

冰上曲棍球運動的歷史

冰上曲棍球運動發源於北歐。在五百年前的法國和英國，曲棍球是一種相當受歡迎的夏季運動。當池塘和湖面在冬天凍結時，運動員很自然也就想到可以在冰面上進行冰上曲棍球運動。

北美洲的冰上曲棍球運動興起於加拿大。據說，於十九世紀的七十年代，最早是駐守在 Halifax, Nova Scotia 的英國士兵在當地凍結的池塘上組織了一些比賽。差不多同一時間，在蒙特利爾，來自 McGill 大學的學生也在冰場上面對面地開始了競逐。北美洲第一次的冰上曲棍球聯賽是於一八八五年，於 Kingston, Ontario 舉辦的，當時有四隊隊伍參與了比賽。



冰球是什麼做的？

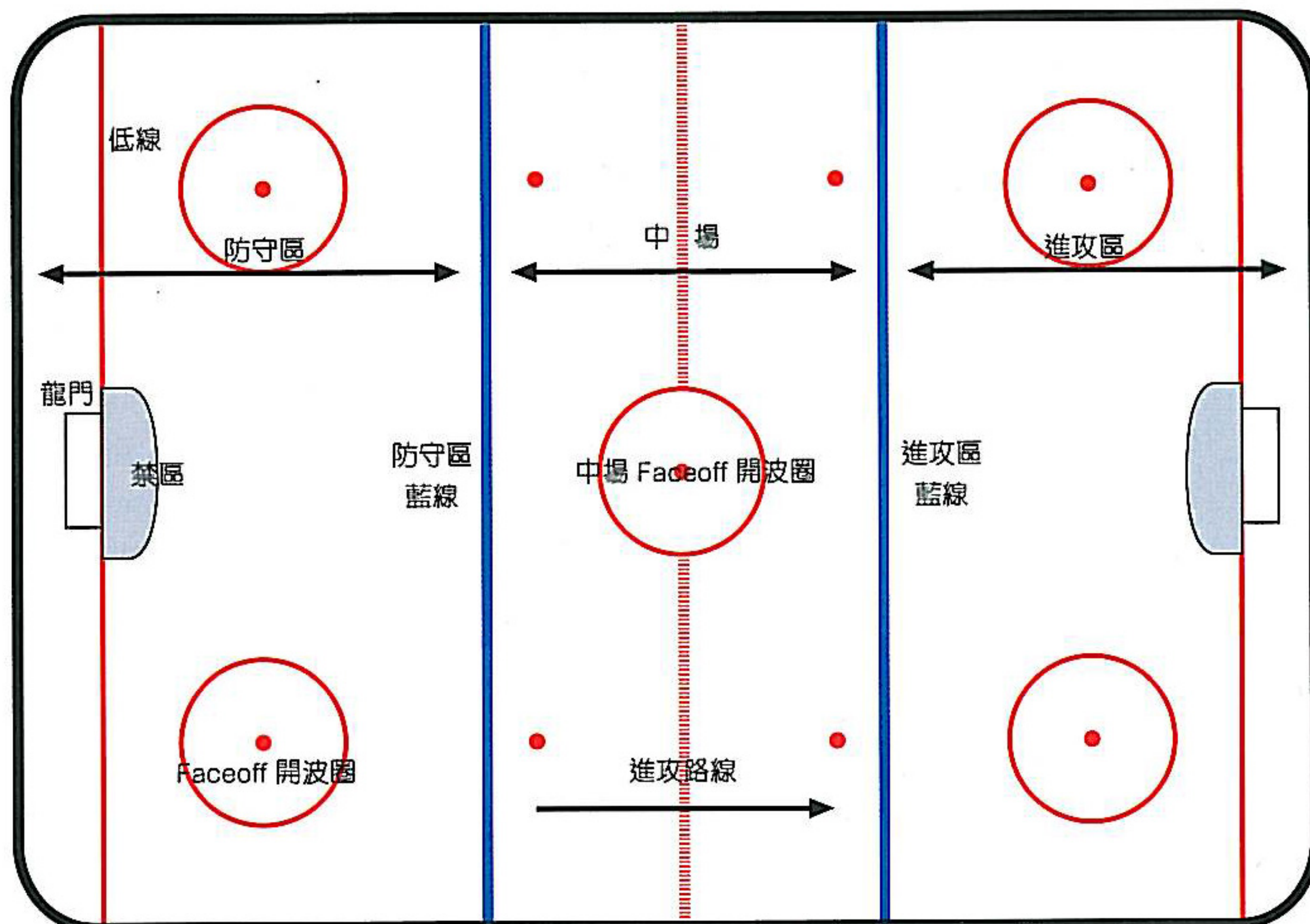
冰球是由硬質橡膠製成的，重約六安士，直徑大約三英寸。在比賽開始前，會把冰球先凍結以令其不會反彈。

冰面的厚度是多少？

冰面的厚度約為 3/4 英寸，溫度維持在華氏十六度左右。如果冰層越厚，其表面就越柔軟，會令速度減慢。

冰上曲棍球運動須知

冰上曲棍球以快及冰球(稱為puck)見稱。一些不熟悉這項運動的朋友，相信必定認為冰上曲棍球很難看懂。為了能令各位更投入看這次邀請賽，就讓我們介紹一下這項運動的定點意義和規則吧!



球場界線及定點意義:

禁區：

攻擊球員只可以在禁區內補射，而不可以停留在禁區內，否則會被判干擾守門員。

Face-off 開波圈：

每當有死球的時候，球證都會視乎情況而決定face-off 的位置。Face-off 是一個兩隊球員互相搶控球權的機會，形式就如在足球或籃球內的公證球一樣。一般都是每隊派一名前鋒去爭奪球證擲下的冰球。

藍線：

冰場的後、中及前場都是用兩條藍線規分。當攻擊的時候，球員必須小心墮入藍線的越位陷阱。

球賽規則

越位：

冰球必須要在任何球員進入攻擊區域藍線之前，首先進入藍線，否則就會被球證吹罰越位，球員一般會採用以下的策略：

- 1.) 由一位球員帶着冰球先越過藍線，其他的隊支則等帶球的球員越過藍線後才進入進攻區域接應及部署。
- 2.) 隊友在防守區域或中場，見到並無其他隊友逗留在進攻區域時，會將冰球射越藍線，再由自己或其他隊友進入進攻區域，把冰球搶回後再延續攻勢。
- 3.) 當攻勢在藍線內的進攻區域進行時，進攻球隊一般會部署兩名隊友在藍線附近，攔截防守球員的解圍及將冰球保持在進攻區域內。一旦防守一方能將冰球解圍至藍線以外，所有攻擊球員都會離開進攻區域，脫離越位陷阱，讓下輪的攻勢可以盡快進行。

假如球證吹罰越位，兩隊將在中場兩端 face-off 互搶控球權。

Power Play:

冰上曲棍球的一個特色，就是當球員被吹罰犯規就會被逐離球場一段的時間(Power Play)。造成‘人多打人少’的情況。而離場時間的長短則由犯規的嚴重性來決定，由兩分鐘至五分鐘不等。而在一個兩分鐘的 power play 裏面，進攻一方如成功入球，那被罰的球員就可以馬上再出場。但如果被罰五分鐘，那裏無論對方攻入多少球，也必須等時間屆滿才可再出場。

換人：

雖然每隊球隊只能派出五名球員(包括守門員)出場，但是在比賽過程中亦會不斷換人。二十多名隊員會以輪更方式上陣，而亦因為此，球員的配搭亦可以因應戰術的運用而改變。一般而言，每隊球隊的二十多名球員會分成前鋒及後衛，而前鋒及後衛會因各球員的專長，再配搭成由兩個隊友組成的進攻或防守小組，每更一共四個球員，連同守門員在冰場上作賽。