapatot és próbál új tagokat szerezni. Ez nagyon jó dolog és az edzőnk is ezt kérte tőlünk már sokszor, csak kicsit szélesebb körbe kellene terjesztenünk, nemcsak a baráti társaságunkban.

A másik dolog, hogy ha ezt nem játékostól hallották, hanem valaki olyantól aki csak úgy hallott erről a sportról, akkor ez azt jelenti, hogy azért már tudnak róla, hogy létezik ilyen.

A következő, amit négyen bejelöltek azaz iskola volt, ahol a tanárok természetesen ismerik az Inter-Crosse-t, de ha nem ők mondták az embereknek, akkor a folyosókon kihelyezett hirdetőtáblákról is értesülhettek az edzések helyszínéről és időpontjáról is.

Végül, de nem utolsó sorban ketten írták be, azt hogy Szakály Ferencről hallottak erről a sportágról.

A hetedik és nyolcadik kérdéssel arra szerettem volna fényt deríteni, hogy ki mikor hallott erről a sportágról és ehhez képest mikor kezd el edzésre járni. Először ezt furcsállták azok az elsősök, akik épphogy Szombathelyre jöttek és hallottak az Inter-Crosse-ról már jöttek is edzésre, de végül jöttek olyan válaszok is, hogy például valaki már hallott róla 2004-ben és mégis csak fél éve kezdte el űzni, vagy van aki 2006-ban hallott róla és ő is csak fél éve jár hozzánk. Sikerült megkérdezni két olyan régi játékost, akik már dolgoznak ezért ritkán tudnak bejárni az edzésekre, ők igazán az elsők közé tartoznak, még 2003-ban kezdtek, az egyesület pedig 2002. október 3-án alakult.

A következő kérdés az egyének indíttatására irányult, hogy ki miért kezdte el ezt a sportágot. A férfiak többsége ezek szerint valami újat akart kipróbálni régi sportja helyett, vagy mellett, illetve a baráti társaság miatt is érdeke volt elkezdni. De nem mellékes fontosságú volt náluk a többi felkínált lehetőség is a kérdőívben, tehát a sportszakmai gyakorlat illetve szakosított testnevelés teljesítését és az aláírás megszerzéséhez szükséges részvételt is itt akarták letudni. Kicsit kisebb mértékben, de bejelölték azt is, hogy mindig is vonzották őket a különleges sportok, emellett a labdajátékokban jártasak és az Inter-Crosse egy izgalmas, új sportolási lehetőségnek tűnt számukra.

A nőknél máshogy alakultak a válaszok. Nekik a legfőbb okot az izgalmas sportolási lehetőség jelentette és csak ez után jött a sportszakmai gyakorlat, illetve szakosított testnevelés kötelezettsége és a baráti társaság fontossága. Az első három lehetőség mindössze csak egy-egy jelölést kapott, miszerint érdekeltek a különleges sportok iránt, vagy a labdajátékok iránti szeretetük illetve az újdonság varázsa hatott rájuk.

Ezekből a válaszokból tanulságképpen azt szűrtem ki, hogy a nők és a férfiak is szeretnek újítani ki-ki az unalom, vagy az izgalom miatt és ezt a férfiak

legszívesebben a barátaikkal teszik, a nők viszont figyelembe veszik kötelezettségeiket és azt mérlegelve döntenek.

A tizedik kérdésben azt szerettem volna tudni, hogy milyen pozitív dolgokat adott a kérdezettek számára ez a sportág. Az öt választási lehetőség közül az utolsó az egyéb kategória volt, ahova senki nem írt semmit, de a felkínált másik 4 lehetőségből nagyon sokan mindent bejelölték. Egy ember kivételével mindenkinek tetszik a társaság és a barátságos környezet amiben sportolhat. Tizenegy embernek kikapcsolódást nyújtanak az edzések. Sokaknak fontos, hogy segíti az erőnléte és fittsége megtartását az Inter-Crosse. Végül mindösszesen hatan írták azt, hogy jó külföldi kapcsolatokat tudtak kiépíteni utazásaink során, ennek talán az lehet az oka, hogy sokan még csak ebben a tanévben kezdtek el edzésekre járni, azóta viszont csak egy prágai illetve prívídzei úton vehettek volna részt, amire lehet, hogy a kérdezett pont nem ment el. Ezek az utazások remek lehetőséget nyújtanak a gyakorlásra, új technikák megismerésére és persze a külföldi kapcsolatok kialakítására.

Az utolsó előtti pontban az alanyok jövőbeli terveiről érdeklődtem, de itt sajnálatos módon elég lehangoló eredmények jöttek ki. A tizenöt válaszadó közül tizenegyen csak hobbiszinten szeretnék foglalkozni az Inter-Crosse-szal és két ember azt írta, hogy nincs is vele semmilyen terve. Két sportoló szeretné minél magasabb szinten üzni valamint közülük az egyik edző is szeretne lenni a későbbiekben, épp úgy mint én is.

A tizenkettedik és egyben utolsó kérdésben a játékosok kifejtették gondolataikat a sportágról magáról, jövőjéről illetve lehetőségeiről. Itt sokan arról írtak, hogy mennyire tetszik nekik ez a sport, mert dinamikus, relatív egyszerű és élvezhető játék, ugyanakkor látják azt is, ami már egy ideje gond a szombathelyi csapatnál, hogy kevés az utánpótlás, és ami ez előző kérdésben is kiderült, nem sokan akarnak a sportág népszerűsítésével foglalkozni. Azt is írja az egyik idősebb játékos, aki még az elsők közül való, hogy az anyagi lehetőségek végesek a szponzorok hiánya miatt, ezért ő még az egyesület megszűnését is el tudja képzelni, amit igen sajnálna, mivel közel áll hozzá ez a különleges sport.

A másik „régimotoros” derűsebben látja a dolgokat, ő elképzelhetőnek tartja, hogy pár városba még eljut ez a sport. Szerinte ez csak a játékosok sport iránti

szereteten és elhivatottságán múlik. Említettem, hogy ők ketten a munkájuk miatt nem tudnak bejárni az edzésekre, ez lehet az oka annak, hogy nem tudnak róla, hogy egész sok, tehetséges újonc érkezett hozzánk ebben az évben!

Mindenki egyhangú véleménye az volt, hogy jó lenne, ha több csapat is lenne Magyarországon. Ennek érdekében már régóta sokat tesz Szakály Ferenc edző és egyesületi elnök. Bábolnától elkezdve Veszprémen át egészen Kőszegig nagyon sok helyen került sor bemutatóra az évek során. Volt ahol ezek után vettek ütőket a helyi testnevelők, de többre sajnos nem jutottak a sportággal.

5.5. A LaCrosse és az Inter-Crosse összehasonlítása

5.5.1. Különbségek:

Annak ellenére, hogy az Inter-Crosse, a LaCrosse-ból fejlődött ki, mára elég eltérés mutatkozik a két játék között. Az első és legszembevetőbb, a játékosok felszerelése, ami egyből utalhat az adott sportág fajtájára. Míg a kiinduló játéknak a lényege a brutalitás, addig a belőle kifejlődött ágnak éppen az a lényege, hogy még csak ne is érjenek egymáshoz a felek. A következő eltérés a játékszerekben, az ütőkben mutatkozik. Az „ős” játéknak háló tartja a labdát és semmi nem akadályozza meg attól, hogy kiessen, az újabb változatának viszont műanyag fejű ütője van és egy külön biztosító rudacska rajta, ami kicsit segíti a játékost, hogy magánál tartsa a játékszert. Ezekon kívül még különbség van a játékterek méterében és a csapatok létszámában is. A pályaméret alakulása az Inter-Crosse-nál sokban függött attól, hogy teremsport lett belőle, a létszám csökkenés pedig ennek a következménye lett.

5.5.2. Hasonlóság:

Ezen játékok „ősén” kívül, mindkét esetben a szerek kialakítása a legfőbb hasonlóság. Ezen felül már csak a játék módjában található azonosság.

6. Összefoglalás, saját vélemény

A felmérések eredménye alapján, arra a következtetésre jutottam, hogy bár sokan nem ismerik ezeket a sportágakat, de amint hallottak róla, már kíváncsiak lettek és ha nem is kipróbálni, de látni szeretnének ilyen közvetítéseket. Manapság még a televízióban is ritkán lehet látni ilyen közvetítéseket. Szerintem sokan attól ijednek meg, hogy a felszerelés milyen drága lehet. Sokan úgy akarnak sportolni, hogy az minél kevesebb pénz kiadással járjon, például a futást, vagy az aerobikot választják. Amennyiben jobban belegondolnának, ezeknek a játékoknak a kipróbálása, először maximum egy kis időbe telik, amikor elmegy egy edzésre, mert véleményem szerint minden edző szívesen ad ütőt és labdát, hogy az érdeklődő megérezze, miről szól ez a sport. Innentől ha valakinek megtetszett, és komoly az elhatározása, üzni szeretné a LaCrosse-t vagy bármelyik fajtáját, már csak rajta múlik, hogy mit tesz érte. Még válogathat is, attól függően, hogy a keményebb Box LaCrosse-szal foglalkozzon, vagy a kíméletesebb Inter-Crosse-szal.

A hipotézisben felvetettekre válaszul, tényleg ezek a világ leggyorsabb, kétféle üzött sportjai! Ezt az egyedi szabályrendszer teszi lehetővé, amely többek között korlátlan és folyamatos játékos cserét engedélyez, valamint az a kényszer, mint például az Inter-Crosse-ban, hogy a labdát birtokló csak egy lépést tehet meg, és utána csak futva közlekedhet a pályán, de a játékszert mindössze öt másodpercig tarthatja magánál. A LaCrosse, illetve a Box LaCrosse esetében ez az időkorlát nincsen meg, ott egy nagyobb kényszerítő erő sarkalja a játékost a gyors mozgásokra és passzolásokra, ez pedig nem más, mint az ellenfél! Ha megáll, vagy csak ez kicsit is tétovázik az ember, már rögtön ott a védő, aki megszerezheti a labdát. A felszereléseknek viszont nincs szerepük a játék dinamizmusának alakulásában. Éppen ellenkezőleg, azok a játék jellege miatt alakultak ki jelenlegi formájukban. Amerikából indulva, nagy utat tett meg ez a sportág, míg Európába érkezett. Sokat alakítottak rajta, főleg a Kanadába érkező francia telepések, hiszen az indiánok, jóformán a harcok részeként használták, és csak a betelepülők formáltak belőle sportot. Véleményem szerint ezek a sportágak hamarosan nagyobb figyelmet kapnak hazánkban is, ahogy ez megfigyelhető volt Európa többi országában is.

7. Irodalomjegyzék

Mozgásvilága.hu, Szabadidős portál: Az Inter-Crosse szabályai [2008.11.12.]
http://www.mozgasvilag.hu/az_inter_crosse_szabalyai/?said=0&ikid=3&id=76290&rfd=5&sid=745959795

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: Inter-Crosse [2008.11.12.]
<http://en.wikipedia.org/wiki/Intercrosse>

Magyar Inter-Crosse Egyesület, Történeti áttekintés [2008.11.03]
<http://www.inter-crosse.hu/modules.php?name=Encyclopedia&op=content&tid=6>

Mozgásvilága.hu, Szabadidős portál: Hogyan oktassuk az Inter-Crosse-t? [2008.11.03.]
http://www.mozgasvilag.hu/info/hogyan_oktassuk_az_inter_crosse_t/?said=0&ikid=0&id=76291&rfd=5

Szabadban.hu, Inter-crosse, mint a leggyorsabbnak tartott csapatsport [2008.12.12.]
<http://www.szabadban.hu/cikk.php?aid=c4140ef0dcfa12b7c57871e&cat=102>

Szabadban.hu, LaCrosse [2008.12.12.]
<http://www.szabadban.hu/cikk.php?aid=cbd9b26bde6fb3a6afaf64b>

Szabadban.hu, Magyarországon a LaCrosse [2008.12.12.]
<http://www.szabadban.hu/cikk.php?aid=3ef47f725e099f358a1952f&cat=102>

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: Bokszt LaCrosse [2009.01.10.]
http://en.wikipedia.org/wiki/Box_lacrosse

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: Goalkeeper [2009.01.10.]
[http://en.wikipedia.org/wiki/Goalkeeper_\(field_lacrosse\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Goalkeeper_(field_lacrosse))

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: History of LaCrosse [2009.01.10.]
http://en.wikipedia.org/wiki/History_of_lacrosse

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: LaCrosse [2009.01.11.]
<http://en.wikipedia.org/wiki/Lacrosse>

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: LaCrosse ball [2009.01.11.]
http://en.wikipedia.org/wiki/Lacrosse_ball

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: LaCrosse stick [2009.01.11.]
http://en.wikipedia.org/wiki/Lacrosse_stick

Wikipédia, Az ingyenes enciklopédia: Women's LaCrosse [2009.01.11.]
http://en.wikipedia.org/wiki/Women%27s_lacrosse

Nemzetközi Inter-Crosse Szövetség, Szabálykönyv [2009.03.07.]
<http://inter-crosse.com/fic/index.php?id=14&dir=/rules&mountpoint=6>

Magyarországi LaCrosse Szövetség, LaCrosse [2009.03.14.]
<http://lacrosse.uw.hu/lacrosse.html>

Nemzetközi LaCrosse Szövetség, Szabálykönyv 2009 [2009.03.16.]
<http://lacrosse.uw.hu/docs/fil2009.pdf>

Nemzetközi LaCrosse Szövetség, Szabálykönyv 2010 [2009.03.16.]
<http://lacrosse.uw.hu/docs/ncaa0910.pdf>

PLÁGIUM - NYILATKOZAT

a szakdolgozat készítésére vonatkozó szabályok betartásáról

Alulírott(Neptunkód:) jelen nyilatkozat aláírásával kijelentem, hogy a

..... című

szakdolgozat

(a továbbiakban: dolgozat) önálló munkám, a dolgozat készítése során betartottam a szerzői jogról szóló 1999. évi LXXVI. tv. szabályait, valamint az egyetem által előírt, a dolgozat készítésére vonatkozó szabályokat, különösen a hivatkozások és idézések tekintetében.

Kijelentem továbbá, hogy a dolgozat készítése során az önálló munka kitétel tekintetében a konzulenszt illetve a feladatot kiadó oktatót nem tévesztettem meg.

Jelen nyilatkozat aláírásával tudomásul veszem, hogy amennyiben bizonyítható, hogy a dolgozatot nem magam készítettem, vagy a dolgozattal kapcsolatban szerzői jogsértés ténye merül fel, a Nyugat-Magyarországi Egyetem megtagadja a dolgozat befogadását és ellenem fegyelmi eljárást indíthat.

A dolgozat befogadásának megtagadása és a fegyelmi eljárás indítása nem érinti a szerzői jogsértés miatti egyéb (polgári jogi, szabálysértési jogi, büntetőjogi) jogkövetkezményeket.

hallgató

....., 200...