

Av: Göran B Lundberg
Ishockeygymnasiet i Västerås

Rapport från en studieresa till Prag mars 2003.

Jag följde under några dagar pojk- och juniorverksamheten i elitklubben Slavia Prag. Till min hjälp hade jag Petr Novak som tränare ett av juniorlagen samt har en övergripande roll i juniorverksamheten och givetvis också god inblick i pojkverksamheten. Dessutom hade jag som guide Jan Janda. Jan har under många år arbetat som guide åt svenska och norska lag och är mycket väl insatt i den tjeckiska ishockeyn. Jag träffade också Petr Misek som arbetar på förbundet och bl.a. är ansvarig för samtliga juniorlandslag.

Skolverksamheten

Tjeckiska spelare är mycket välutbildade tidigt. Redan från årskurs 1 finns ishockey med på schemat två gånger i veckan. Från åk. 4 finns det med tre ggr per vecka med 1 – 2 heltidsanställda, licensierad tränare som dessutom är tränare på kvällstid! I åk. 7 ökar dosen på skoltid till fyra pass i veckan. Det här upplägget finns på 52 platser i landet och omfattar 6000! spelare. Licensierade tränare på ett så stort antal spelare i viktiga inlärningsåldrar! Givetvis är det en fantastisk grund att gå vidare på och självklart skapar det framgång på sikt. Det här är ju något som vi i Sverige inte är i närheten av! Och att spelarna är välutbildade var också påtagligt när jag tittade på träningarna på t.ex. 10 åringarna. Mycket välutvecklade grunder redan här.

Däremot saknas det ishockeygymnasier på det sätt som vi bedriver. Tjeckerna har löst det genom att ha morgonträningar före skolstart samt efter – middagsträningar från 16.00. Deras träningsdos är väldigt lika vår. 5 – 6 ispass i veckan, 2 – 3 fyspass samt 2 – 3 matcher. Med andra ord något fler matcher än vi spelar.

Vid sju års ålder har man 80 spelare, vid 10 år är det 45, vid 12 år är det 30 och vid 13 år så är det nere i 22 spelare. Dessutom värvar de större klubbarna några spelare i 15-16 årsåldern.

Tjeckerna är också mycket noga med att följa ”programmet” som de kallar det. Därför finns det i klubbarna en tränare som är huvudansvarig för de fyra äldsta lagen och den personen genomför möten veckovis för att stämma av.

Träningsupplägg is – fys – spel (”programmet”)

Fysiskt handlar det mycket om att jobba med koordination, gymnastik i åldrarna 7 – 13 år. Den hårdare träningen startar från 14 år och då finns också den tekniska inbanningen av styrketräningen med. Styrketräningen med belastningar

startar från junioråldern. Angående återhämtningdelen så har lagen minst en gemensam stretching i veckan.

Vad isträningarna beträffar så ligger tonvikten på skridskoåkning i åldrarna 7-10 år. Från 10 år arbetar man mera med klubban och här kommer också grunder i taktiken in. Det jag dock kunde se var att passning – mottagning var mycket väl inlärt på 10 – åringar. Åldrarna 12 – 16 handlar mycket om att i träningen kombinera de olika färdigheterna. Vid 15 år kom den taktiska träningen in mera, men fortfarande grunder, väldigt lite träning av t.ex. powerplay. Det som var tydligt i alla träningar, oavsett ålder, var att det mycket ofta kom två spelare som på olika sätt bågade och där spelaren i mitten fick passningen och sedan släppte den vidare ut på kanten. Alltid mycket bra timat.

Det som också var mycket tydligt under tvåmålsspelet var de grunder som fanns i spelet från cirka 13 år och uppåt. I uppspelsfasen hjälpa till i fickan alternativt på den lediga ytan i mitten i egen zon. De ända platsskiften som förekom var när ytterforward längst ifrån pucken och centerforward bytte plats. Enkelt men mycket grundläggande och effektivt. Det som också var tydligt var att spelarna alltid! släppte pucken om det fanns en spelare som var bättre placerad! Här har vi mycket att lära!

Mycket fungerade således väldigt bra i utbildningen. På min fråga om det fanns något som de inte var så nöjda med så svarade de att inläringen av skridskoteknikens grunder inte var så bra. De syntes också på träningarna. Det var överlag väldigt bred skridskoåkning med mycket snabba skär och inte så mycket powerskaating.

Sammanfattningsvis kan man säga att de följer ”programmet”. De vet vad de gör och de har också självförtroende att jobba vidare med det som fungerar och även har gett framgångar för seniorlandslag och juniorlandslag.

Det finns en klart offensiv grundide i seriespelet på juniorsidan. Anledningen är att ishockeyn bygger på att göra mål och då måste vi också träna på det, det var tjeckernas mycket tydliga ståndpunkt.

Avlutning

Debatten i Sverige har ju varit ganska hård de senaste åren vad beträffar standarden på våra juniorer och varför vi inte har framgångar som tidigare och det finns många ”tyckare” både bland hockeyexperter och lekmän. För mig har bilden klarnat betydligt efter de här dagarna i Prag.

En viktig förklaring är utan tvekan att tjeckiska (även ryska) spelare har en helt annan teknisk grundutbildning fysiskt, tekniskt och taktiskt när de kommer in i juniorlaget!! Dessutom så finns det väldigt få spelare från andra länder i den tjeckiska seniorligan. Man tillåter inte mer än tre spelare och av dem är en del slovakier med samma värderingar och kulturella bakgrund. Utrymmet att ge juniorer chansen att utvecklas är således betydligt större här.

Jag tycker att istället för att prata illa om standarden på svenska juniorer så ska

vi berömma juniortränare som gör ett fantastiskt jobb med att utveckla bra spelare med de förutsättningar som finns.

Vill vi komma tillbaka till de framgångar som vi hade tidigare så måste vi utbilda våra spelare professionellt vid tidigare år. Dessutom måste hockeyligan/hockeyförbundet/elitklubbarna inse de vansinniga för utvecklingen av svensk ishockey inför framtiden (vi måste väl planera för det också?) att det finns så många utlänningar i merparten av våra elitlag.

