Svenska Ishockeyförbundet
Elitkurs

Förbättra kommunikationen mellan målvakt och backar

Torbjörn Johansson

Handledare
Ulf Engman
2011-05-17

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Inledning Sid.3

2. Bakgrund Sid. 4

3. Syfte Sid. 5

3.1 Frågeställningar Sid. 5

4. Metod Sid. 5

4.1 Urval

5. Resultat Sid. 6

6. Diskussion Sid. 9

7. Referenser Sid. 11

1. Inledning

Kommunikation är grunden för ett lyckat projekt och skillnaden mellan en vunnen och förlorad match. Dålig eller ingen kommunikation ger medlemmar som tar egna initiativ och agerar på egen hand istället för att samarbeta. I en lagsport så som ishockey är det jätteviktigt att kommunicera rätt, bland och med alla lagkamrater. Genom ett väl fungerande samarbete vinner laget matcher. Dålig kommunikation mellan målvakt och utspelare i ett hockeylag kan resultera i ett insläppt mål. En målvakt har en utsatt position och står ofta i centrum, antigen som hjälte eller syndabock. Men en utespelare kan göra misstag nästan hur många gånger som helst, utan att det resulterar i mål och varken blir svartmålad eller uthängd i media. Dock fokuseras det mest på målvakter och backar i defensivt arbete.

Denna rapport kommer att handla om backar och målvakter för att få dem att kommunicera och delta mer i det offensiva spelet under ishockeymatcher. Detta för att göra spelet snabbare i och med att målvakten kan leverera bättre första passningar i anfallen, samt om de ska stoppa puckar ute på banan eller inte. Genom att förbättra kommunikationen kommer både målvakter och backar att känna sig säkrare på vad som kommer ske under matchens gång. Något som på sikt kan ge övertag och en känsla av att vara en extra spelare på banan.

Det finns redan regler för hur målvakter ska agera och hur situationer ska lösas, men de är olika för alla lag. Dock pratas det inte mycket om det här idag, därför tror att det är viktigt att det redan från tidig ålder (Guldåldern) ge målvakterna utbildning i spelet runt mål för att kunna utveckla det ännu mera. Det kanske räcker att i enkla steg träna upp den förmågan genom att exempelvis 1 Kunna kommunicera, 2 Våga lämna målet för att stoppa pucken.
3 Spela pucken vidare. 4 Spela pucken med adress.

Jag vill inte tro att det är målvaktens kunnande som sätter begränsningarna utan helheten och hur mycket man jobbar med det för att lösa problemet.

2. Bakgrund

Jag upplever det som att många målvakter och backar idag känner sig osäkra under vissa matchsituationer, exempelvis när en puck är i rundeln och de inte vet om målvakten kommer stoppa pucken eller inte. Räknar backarna med det och målvakten inte är med på samma princip, kan det lätt bli missförstånd som ger motståndarna fördelar och vise versa.
Det jag undrar är om tränare idag tänker på hur detta ser ut eller om de inte bryr sig om detta. Kan det vara så att tränarna tycker att det är upp till målvakten själv att lösa situationerna, utan vägledning ifrån dem? Behövs det ännu tydligare direktiv? Eller behöver vi lägga mer fokus på träningar när målvakten ska gå ut och vara delaktig i spelet runt mål och när han ska stå kvar? Det är viktigt med kommunikationen mellan målvakten och backarna under matchens gång för bästa effekt.

Själv har jag under mina år som hockeyspelare spelat med flera olika målvakter och märkt en stor skillnad på delaktighet ifrån målvakterna. Främst är det skillnad i coachningen, är det en målvakt som gillar att vara delaktig i spelet då låter de honom vara det. Är det däremot en målvakt som inte är så säker på spelet med klubba då väljer de att låta honom stå kvar och spela på sitt sätt. Nästan aldrig väljer de att låta den tillbakahållande målvakten utvecklas och träna på att bli mera delaktig i spelet, trots att det är önskvärt. Detta eftersom det under hans upplärningsperiod troligtvis kommer några tappar som kan resulterar i baklängesmål. Tränarna har valt det trygga framför det osäkra.

Inom ishockeyn har utvecklingen gått snabbt framåt, både vad det gäller utrustning, teknik och spelsätt. Dock har målvakterna börjat fokusera mer på sig själva hur de ska bete sig när motståndarna har pucken och hur de ska agera vid skottögonblicken istället för att vara en lagspelare. Detta kan ha gjort att deras utveckling i spelet runt kassen med puck inte har utvecklats i samma takt som allt annat.

Jag tror att om vi kan få tränare och ledare att bli medvetna om problemet med kommunikationen och delaktighet mellan målvakter och utespelare, så kan vi inom en snar framtid få en helt annan typ av ishockey. En ishockey som består av säkrare puckhantering och ett snabbare spel utan allt för många kommunikationsmissar. Dock måste alla jobba hårt för detta och framförallt måste träningen ske redan i ungdomsleden. För ibland gäller den

gamla devisen att det är svårt att lära gamla hundar sitta. Den här forskningen kommer visa att det finns ett behov och en vilja att utvecklas inom svensk hockey.

3. Syfte

Förbättra kommunikationen mellan målvakt och backar vid offensivt spel inom ishockey.

3.1 Frågeställningar

1. Hur delaktig är målvakten vid offensivt spel inom ishockeyn?
2. Hur mycket tränas det på att få dem mer delaktiga?
3. Kan förbättrad kommunikation leda till färre missförstånd och snabbare anfall? Hur bör man gå tillväga?

4. Metod

Intervju - Eftersom detta är ett relativt obeforskat område så anser jag att intervjuer är den bästa metoden för mitt arbete. Genom intervjuer finns möjligheten att få fram djupare och mer sannenliga svar samt lättare ställa följdfrågor och se intervjuobjektets prioriteringar (Denscombe. M (2009) Forskningshanboken).

Jag har valt att göra 5 intervjuer, som vardera tagit mellan 30 min – 45 min.

Dokument – Jag kommer även att använda mig av Svenska ishockeyförbundets utbildningspärm. Samt egna observationer av ett elitlags praktiska träningar.

4.1 Urval

Jag har valt ut mina intressenter efter deras erfarenhet inom ishockeyn. Samtliga är män som alla själva har varit aktiva som spelare under flera år på hög nivå i Sverige och/eller i NHL.

Tränare – Han har mångårig erfarenhet inom svensk ishockey och har spelat på hög nivå och då som back. Är nu tränare i en utav Sverige högsta ligor. Beskrivs i rapporten som T.
Målvaktstränare – Är idag målvaktstränare i Sveriges näst högsta liga, har mångårig erfarenhet som spelare (då som målvakt) och tränare. Beskrivs i rapporten som MT.
Målvakt – Har spelat på högsta nivå i Sverige under 10 års tid. Beskrivs i rapporten som M.
Back 1 – Har spelat på högsta nivå i Sverige i 10 år. Beskrivs i rapporten som B1.
Back 2 – Högsta nivå i Sverige samt utomlands, spelat i 15 år. Beskrivs i rapporten som B2.

Observation – Har skett 4 gånger under en två veckors period av ett elitlag på seniornivå, ca 1 – 1,5 timme vid varje tillfälle.

5. Resultat

Hur delaktig är målvakten vid offensivt spel inom ishockeyn?

T – Beror helt på vem det är som står. Det är stor skillnad på våra unga målvakter och på den som är mer erfaren. Det kanske beror på åldern/rutin eller intresset från målvakten själv, jag vet inte säkert.

***TJ** – Hur är det uttalat inom laget att målvakten ska agera?*
T – Vi har tydliga ramar och regler för hur både målvakt och backar ska agera i olika situationer. Men sen så styrs det av hur individen löser situationen, spelet går snabbt och det räcker med att det blir en felstuds, så blir det en ny situation som ska lösas.

B1- Har spelat bakom många olika målvakter och det är efter målvakten man får anpassa sig. Har man en målvakt som är bra på att sätta pucken i spel så är det ett bra hjälpmedel, det kan vara skillnaden att komma ut ur egen zon snabbt och enkelt, istället för att hamna under press.

MT- Det är väldigt individuellt, men är viktigt att dom känner sig trygga i det dom gör. Det är svårt att få en målvakt delaktig i spelet om han inte känner sig trygg i spelet med puck.

MV- Det är väldigt individuellt, där ett misstag gör att man är väldigt sårbar, det handlar om ett samarbete där man får värdera situationerna noggrant.

Hur mycket tränas det på att få målvakterna mer delaktiga?

T- Alldeles för lite. Men det är något vi arbetar med för att kunna bli betydligt bättre på.

B1-Det är inte så mycket man tränar specifikt på, utan kan bli i vissa spelövningar.

B2- Försöker träna som man ska spela. Väldigt sällan man har särskilda övningar enbart för det syftet, utan det blir när man har spelövningar.

MV- För lite.

MT- Inte speciellt mycket, träningen fokuseras mest på att ”rädda puck” .

Kan förbättrad kommunikation leda till färre missförstånd och snabbare anfall? Hur bör man gå tillväga?

T- Ja självklart. Träna mera på det, att sätta pucken i spel oftare, även under vanliga övningar.

B1-Ja. Att under träning träna mera på att lösa situationer tillsammans med målvakten.

B2-Ja! Att träna på att läsa av varandra bättre bl.a. genom genomtänkta övningar och nära och olika spelsituationer mellan backar och målvakt.

MV-Ja. Under träning få jobba med matchliknande situationer.

MT- Ja absolut. Att få tid till att jobba ihop sig med backarna i matchliknande situationer. Samt att jobba ännu mera med målvakternas klubbteknik, skott och passningar.

Observationer

Efter att ha observerat 4 slumpmässiga träningar av ett elitlag så kan jag konstatera att de varken tränades praktiskt eller diskuterades om situationer i offensivt syfte runt eget mål.

6. Diskussion

Under arbetets gång samt av mina egna erfarenheter som både spelare och tränare så vill jag inte tro att målvakternas spelförståelse begränsar ett effektivt spel runt egen kasse.
Kan vi istället förbättra kommunikationen och lösa de situationer som uppstår samt lägga stor vikt under träningarna för att utveckla samarbetet och lära sig läsa situationerna som uppstår.

Tror det finns en ganska enkel anledning till varför transatlantiska målvakter är betydligt bättre på att lösa situationerna som uppstår runt kassen. Under den tid jag har jobbat med detta projekt så har det ganska tydligt visat sig att det är ett ämne som vi verkligen vill förbättra. Detta tror jag sker mycket enkelt bara genom att börja med att få målvakterna mera delaktiga i dom olika faserna under träning för att få tillfälle att bygga upp självförtroende men även en vana i dom situationer som uppstår tillsammans med backarna.

Förbered din kommunikation

Kom överens om begrepp
En bra början, även i unga år, är att tillsammans med övriga laget och lagledningen diskutera fram olika gemensamma termer som ni som lag väljer att använda under match (och träning). Vad menar ni egentligen med begrepp som spela, rensa, frys, blockera, akta rygg etc. Vad säger du som målvakt när du vill att dina medspelare ska rensa bort pucken eller när du vill ta den själv? Är det självklart för alla?

Öva er gemensamma kommunikation
Att öva situationer som kräver extra kommunikation tillsammans med andra lagdelar, speciellt backarna är nyttigt. Då lär man känna varandra och ökar chanserna att lyckas med liknande situationer under match. Exempel på situationer som kan vara värt att öva extra på är nerlägg under stress situationer .

Under match/träning

Kommunicera tidigt!
Ju tidigare du kan föra fram vad du vill säga, ju och lättare är det också för dina medspelare

att reagera och hinna fatta ett beslut därefter.

Ex: Vid en nedläggssituation är det extra viktig att vara tidig när man vill tala om att man som målvakt tänker försöka stoppa pucken. Medspelarna kan då i stället koncentrera sig på att göra sig spelbara.

Kommunicera tydligt!

Självklart måste medspelarna förstå vad du menar. Använd gärna kroppsspråket som ett komplement till dina muntliga budskap. Visa också gärna med intensiteten och tonläget i rösten hur bråttom det är. Märker du att de inte lyssnar, ta reda på varför. Kanske är du för otydlig.

7. Referenser

Litteratur

Denscombe M (2009) *Forskningshanboken*. Studentlitteratur AB: Lund.

Intervjuer

Tränare T – 2011-04-20, ca 45 minuter, restaurang i en ishall, i en mellanstor stad i mitten av Sverige.

Back 1 – 2011-04-20, ca 45 minuter . restaurang i en ishall, i en mellanstor stad i mitten av Sverige.

Back 2 – 2011-05-05 ca 25 minuter , Kafé i en mellanstor stad i Sverige.

Mv - 2011-05-10 ca 25 minuter över telefon.

Mvt – 2011-05-09 ca 40 minuter, i ett ledarrum i en ishall, i en mellanstor stad i mitten av Sverige.

Svenska ishockeyförbundets Målvaktspärm.