



Svenska ishockeyförbundet
Elittränarkurs
2010



Powerplaymål i Elitserien

Stefan Hedlund



1 Inledning	2
2 Bakgrund	3
2:1:1 Definition spel fem mot fyra	3
2:1:2 Avgränsning	3
2:1:3 Viktiga egenskaper krävs för ett bra spel fem mot fyra	3
2:1:4 Viktiga offensiva färdigheter.....	3
2:1:5 Viktiga individuella egenskaper	4
2:1:6 Skymmare och returtagare.....	4
2:2 Allmänna strategier för att göra mål i spel fem mot fyra	4
2:2:1 Tekningar i anfallszon	5
2:2:2 Att skapa kontroll på pucken i anfallszon	5
2:2:3 Spel fem mot fyra varianter.....	6
2:2:4 Definition höga och låga avslut.....	6
2:3 Kategorisering av mål i spel fem mot fyra	7
2:3:1 Låga avslut	7
2:3:2 Olika höga avslut.....	7
2:3:3 Högt skott med skymmare.....	8
2:3:4 Lågt skott med skymmare	8
2:3:5 Högt skott retur.....	9
2:3:6 Lågt skott retur	9
2:3:7 Flygande anfall	10
3 Syfte och problemställning.....	11
4 Metod.....	12
5 Resultat.....	13
5:1:1 Resultat.....	13
5:1:3 Fördelning Höga och låga avslut.....	14
6 Diskussion	15
6:1:1 Låga avslut	15
6:1:2 Olika höga avslut.....	15
6:1:3 Högt skott med skymmare.....	15
6:1:4 Lågt skott med skymmare	15
6:1:5 Högt skott retur.....	16
6:1:6 Lågt skott retur	16
6:1:7 Flygande anfall	16
6:1: Sammanfattning diskussion.....	16
7 Framtida studier.....	18
8 Referenser.....	19



1 Inledning

Dagens elitserie i ishockey är väldigt jämn och det är ofta små marginaler som avgör matcherna. En viktig detalj i ishockey är spelet i numerärt överläge som många gånger är den avgörande faktorn när två jämna lag möter varandra.

Vad är skillnaden mellan ett lag som har ett bra spel i numerärt överläge och ett lag som inte har ett bra och effektivt spel i numerärt överläge? Kanske är skillnaden så enkel som att det laget som har ett bra och effektivt spel i numerärt överläge har individuellt skickligare spelare. Frågan är om det är spelarnas individuella färdigheter eller kanske femmans totala färdigheter som blir den avgörande faktorn.

Denna studie ställer sig frågan vilka avslut som är effektivast, skott högt eller lågt? Studien kommer att undersöka vilka egenskaper som är avgörande för att skapa ett bra spel i numerärt överläge. Studien är gjord på 100 mål i spel fem mot fyra i elitserien som är slumpvis utvalda och noggrant studerade och analyserade. Studien hoppas kunna ge tips och idéer hur ett effektivt spel fem mot fyra kan vara uppbyggt.

Jag tycker att det är fruktansvärt intressant att som tränare försöka träna så matchlikt som möjligt. För mig kändes det ytterst intressant att studera hur målen i spel fem mot fyra egentligen kommer till. Många lag tränar många snygga passningar och inövande åkmönster men är det verkligen så målen kommer till i spel fem mot fyra. Om så är fallet ska vi självklart fortsätta träna på detta sätt men om det är på direktskott från back som målen kommer till är det kanske just så vi ska träna.



2 Bakgrund

2:1:1 Definition spel fem mot fyra

Tommy Boustedt arbetar som utvecklingschef på Svenska ishockeyförbundet har i sitt kompendium *Spel fem mot fyra (2001)* definierat spel fem mot fyra som *spel fem mot fyra innebär spel i numerärt överläge och kanske i form av spel 5-4, 5-3, 4-3, 6-4, 6-3 och 6-5. spel fem mot fyra spelas på normalt sett på angiven tid och oftast 2 minuter. Laget som spelar fem får en större fri isyta att spela på när försvarande lag bara är fyra spelare på planen.*

2:1:2 Avgränsning

Jag har valt att bara studera spel fem mot fyra. Detta för att öka antalet studerade matcher för att öka validiteten i studien. Jag är medveten om att spel sex mot fem eller fyra mot tre ingår i definitionen spel i numerärt överläge men väljer att inte studera detta.

2:1:3 Viktiga egenskaper krävs för ett bra spel fem mot fyra

Enligt Boustedt så finns det några viktiga egenskaper som är viktiga för att få ett effektivt spel fem mot fyra. Ett effektivt spel fem mot fyra kräver bra passnings och mottagningsteknik, spelarna måste behärska direktpassningar under stress. I avslutningslägen är direktskott det bästa alternativet när tiden med pucken enligt Boustedt kan vara väldigt kort i dagens hockey. Att kunna styra skott som är såväl höga som låga ger ett offensivt vapen som är effektivt i spel fem mot fyra. Spelare som befinner sig i position för att kunna styra puckar måste ha stort mod och offervilja för att våga befinna sig framför mål där puckarna ska styras. Efter skott är återtagande av puck vid sarg och runt mål viktigt för att kunna etablera spel i spel fem mot fyra åter igen

Tommy Sandlin skriver i sin bok *Min ishockeyfilosofi (1986)* om vilka egenskaper han ser som viktiga för ett bra spel fem mot fyra. Sandlin nämner att spelarna bör vara snabba i tanke och handling och ha stort självförtroende för att lyckas i spel fem mot fyra. Att kunna läsa spelet samt att hitta fria isytor är enligt Sandlin mycket viktigt. Spelarna bör undvika markering och vara bra på att ta initiativ på isen för att skapa avslutslägen.

2:1:4 Viktiga offensiva färdigheter

- Tekningsteknik
- Täckta längs sargerna
- Positionsspel
- Direktskott
- Samarbete
- Returtagning
- Närkampsspel

Kinding (2006)



2:1:5 Viktiga individuella egenskaper

Ett bra spel fem mot fyra hänger ofta ihop med spelarnas individuella färdigheter. Kinding har utformat en schablon över vilka egenskaper och uppgifter som bör finnas i ett spel fem mot fyra. Rollerna och uppgifterna är skrivna utifrån att det anfallande laget kommit in och etablerat sig i anfallszon.

ROLLENS NAMN	ARBETSOMRÅDE	FÄRDIGHETSKRAV	UPPGIFTER
Anförare	Blå linjen	Tål hög stressnivå, bra passnings- och skott färdigheter	Kontrollera spelet längs blå linjen, skjuta på mål och spela fram skyttarna
Spelfördelare	Långsidan	Tål hög stressnivå, enastående puckkontroll och passnings färdigheter	Kontrollera pucken och spela fram skyttarna
Skytt	Skottsektorn	Bra direktskott	Skjuta mål
Oroshärd	Framför mål	Tälig, stabil, bra returtagnings- och styrningsfärdigheter	Skymma målvaktens synfält, styra skott och ta retur
Returtagare	Runt mål	Bra returtagnings- och närkampsfärdigheter	Vinna kontroll över fritt liggande puckar och göra mål på retur

Tabell inställning av roller individuella färdigheter och uppgifter (Kinding)

2:1:6 Skymmare och returtagare

Per Mårds som är förbundskapten för juniorkronorna och tillträdande förbundskapten berättar under Elittränarutbildningen 2010 om olika roller i spel fem mot fyra. Mårds beskriver vikten av skymmare framför målvakten och returtagare som jobbar med återtagande av puck samt försöker göra mål på retur. Mårds anser att skymmare och returtagare är så pass viktigt att han har lagt in dessa roller i såväl den vardagliga träningen som isuppvärmningen före match.

2:2 Allmänna strategier för att göra mål i spel fem mot fyra

Boustedt (2001) skriver om olika strategier att göra mål i spel fem mot fyra. Att skapa två mot ett läge i alla olika faser i spelet fem mot fyra som uppspel, inspel, avslut. Att försöka dra isär boxen för att öka ytor för anfallande lag underlättar spel i spel fem mot fyra. Att i spel fem mot fyra skapa rörelse mot öppna ytor beskriver Boustedt som effektiv strategi. För att skapa tid till medspelarna i spel fem mot fyra är screening¹ (Fotnot) ett bra sätt att skapa tid till medspelarna. Puckföraren måste enligt Boustedt vara ett hot för motståndaren, att puckföraren inte står still med pucken är en bra offensiv strategi. Spelare utan puck måste försöka vara spelbara och hjälpa puckföraren genom att avlasta, screena och göra sig spelbara.

¹ Screening är att hindra spelare som inte är puckföraren



Pucktempot är viktigt för att skapa ytor och öppningar för medspelare. Att undvika att pucken står stilla gör det svårare för boxen att orientera sig. Att som anfallande lag i spel fem mot fyra försöka utmana sin försvarare för att i första hand kunna skjuta för att göra mål och i andra hand dra på sig en försvarare för att skapa yta för medspelarna. Som anfallare utan puck är det viktigt att hjälpa puckföraren genom att avlasta screena och röra sig på fri isyta. Det underlättar för puckföraren och försvårar för försvarande. Att som anfallare inte tveka att skjuta är bra för att ett skott kan skapa flera möjligheter på returer. Dagens målvakter släpper in ytterst få skott utifrån med fri sikt vilket medför att anfallande lag måste försöka ha en spelare i ansiktet på målvakten. Detta medför att målvakten måste flytta huvudet för att se pucken och kan lätt hamna fel i sin position i målet.

2:2:1 Tekningar i anfallszon

Efter regeländring som genomfördes inför elitserie säsongen 2009-2010 blir det automatiskt tekning i anfallszon vid utvisning. Detta medför att offensiva tekningsuppställningar är ytterst viktigt. Sandlin skriver *”Tekningar i anfallszon vid 5 mot 4, en uppenbar målchans,,,,,, Måste ha givna system för detta” (s.60)* Som försvarande lag gäller det först och främst att förhindra motståndarlaget att vinna tekningen direkt. En kort fördröjning räcker ofta för att försvarande laget skall hinna markera sina motståndare. Lyckas detta är målet för boxplay enheten att vinna kontroll på pucken och spela den ut ur zon. Anfallande lag som spela spel fem mot fyra får i första skedet förlita sig på individens individuella färdighet i själva tekningsmomentet och vidare ha klara strategier för hur spelarna agerar utifrån om tekaren vinner eller förlorar tekningen. En förlorad tekning med en bra strategi kan leda till eget puckinnehav (Kinding). Att medvetet förlora tekningen för att senare överbemanna boxplayspelarna kan vara ett effektivt sätt att vinna pucken från tekningar i anfallszon (Sandlin)

2:2:2 Att skapa kontroll på pucken i anfallszon

Som anfallande lag i numerärt överläge gäller det att skapa kontroll på pucken i anfallszon just i inspelsfasen när anfallande lag kommer in i anfallszon. Kinding kallar denna fas för den tredje duellen. Det försvarande laget har möjlighet att sätta press på anfallande lag innan det anfallande laget fått möjlighet att etablera sina anfallspositioner. En misslyckad etablering i anfallszon kan leda till kontring och puckförlust. Det försvarande laget försöker att vinna kontroll på pucken avvärja anfallet och spela pucken ur zon i första hand. I sämsta fall måste försvarande lag backa in i någon form av box och låta anfallande lag sätta upp och spela i anfallszon. Anfallande lag försöker i första skede att skapa kontroll på pucken och utnyttja försvarande lags dåliga organisation och skapa en målchans. I andra läget om anfallande lag inte lyckas skapa kontroll på pucken i anfallszon så försöker anfallande lag att sätta press på motståndaren så att denna inte kan lägga ut pucken ur zon (Kinding).



2:2:3 Spel fem mot fyra varianter

Olika varianter eller förutbestämda mönster kräver enligt Boustedt en kartläggning av vilka spelartyper laget har. Hur många spelare är höger respektive vänster fötter? Vilket uppspel och inspel passar just detta lag? Vilka specialistegenskaper har laget som till exempel smarta spelskickliga spelare eller stora fysiska spelare? Utifrån dessa faktorer kan man bygga upp strategier och mönster för spel i spel fem mot fyra

Att skapa avledande åkningar och passningar kan underlätta för att kunna använda sig av låga varianter eller åkmönster. Olika lag i elitserien har just sitt sätt att skapa sina lägen. När avslutet kommer nedanför cirkeltopparna har jag klassificerat som en låg variant. Om avslutet kommer ovanför cirkeltopparna har jag klassificerat som en hög variant. Ett vanligt mönster i elitserien är att lagen använder sig av någon form av avledande passning eller åkning högt upp i zon om laget senare söker en låg variant.

2:2:4 Definition höga och låga avslut

Höga avslut räknas ovanför cirkeltopparna och låga avslut menas nedanför cirkeltopparna. Passning över centrallinje menas att pucken går från en sida om centrallinje till andra sidan om centrallinje.

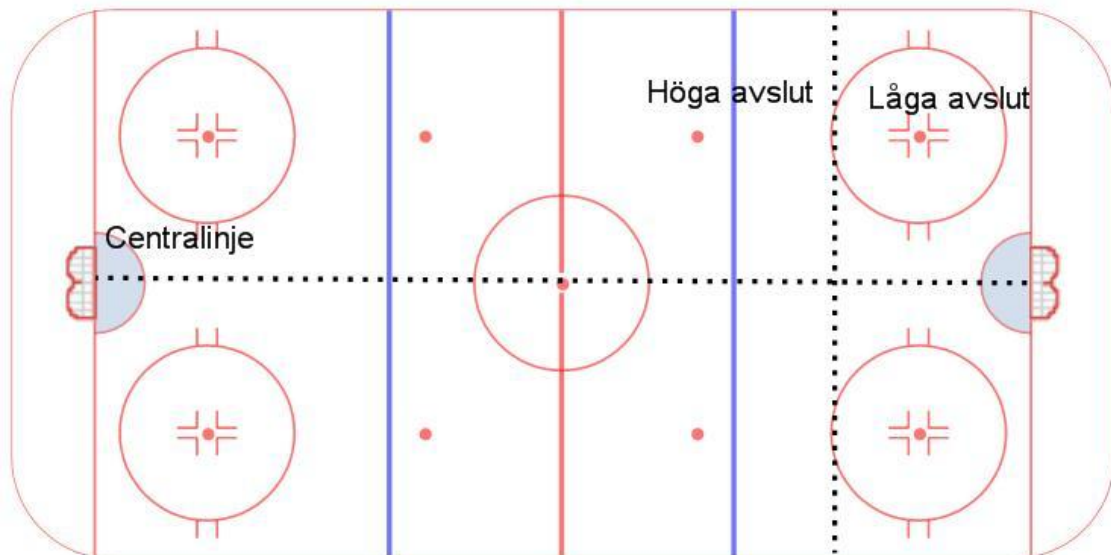


Bild 1

Definition av höga och låga avslut samt centrallinjen.



2:3 Kategorisering av mål i spel fem mot fyra

2:3:1 Låga avslut

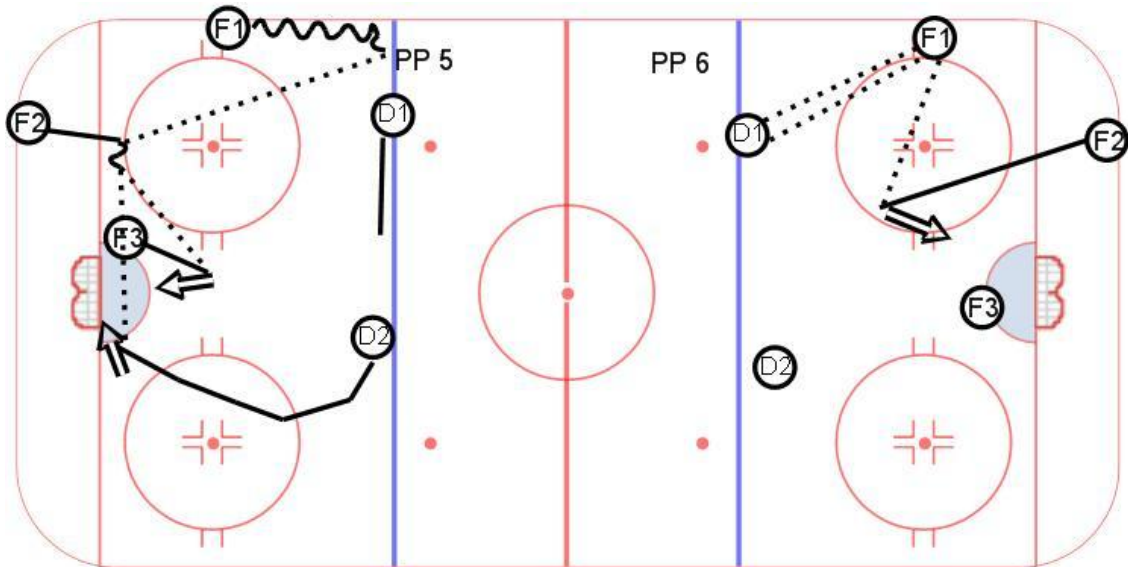


Bild 2 Exempel på låga avslut

PP 5 där F 1 söker sig upp mot blå och passar F 2 som skapar ett två mot ett läge mot defensiv back och kan passa F 3 och D 2 som faller ner på sovande sida.

PP 6 Där F 1 spelar ett avledande pass till D 1 under tiden smyger F 2 in i slottet och får pass från F 1 Rönnerberg (2009).

2:3:2 Olika höga avslut

När lagen söker en hög variant har lagen ofta en avledande manöver nere runt förlängda mållinjen.

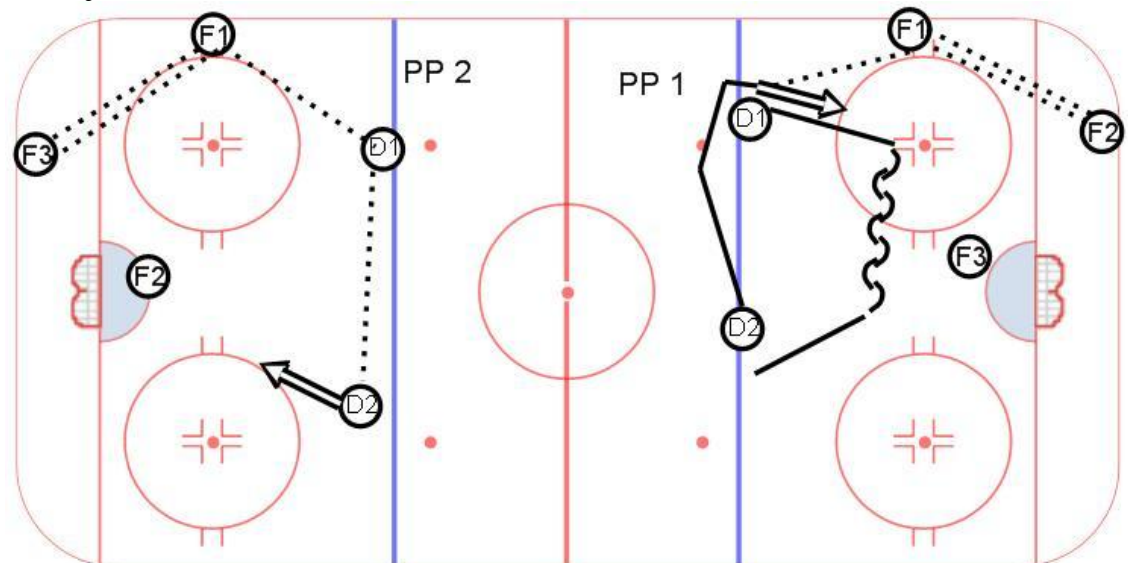


Bild 3 Exempel på högt avslut

PP 2 F 1 Passar F 3 för att flytta ner boxen vidare passning till D 1 som spelar vidare till D 2 för skott.

PP 1 F 1 Spelar avledande pass till F 2 efter passet går D 1 in i mitten för att bli spelbar. D 2 intar D 1 plats (Rönnerberg).



2:3:3 Högt skott med skyddare

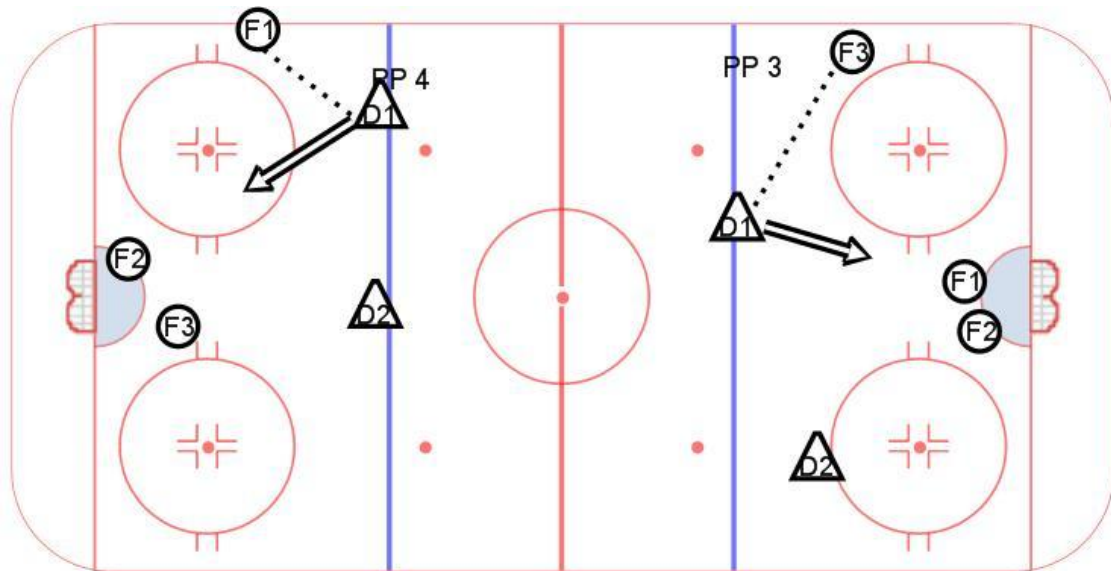


Bild 4 Exempel på högt skott med skyddare

PP 4 F 1 spelar upp på D 1 som skjuter och F 2 skydder målvakten.

PP 3 F 3 spelar upp till D 1 som skjuter och F 1 och F 2 skyddar målvakten samt är redo att ta eventuell retur (Rönnerberg).

2:3:4 Lågt skott med skyddare

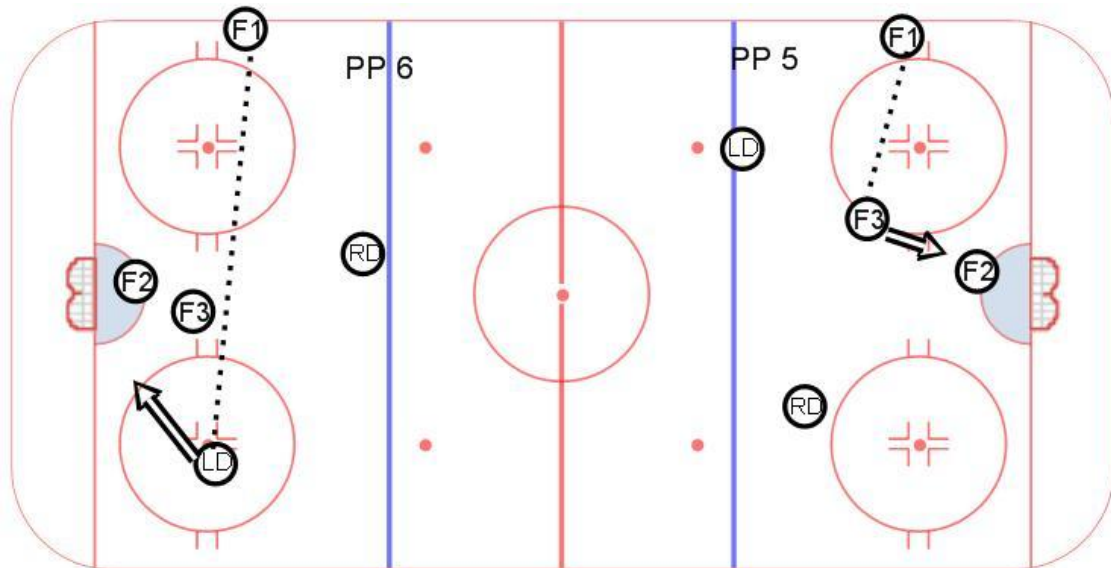


Bild 5 Exempel på låga avslut med skyddare

PP 5 F 1 spelar ett kort pass till F 3 som skjuter ett skott nedanför cirkeltopparna med F 2 som skyddar målvakten.

PP 6 F 1 spelar ett diagonalpass över centrollinjen till LD som skjuter ett skott nedanför cirkeltopparna med F 2 och F 3 som skyddar målvakten (Rönnerberg)



2:3:5 Högt skott retur

Att skapa skottlägen och sedan kunna skapa något två mot ett läge runt mål eller att direkt efter skott kunna göra mål på returen är enligt Kinding väldigt effektivt sätt att göra mål på. Många lag jobbar enligt Kinding med att söka returzoner efter avslut för att få bästa möjligt chans att göra mål på returer. Anfallande lag kan här dra nytta av att försvarande backar är vända från målvakten och från returen.

2:3:6 Lågt skott retur

Låga skott som kommer nedanför cirkeltopparna är enligt Kinding också väldigt effektivt sätt att göra mål i spel fem mot fyra på. Precis som högt skott och retur bygger låga skott och retur på att spelaren som tar returen är beredd och söker pucken direkt efter att pucken träffar sarg, målvakt eller målramen.

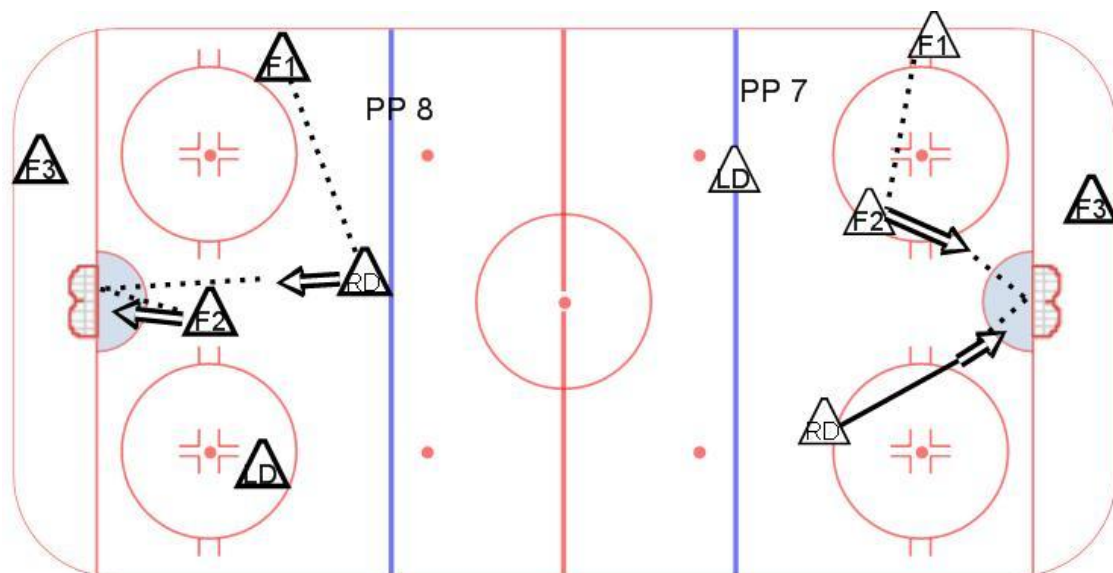


Bild 6 Exempel på skott och retur

PP 7 Exempel på lågt avslut (nedanför cirkeltopparna) där F 1 passar till F 2 som skjuter och returen går till RD som gör mål.

PP 8 Exempel på högt avslut (ovanför cirkeltopparna) där F 1 passar till RD som skjuter och F 2 tar retur och gör mål (Rönneberg)



3 Syfte och problemställning

Syftet med arbetet är att kartlägga hur målen görs i spel fem mot fyra i den Svenska elitserien.

Frågeställningar:

- 1 Är det viktigt med skymmare i spel fem mot fyra?
- 2 Är höga eller låga avslut mest effektiva för att göra mål i spel fem mot fyra?
- 3 Hur kan det tränas fem mot fyra på ett effektivt sätt utifrån undersökningen?



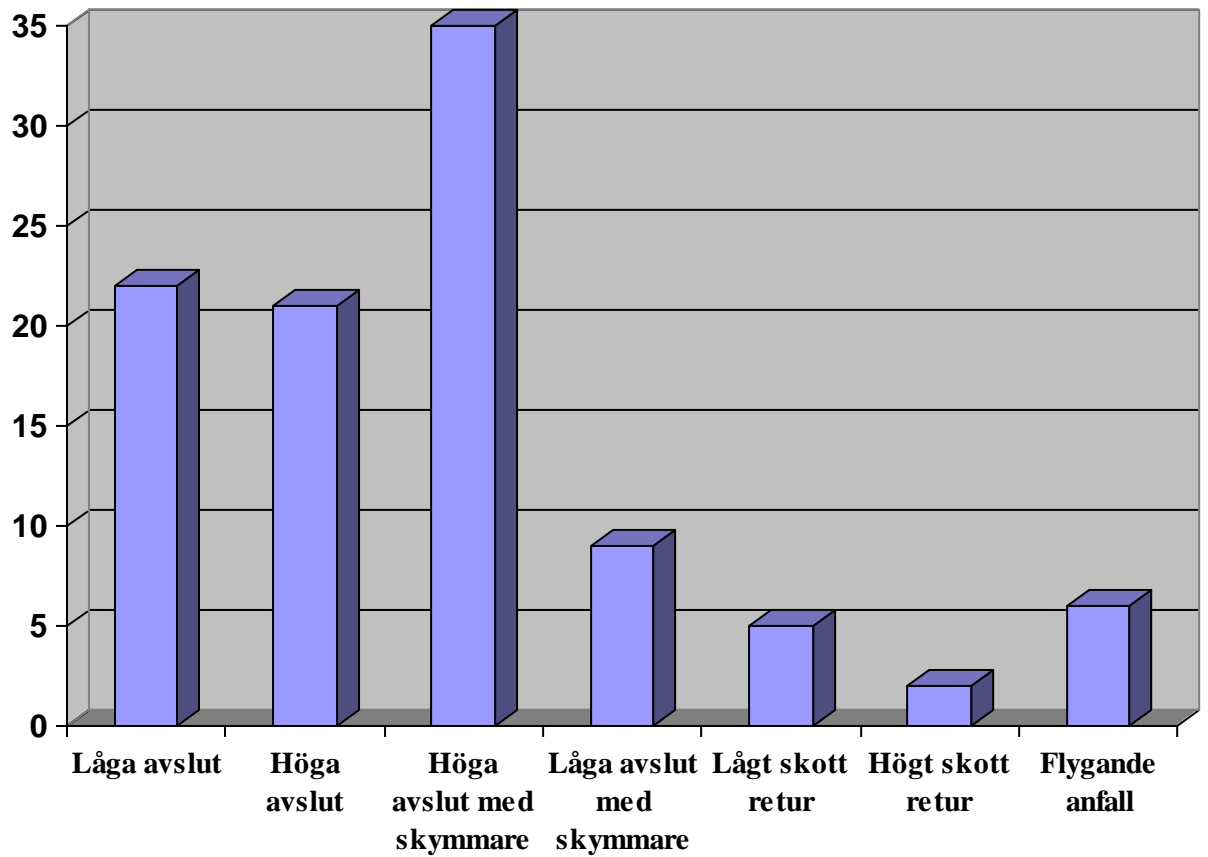
4 Metod

I vardagslivet är observation vårt främsta medel att införskaffa information om omvärlden och vi gör dessa observationer mer eller mindre slumpmässigt utifrån våra egna erfarenheter och värderingar. Observationen måste vara systematiskt planerad och informationen måste registreras systematiskt. När vi använder ordet ”mönster” i dessa sammanhang menar vi hur saker utförs flera gånger utifrån samma rörelsemönster. Till skillnad mot intervju och enkät är vi inte beroende av att individerna har en klar och tydlig minnesbild som de dessutom ska kunna vidarebefordra så att vi uppfattar den rätt. Vidare är observationsmetoden relativt oberoende av individens villighet att lämna information.

För att skapa en hög validitet i observationen har 100 mål i spel fem mot fyra studerats i den Svenska elitserien 2009-2010. Inledningsvis så gjordes observationerna live under matcherna men ganska fort stor det klart att det var svårt att kunna vara säker på om avslutets togs ovanför eller nedanför cirkeltopparna och om det var en skymmare framför mål eller inte. Därefter gjordes alla observationer på video i efterhand allt för att kunna göra så exakta observationer som möjligt. Målen är studerade om och om igen för att göra korrekta kategoriseringar.



5 Resultat



Diagram

Visar 100 mål i spel fem mot fyra i elitserien 2009-2010.

5:1:1 Resultat

Resultatet visar totalt 100 mål i spel fem mot fyra.

Fördelningen av målen ser ut som följer:

Kategori	Antal mål	Procent
1 Låga avslut	22 mål	22%
2 Höga avslut	21 mål	21%
3 Höga avslut med skymmare	35 mål	35%
4 Låga avslut med skymmare	9 mål	9%
5 Låga skott retur	5 mål	5%
6 Höga skott retur	2 mål	2%
7 Flygande anfall	6 mål	6%



5:1:3 Fördelning Höga och låga avslut

Resultatet visar totalt 100 mål i spel fem mot fyra uppdelningen är gjort mellan höga och låga avslut. (Flygande anfall 6 % är borttagna).

Fördelningen av målen mellan höga och låga avslut ser ut som följer:

Kategori	Antal mål	Procent
1 Låga avslut	22 mål	22%
2 Låga avslut med skymmare	9 mål	9%
3 Låga skott retur	5 mål	5%
Låga avslut totalt 36 %		
5 Höga avslut	21 mål	21%
6 Höga avslut med skymmare	35 mål	35%
7 Höga skott retur	2 mål	2%
Höga avslut totalt 58 %		



6 Diskussion

6:1:1 Låga avslut

En förhållandevis hög andel av målen kom från låga avslut. Många av målen skapas av någon avledande åkväg eller passning. Vanligt förekommande är sidledspass över centrallinjen till direktskott. Boustedt poängterar att direktpass under stress är ytterst viktigt att behärska för ett bra spel i fem mot fyra. Kinding skriver att det är viktigt att skytten som befinner sig i slotten har ett bra direktskott och kan skjuta direkt utan att behöva ta fast pucken. Jag instämmer med Boustedt när många av målen på låga avslut kommer från direktskott som föregås av ett sidledspass. Många gånger så är skymmarens roll mindre viktig och målen kommer ofta till när målvakten måste göra en sidledsflyttning.

6:1:2 Olika höga avslut

Det förefaller ytterst viktigt med att pucken förflyttas i sidled för att det ska bli mål på höga avslut utan skymmare framför målvakten. Många av målen som kommer ifrån höga avslut kommer till när målvakten tvingas göra en sidledsflyttning precis som på målen på låga avslut. Boustedt skriver att pucktempot är viktigt för att boxen måste orientera sig och detta innefattar även målvakten som måste orientera sig i målet när pucken förflyttas. Kinding poängterar att för att kunna göra mål på höga avslut krävs det ett bra och snabbt direktskott. Jag är väldigt överraskad att så pass många mål kommer till på höga avslut utan skymmare. För mig verkar det som att dagens moderna målvakter alltid är bra placerade mot skytten så att skytten ska ha lite nät att skjuta på. Förklaringen tror jag är just det att målvakterna inte hinner hitta rätt placering när skotten oftast föregår av ett sidledspass över centrallinjen.

6:1:3 Högt skott med skymmare

Flest mål i spel fem mot fyra kom från höga avslut med skymmare framför mål. Hela 35 % av målen kom till på höga avslut med skymmare. Att skymmare står i skottlinjen verkar viktigt. Målen kom till med en och ibland två skymmare framför målvakten. Kinding skriver om vikten av att skymma målvaktens synfält och det är avgörande för att kunna göra mål på ett högt skott med skymmare. Skotten kommer ofta från backposition och det är både handledsskott och slagskott som resulterar i mål. Min uppfattning är att det inte är målvaktens sidledsflyttning som gör att målen görs utan att målvakten inte ser pucken. Många av målen så har målvakten hunnit orientera sig i målet när skotte kommer men ser inte puckens bana. Skymmarens roll är i många fall skottet helt avgörande på höga skott utan sidledsflyttning på målvakten. Jag instämmer helt med Boustedt som menar att en skymmare måste visa mod och offervilja.

6:1:4 Lågt skott med skymmare

Det är stor skillnad på hur många mål som görs på höga och låga avslut med skymmare. Bara 9 % av målen kom till på låga skott med skymmare. Det förefaller som att det kan vara en möjlighet för skymmare att göra sig spelbar istället för att vara skymmare när avsluten kommer nedanför cirkeltopparna. För mig verkar det lite märkligt att skillnaden är så pass stor mellan höga och låga avslut med skymmare. Jag anser att en förklaring kan vara att målvakten idag täcker stora delar av målen när skytten kommer nära. Möjligen kan det också vara så att det är skymmare som blir avslutare och därför finns det ingen skymmare när skotten kommer. Att precis som Boustedt skriver så flyttar skymmare upp i slottet och skapar två mot ett läge mot backen.



6:1:5 Högt skott retur

Att göra mål på höga skott och retur är ganska ovanligt förekommande. Anmärkningsvärt är att bara 5 % av de studerade målen går till på höga skott och retur. För att bli en bra returtagare bör man enligt Kinding vara bra returtagare och bra närkampsfärdigheter. Kinding skriver att för att kunna göra mer mål på returer bör lagen jobba med att vinna kontroll över fritt liggande puckar. Jag är väldigt överraskad över att bara 5 % av målen kommer från högt skott och retur. Jag instämmer med Mårds att returtagare är ytterst viktigt men av detta utfall att döma så kanske returtagarens roll är viktigast för att återvinna pucken för nytt avslut. Det verkar troligt att försvarande lag är väldigt noggranna med att få bort returerna från slottet. Att många lag i elitserien använder sig av målvaktstränare som jobbar med var returerna kommer från målvakten och hur backarna ska kunna få bort returerna är kanske en förklaring till att så lite mål går till på högt skott och retur.

6:1:6 Lågt skott retur

Låga skott och retur resulterade bara till 2 % av målen i undersökningen. Att siffran är så låg kan mycket väl hänga ihop med dagens moderna målvakter som är väldigt skickliga på att hantera returer. Målvakterna lyckas många gånger håll kvar returerna nära kroppen eller styra ner returerna i hörnet. Precis som vid höga skott och retur så påverkar troligen försvarade backars skicklighet att få bort returerna från slotten resultatet. Många av elitserielagen har klara rollfördelningar på vem som ansvarar för skytt samt vilka returområden som försvarande backar ansvarar över.

6:1:7 Flygande anfall

Att göra mål på flygande avfall är inte speciellt vanligt i undersökningen. Bara 6 % av målen i undersökningen gjordes på flygande anfall. De flesta av de sex målen som gjordes på flygande anfall gjordes på någon form av spelvändning. Något av målen är ett långt pass från egens zon i samband med att laget som spelar fyra är mitt i ett byte. Precis som Boustedt skriver så är det viktigt att skapa två mot ett läge i flygande anfall för att skapa målchanser. Jag är inte helt säker på att anfallande lag vill gå för avslut i en första våg i ett anfall i spel fem mot fyra. Det kan enligt mig mycket väl vara så att lagen anfaller för att ställa upp och etablera spel i anfallszon. Vidare är många av lagen i elitserien så pass skickliga och täta runt egen blå så det finns små ytor att utmana på.

6:1: Sammanfattning diskussion

Det verkar bestämt som att det är väldigt viktigt att använda sig av skymmare framför motståndarnas målvakt i spel fem mot fyra. Det blir mål på 14 % mera höga avslut med skymmare än höga avslut utan skymmare. Det förefaller för mig viktigt att jobba med



en duktig skymmare lika väl som vi tränar skickliga skyttar och spelfördelare. Att avsluta högt eller lågt är ingen större skillnad i denna undersökning (1 %). Däremot är det en avgörande skillnad på skillnaden i antal mål med eller utan skymmare. Hela 35 % av målen i undersökningen gick till på högt skott med skymmare. Denna andel av mål är klart vanligast och därför förefaller det mycket fördelaktigt att precis som Mårds lägga in skymmare i den dagliga verksamheten. På frågan om höga eller låga avslut är effektivast i spel fem mot fyra kan vi konstatera följande. Om vi lägger ihop höga avslut (22 %), höga avslut med skymmare (35 %) och höga avslut med retur (2 %) så står dessa höga mål för 58 % totalt. Motsvarande siffra för låga avslut blir låga avslut (22 %), låga avslut med skymmare (9 %) och låga avslut med retur (5 %) blir totalt 36 %. Resterande 6 % stod flygande anfall för. Det är alltså 22 % vanligare att mål görs från höga avslut än låga avslut.

Bara 9 % av målen gick till på lågt skott med skymmare. Skillnaden kan vara att det är mindre ytor att spela på i slottet vid låga avslut och därför mindre viktigt med skymmare. Många av målen som görs lågt utan skymmare är sidledspass och direktskott. För mig är undersökningen väldigt intressant och utifrån resultaten i undersökningen kan vi ställa sig frågan om vi ska lägga ner mer tid på att träna skymmare. Likaväl som lagen spelar etablerat passningsspel i anfallszon och inövande åk mönster kanske lagen skulle lägga mer tid på enkla höga avslut med skymmare. Utifrån den låga procenten på retur mål kanske returtagaren som jobbar runt mål ska jobba mera som skymmare. Att elitserielagen jobbar hårt med scouting av motståndarnas spel fem mot fyra kan vara en förklaring till varför det sällan blir mål på inövade varianter och kombinationer. Jag tror att många av lagen jobbar med noggrann videoanalys av motståndarnas spel fem mot fyra samt vilka spelare som styr spelet. För mig är det inte speciellt överraskande att skymmaren har en så pass viktig roll för ett bra spel fem mot fyra. Att Mårds jobbar stenhårt med skymmare på både träning match var för mig en signal att det är ett avgörande moment. Jag tror även att det faktum att Canada generellt sett ofta har ett effektivt spel fem mot fyra bygger på att man har spelare som är duktiga skymmare och troligen jobbat med detta sedan tidigare år. Kanske måste vi inom Svensk hockey jobba mer med skymmare i tidiga åldrar för att hitta flera naturliga skymmare.



7 Framtida studier

Det skulle vara intressant att studera hur målen görs mer noggrant. Att studera liknade antal mål i detalj och studera var passningen till målen kommer ifrån samt hur målvaktens position är när passningen till målen kommer. Vidare att studera om skotten som leder till är direktskott eller inte samt var målen går in på målvakten skulle vara väldigt intressant och lärorikt att studera. Detta skulle eventuellt kunna leda till en manual varifrån man vill att passningarna ska komma till skytten i spel fem mot fyra samt var man vill att skytten ska sikta.



8 Referenser

Litteratur

Backman Jarl, 1998

Boustedt Tommy, 2001

Kinding Björn, 2006

Patel Davidsson Runa Bo, 1994

Rapporter och uppsatser

Spel fem mot fyra

Numerärt över och underläge

Forskningsmetodikens grunder

Föreläsningar

Mårds Per, 2010

Rönberg Roger, 2009

Föreläsning Elittränarutbildning 2010

Spel fem mot fyra

Elektroniska källor

Regelboken

http://www.swehockey.se/ImageVault/Images/id_671/ImageVaultHandler.aspx

