

**Svenska Ishockeyförbundet
Elittränarutbildningen**



Strategier för power play spelets uppspel och inspel i 5-4

Micke Sundell

**Handledare: Anders Melinder
2007-01-16**

Sammanfattning

Power Play, spel i numerärt överläge, borde oftare vara mer matchavgörande än vad effektivitetsstatistiken i den svenska elitserien visar. Vänder vi på uppgiften och ser det ur box play spelarnas ögon så finns det väl inte något som är så inspirerande för ett lag att precis ha klarat ut ett kritiskt läge i numerärt underläge. Laget fylls av självförtroende och framåtandan hos spelarna kan leda till att initiativet i matchen raskt omfördelas.

Power Play anses vara en viktig företeelse i dagens elithockey. Att prioritera träningen av power play spel är viktigt eftersom antalet tillfällen till spel i numerärt överläge drastiskt ökat genom ett ökat beivrande av spelförstörande moment från domarhåll.

Denna studie försöker få svar på om det finns speciella strategier bakom de svenska elitlagens sätt att agera i numerära överlägen i allmänhet och i uppspel och inspelsfasen i synnerhet. Den tar också upp lite hur kommande elitspelare utbildas i power play spel. Studien dokumenterar även några vanligtvis förekommande former av uppspel och inspel där laget utgår från egen målbur.

Innehållsförteckning

1	Inledning	4
2	Bakgrund.....	5
2.1	Litteratur.....	5
2.2	Definition av begreppet power play.....	5
2.3	Självklarheter och strategier.....	5
2.4	Viktiga egenskaper hos den enskilde spelaren i power play	6
2.5	Ledarskap och power play	6
2.6	Statistik.....	7
2.7	Olika faser i power play.....	8
2.8	Träning av power play	9
3.	Syfte och frågeställningar	10
3.1	Frågeställningar	10
4.	Metod.....	11
4.1	Urval, procedur och bortfall	11
5	Resultat.....	12
5.1	Tid och prioritering.....	12
5.2	Samspel och ansvar	13
5.3	Rollfördelning och intensitet	14
5.4	Hur fungerar det i två av våra landslag?.....	16
5.5	Utbildning av kommande elitspelare i power play spel på svenska ishockeygymnasier	16
5.6	Vanligtvis förekommande varianter i den svenska elitserien av power play spelets uppbyggnad från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen	17
5.6.1	Back som bär upp puck och fördelar mot kant.....	17
5.6.2	Back som bär upp puck och levererar mot skärande spelare på väg in mot det s.k. ”hålet”	19
5.6.3	Spelare hämtar puck ur burskydd från, en i initialskedet, passiv back ...	22
6	Diskussion	23
6.1	Är power play betydelsefullt?	23
6.2	En bra grund ger ett bra slutresultat!.....	23
6.3	Träning av power play	24
6.4	Strategier, ansvar, roller och utbildning.....	24
6.5	Vanligtvis förekommande varianter av uppspel och inspel i power play	26
6.6	Framtida utvecklingsarbeten och forskning.....	26
	Referenslista.....	27
	Bilaga 1.....	28

1 Inledning

Den viktigaste förutsättningen för vilket spel som helst, oavsett om spelet gäller en viktig landskamp eller prestige för gänget som lirar hemma på ången, är att det finns regler. I spelet ishockey så finns begreppet power play. Power play betyder rakt översatt från engelskan kraftigt spel. Spelet ishockey är ett kraftigt spel som omfattas av ett regelsystem som har skapats för att göra spelet underhållande och effektivt men också för att göra spelet så säkert som möjligt.

Power play är ett numerärt överläge i antal spelare som uppkommit genom ett eller flera regelbrott med utvisning som följd. Ishockeyn är ett av få spel där spelaren kan skiljas från spelet i kortare perioder om två, fem eller tio minuter för att sedan återinträda i spelet. Spelaren kan även skiljas temporärt från matchen vid grövre förseelser.

Dagens elitishockey är en mångmiljonindustri inom nöjesetablismanget och kraven på goda och omedelbara resultat är stora, krav på resultat inte bara från egen styrelse utan även från supportrar och media. Skillnaden mellan vinst och förlust i dagens elitishockey kan vara mycket liten och eftersom de lag som befinner sig på elitnivå är mycket jämna och spelarna oerhört skickliga och bra tränade så kommer resultatet i matchen ofta att bestämmas av förmågan att utnyttja numerära överlägen, power play. Om laget gör fler mål i power play än man släpper in i numerärt underläge, box play, så är chansen relativt stor att laget går segrande ur striden.

Ett power play bör öka ett lags chans att göra mål eftersom laget under relativt lång tid spelar med en eller två spelare mer på banan. Tyvärr har svensk elitishockey präglats av för låg effektivitet i gjorda mål i denna spelform. Det blir inte automatiskt mål för att laget har ett numerärt överläge och det räcker oftast inte med enskilda spelares skicklighet utan för att utnyttja situationen på bästa sätt krävs en plan.

När man pratar träning av power play situationer så förknippas det oftast med spelet i anfallszonen men en bra start eller grund är oftast nödvändig för ett bra slutresultat och därför är det extra intressant vilka strategier som ligger bakom hur elitlagen bygger upp sitt power play spel från egen zon och genom uppspel och inspel etablerar puckkontroll i anfallszonen.

2 Bakgrund

Bakgrunden är upplagd efter ett mönster där power play definieras, vilka självklarheter och strategier som behandlad litteratur tar upp samt en relativt ingående beskrivning av olika faser som kan tänkas dyka upp i under det numerära överläget. Dessutom behandlas dem olika individuella egenskaperna som gynnar power play spelet, effektiviteten, träning samt synen på ledarskap i power play.

2.1 Litteratur

I svensk litteratur har spelet kring numerära överlägen, power play givits lite utrymme, ofta representerar ämnet en liten del i ett större sammanhang. Den litteratur som hittades är utbildningslitteratur från svenska ishockeyförbundet. Sökning via Internet och den stora sökmotorn Google samt studier av internetbokhandeln Amazon ledde fram till amerikansk och kanadensisk litteratur. Dessutom användes kontaktnätet inom ishockeytränarbranschen där kompendier och power point presentationer från diverse symposier och föreläsningar inhämtades.

2.2 Definition av begreppet power play

Wikipedia, den fria encyklopedin, beskriver power play som en sportterm. I ishockey innebär power play att ett lag spelar med en eller flera spelare i två eller fem minuters tid då det andra laget har spelare utvisad. Power play förekommer även i rugby league och cricket men har där andra betydelser

Tommy Boustedt, mångårig elittränare och numera utvecklingschef på Svenska ishockey förbundet definierar ämnet i sitt kompendium (2001) om power play.

Power play är att på en utsatt tid och genom en fördel i mer manskap och större isyta än i spelet 5 mot 5 skapa målchanser och förhoppningsvis göra mål. Power play innebär alltså spel i numerärt överläge. Mest frekvent förekommande kombination är spel 5 spelare mot 4 spelare men även kombinationerna 5 mot 3 och 4 mot 3 förekommer i stort sett varje match. Om det numerärt förfördelade laget också tar ut sin målvakt och ersätter den med en utespelare kan kombinationerna 6 mot 5, 6 mot 4 och 6 mot 3 uppkomma.

2.3 Självklarheter och strategier

Det finns några självklarheter man som spelare bör känna till när det nalkas power play. Självklarheterna är ganska uppenbara och instruktionslitteraturens författare är ganska samstämmiga. Magnus Hävelid (2001) kallar det för allmänna ledpunkter och beskriver parspelet, att skapa 2-1 situationer över hela banan som viktigt. Dessutom anser han att det är viktigt att hålla ett högt pucktempo, att våga utmana motståndarna, röra sig mot öppna ytor för att dra isär boxen, ha en spelare i ansiktet på målvakten och sist men inte minst är det viktigt att skjuta för att göra mål.

Mr Bob Johnsson (1989) betonar vikten av att kunna läsa den försvarande enheten för att sedan agera på rätt sätt. Han anser också att alla i power play enheten måste vara beredda att hjälpa puckföraren med avlastning, screening och helst ha förmågan att läsa spelet två pass i förväg.

2.4 Viktiga egenskaper hos den enskilde spelaren i power play

Ishockey är en mycket flexibel idrott och det gäller att kunna anpassa sig till uppkomna situationer, en viss mångsidighet krävs och speciellt då det är fråga om power play spel. Rossiter och Carson (2001) menar att hockeycoachen i power play alltid letar efter spelaren med idéer. Spelaren som både vill och kan skjuta. Spelaren med känsliga händer som kan slå både smarta och genomtänkta men ändå snabba pass.

Boustedt (2001) tycker att det är speciellt viktigt att behärska direktpassningstekniken. Han menar att ju hårdare stress från den försvarande enheten desto viktigare är det med direktpassningar. De flesta skott som avlossas i power play sker med ett direkt tillslag och därför är det viktigt att dem som avslutar mest behärskar direktskott. Boustedt anser att mod och offervilja i kombination med returtagningsteknik och förmågan att styra såväl höga som låga skott är egenskaper som en bra power play spelare bör ha.

Inom svensk elithockey men framförallt i NHL, Nationell Hockey League, så är det allt vanligare att power play enheterna kombineras med spelare som har en speciell roll. Björn Kinding (2006) har utarbetat en schablon där varje spelares uppgifter identifieras i en viss kravprofil. Tabellen nedan visar vilka roller som normalt besätts i power play, var dem är belägna och vilka krav och uppgifter rollen har. Tabellen visar på roller när väl enheten har intagit anfallszonen.

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	Tålig, 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

2.5 Ledarskap och power play

Vilken filosofi tränaren och/eller coachen agerar efter varierar mycket. Vissa använder sig av den ordinarie formationen som känner varandra väl från spelet 5 mot 5. Andra använder sig av speciella formationer då chansen till power play dyker upp. Det kan vara allt från den ordinarie femman med förstärkning till speciella power play enheter där man blandar spelare från olika femmor som passar bra tillsammans för uppgiften. Vid Sveriges senaste VM-guld i Riga 2006 använde sig förbundskaptenen Bengt Åke Gustavsson av ordinarie femmor i power play under gruppspelen men när det drog ihop sig i slutet av turneringen så satsade han på speciella enheter.

Kinding (2006) menar att oavsett filosofi eller vilka bedömningar coachen gör är uppgiften att använda lagets spelarmaterial på bästa sätt. Nyckeln till att framgång är välmotiverade avsikter och spelarnas förståelse för roll-, uppgifts- och speltidsfördelningen. Jobbet som tränare och coach handlar förutom att välja ut rätt spelare om att förhandsanalysera motståndarna och välja rätt taktik.

2.6 Statistik

Enligt Boustedt (2001) så är bra effektivitet i power play 20-25% men minst ett mål per match bör vara målet. Rossiter och Carson (2001) berättar att dem bästa uppställningarna i NHL gör mål i vart fjärde numerärt överläge.

Både i NHL, från säsongen 2005/2006, och i svensk ishockey med start hösten 2006 så beivrar domarna spelförstörande moment än mer och det i sin tur leder till fler utvisningar. Antalet tillfällen med numerära överlägen i matcherna har alltså ökat.

Nedan följer statistik från den svenska elitserien.

Kodförklaring

GP = Spelade matcher PPGF = Gjorda mål i numerära överlägen

OPP = Antal tillfällen TPP = Tid i numerära överlägen i minuter och sekunder

PP% = Måleffektiviteten i numerärt överläge SHGA = Insläppta mål i power play

Säsongen 2004/2005 så hade lagen i elitserien följande statistik...

Powerplay % and higher Powerplay Goal For Elitserien 2004/2005

Rk	Team	GP	PPGF	OPP.	TPP	PP%	SHGA
1	Frölunda HC	50	55	287	458:04	19,16	3
2	Timrå IK	50	50	303	447:09	16,50	4
3	Djurgårdens IF	50	40	251	412:29	15,94	7
4	Luleå HF	50	46	294	446:31	15,65	8
5	Färjestads BK	50	38	266	400:28	14,29	3
6	Mora IK	50	39	277	435:50	14,08	12
7	HV 71	50	42	304	457:18	13,82	5
8	MODO Hockey	50	45	326	492:10	13,80	7
9	Södertälje SK	50	34	248	372:40	13,71	6
10	Linköpings HC	50	30	237	385:09	12,66	2
11	Brynäs IF	50	32	279	434:37	11,47	5
12	IF Malmö Redhawks	50	28	253	371:04	11,07	6

Säsongen 2005/2006 så hade lagen i elitserien följande statistik...

Powerplay % and higher Powerplay Goal For Elitserien 2005/2006

Rk	Team	GP	PPGF	OPP.	TPP	PP%	SHGA
1	Frölunda HC	50	53	265	440:20	20,00	6
2	HV 71	50	56	282	515:59	19,86	5
3	Luleå HF	50	54	272	466:30	19,85	3
4	Linköpings HC	50	53	276	473:46	19,20	2
5	Färjestads BK	50	50	280	486:55	17,86	6
6	Brynäs IF	50	44	256	461:10	17,19	9
7	Djurgårdens IF	50	44	265	472:06	16,60	8
8	Södertälje SK	50	41	259	463:59	15,83	12
9	Timrå IK	50	41	270	488:30	15,19	8
10	Mora IK	50	38	271	482:43	14,02	5
11	Leksands IF	50	39	281	493:35	13,88	8
12	MODO Hockey	50	33	287	527:26	11,50	5

Efter 27 alternativt 28 omgångar säsongen 2006/2007 så har elitserielagen följande statistik

Powerplay % and higher Powerplay Goal For Elitserien 2006/2007

Rk	Team	GP	PPGF	OPP.	TPP	PP%	SHGA
1	Färjestads BK	28	44	169	276:14	26,04	6
2	Frölunda HC	27	32	155	267:21	20,65	1
3	Luleå HF	27	27	161	290:36	16,77	3
4	HV 71	27	30	184	306:23	16,30	4
5	Timrå IK	28	26	162	289:31	16,05	2
6	Brynäs IF	27	25	159	284:19	15,72	2
7	Djurgårdens IF	27	25	160	278:30	15,63	2
8	Skellefteå AIK	27	24	159	287:51	15,09	2
9	Mora IK	27	25	169	301:15	14,79	9
10	IF Malmö Redhawks	27	20	147	245:30	13,61	7
11	MODO Hockey	27	21	162	299:20	12,96	3
12	Linköpings HC	27	19	156	262:34	12,18	2

Kinding (2006) visar med siffror hämtade från NHL-slutspelet våren 2006 ett genomsnitt av alla slutspelslagens effektivitet samt Stanley Cup segrarnas effektivitet. Tabellen nedan visar att ett lags prestation i numerärt överläge har en avgörande betydelse för vinst eller förlust.

LAG (NHL Slutspel 2006)	Effektivitet i numerärt överläge	
	vinst	förlust
Genomsnitt alla slutspelslag	22,0%	11,7%
Carolina Hurricanes	29,3%	14,9%

2.7 Olika faser i power play

Anfallsspelet i modern ishockey startar oftast där laget erövrar puck och man vill, med så få pass och på så kort tid som möjligt, ta sig in i anfallszonen. En del power play sekvenser har liknande strategi men oftast vill lagen göra en kontrollerad start, åtminstone är det en tradition i svensk hockey. Det kontrollerade power play spelet startar ofta i form av ett uppspel med inövade åkbanor och ett gemensamt agerande genom försvarszonen, som fortsätter med ett inspel från mittzonen till puckkontroll i anfallszonen.

Litteratur kring power play spelets olika faser använder begrepp som uppspel, inspel, spelvändning, upprullning, avslut och återtagande av förlorad puck.

Kinding (2006) använder sig även av dessa begrepp men definierar dem mer ingående. Han menar att det finns tre typer av uppspel...

- Uppspel mot kompakt mittzonsförsvar, där det anfallande laget genom god organisation, olika spelmonster och taktiska dispositioner försöker ta sig igenom försvarszonen och den neutrala zonen.
- Uppspel efter spelvändning, där det anfallande laget startar sitt anfall när pucken återvinns och genom ett ofta överraskande och snabbt pass sätter upp ett samlat anfall.
- Uppspel mot forechecking, en forechecking där det försvarande laget forecheckar (pressar) det anfallande laget i deras försvarszon under deras uppspel. Det är inte ett speciellt vanligt i svensk elithockey men desto vanligare i NHL.

När spelet närmar sig mittlinjen övergår Kinding i sin begreppsreda från uppspel till inspel. Inspelet handlar om att föra eller passa pucken över mittlinjen för att sedan skjuta in eller åka in med pucken i anfallszonen. Inspelet övergår därefter antingen i ett flygande anfall mot mål eller också en etablering med puckkontroll där det anfallande laget genom god organisation, olika spelmonster och taktiska dispositioner försöker skapa chanser och göra mål.

2.8 Träning av power play

Karlsson (1986) anser att lagets power play uppspel bör utföras enligt lagets vanliga spelmonster för att vinna tid och överrumpla men tillägger dock att om inte det snabba uppspelet fungerar så måste det finnas några in tränade grundmonster. In tränade monster och god organisation krävs även i den offensiva zonen.

Enligt Boustedt (2001) bör power play träningen prioriteras. Minst varannan träning är ett bra riktmärke. Den kan inriktas på träning av individuella kvalitéer, par och gruppträning samt femvis träning med olika förutsättningar och mot olika typer av motstånd. Han betonar att tränaren inte får glömma träning av uppspels- och inspelsfasen.

Anders Melinder menar i sin kurslitteratur som används vid svenska riks och regionala ishockeygymnasier att power play spelets uppspels fas bör helst utföras enligt lagets vanliga spelmonster eftersom det ger bäst förutsättningar för snabbt igångsättande och överrumpling. Om det snabba uppspelet inte fungerar så måste det finnas in tränade grundmonster för att komma ur försvarszonen och genom mittzonen. Han menar att det egentligen finns två grundprinciper av uppspel i power play. Ett långt uppspel till mitten där forwards inte behöver gå ned så djupt i den egna zonen och ett kort uppspel där man går djupare ned och kommer mer samlade in i mittzonen.

3. Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie är att undersöka strategierna för power play spelets uppbyggnad i 5 spelare mot 4 spelare, från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen. Vidare avser studien att dokumentera vanligen förekommande uppspelsvarianter i numerärt överläge (5 mot 4) som används av lag i den svenska elitserien.

3.1 Frågeställningar

Studien ämnar framförallt svara på följande frågeställningar.

- Vilka strategier ligger bakom elitserielagens sätt att forma sitt uppspel och inspel i power play?
- Hur prioriteras power play träningen i allmänhet och uppspels- och inspelsfasen i synnerhet och har prioriteringen förändrats med ökat beivrande av spelförstörande moment?
- Hur utbildas kommande elitspelare i power play spel på svenska hockeygymnasier?
- Vilka varianter av uppspel och inspel använder sig svenska elitserielag av?

4. Metod

Undersökningens metod består av enkäter, intervjuer och studier av sekvenser ur verkliga matchsituationer. Enkäten baseras på tre områden, tid och prioritering, samspel och ansvar samt rollfördelning, intensitet och varianter. Intervjuerna har utförts öga mot öga i dialogform med enkätens frågeställningar som utgångspunkt. Studier av varianter för power play spelets uppbyggnad och inspel har skett genom inspelade elitseriematcher som sänts i Canal+.

Enkäten och dess innehåll prövades på den förre elitserietränaren och J-18 förbundskapten Anders Melinder, numera verksam vid ishockeygymnasiet i Örnsköldsvik och dessutom handledare för utvecklingsarbetet.

4.1 Urval, procedur och bortfall

Urvalet för enkätundersökningen har varit tränare i den svenska elitserien under säsongen 2006/2007. Efter en personlig kontakt via telefon med alla elitserielag så översändes en enkät (se bilaga 1.). Totalt skickades åtta enkäter ut eftersom personliga intervjuer gjordes med tre av dem tolv elitserietränare som på förhand ämnades ingå i undersökningen. Dessutom intervjuades förbundskaptenen för Tre Kronor, förbundskaptenen för Team 90 samt tre huvudansvariga tränare på tre av Sveriges större hockeygymnasier.

Ett elitserielag valde redan vid den första personliga kontakten att inte delta i undersökningen. Tyvärr valde ytterligare tre tränare att inte svara eftersom endast fem av dem åtta enkäterna returnerats. Enkäterna har varken varit märkta med förenings- eller personnamn och därför går det inte att utröna vilka som avstod att medverka. Däremot så skiftade två föreningar sina huvudtränare strax efter tiden för utskicket och det kan vara en anledning till utebliven returnering.

Enkätens innehåll redovisas och diskuteras utifrån en sammanfattning av svaren från de enkäter som returnerats. I denna sammanfattning ingår naturligtvis även det som framkommit i intervjuerna.

I undersökningen redovisas även vanligen förekommande varianter av power play spelets uppbyggnad och inspel. Dessa har dels framkommit via enkät och intervjuer men främst via studier av elitseriematcher som sänts i Canal+. Varianterna må säkert ha andra namn men kommer här att föreningsmärkas med ex. MoDo 1, för att lättare kunna relateras i resultat och diskussion. Om flera lag visar sig ha lika typer av uppspel och inspel i sin repertoar så redovisas naturligtvis inte mer än ett av dessa. Därför exemplifieras inte varianter från alla lag i den svenska elitserien.

5 Resultat

Resultatet redovisar i tur och ordning enkätens och intervjuernas tre områden - tid och prioritering redovisas under 5.1, samspel och ansvar under 5.2 samt rollfördelning och intensitet under 5.3. Därefter redovisas hur man arbetar i två av Sveriges landslag under 5.4 samt hur power play tränas och behandlas på några av våra ishockeygymnasier under 5.5. Slutligen visas de varianter som varit vanligt förekommande i elitserien under hösten 2006 under 5.6.

En inledande fråga som alla elitserietränare först av allt fick besvara var vad de tänker på när dem hör begreppet power play. Svaren blev följande:

- Öka farten, utnyttja ”extra isen”
- Klar målchans
- Göra mål, ta ett initiativ i matchen
- Vilka ska spela? Vilken tidpunkt?
- 5-4 = Målchans
- Matchavgörande, alltid allvar
- Numerärt överläge
- Nu ska vi visa att vi är en man mer

5.1 Tid och prioritering

Hur mycket tid lägger ni på att träna power play uppspel/inbrytning?

- Vi tränar en gång i veckan, ca 10 minuter varje tillfälle.
- Vi kör varje träning ca.10-30 min. så vi tränar mer än tidigare men det är svårt eftersom alla vet vad som förväntas komma.
- På försäsongen, strax före seriestart, används alltid två hela pass med två femmor åt gången. Under seriespelet tränar vi det ca.två tillfällen i veckan.
- Vi tränar mer på försäsongen, då kör vi varje vecka. Under seriesäsong blir det mer repetition ungefär ett tillfälle i veckan.
- I stort sett vid varje träning i någon form
- Vi kör någon gång i veckan men mer vid längre uppehåll. Diskuteras inför varje match.
- Ett till två tillfällen i veckan
- Det varierar. Går det dåligt så tränar vi mer, funkar det inte alls så bryter vi allt. I genomsnitt så tränar vi 2-3ggr/vecka.

Hur stor vikt lägger ni vid träning av uppspel/inbrytning kontra det mer statiska 5-4 spelet i anfallszonen? Motivera gärna varför ni gör som ni gör.

- Vi jobbar mest i anfallszonen. Försöker att göra samma uppspel eller vändning som i spelet 5-5 så därför kommer dessa moment med som en del i den vanliga träningen.
- Vi kör ungefär 30 % uppspel och 70 % i anfallszonen. Prioriterar mer att få några långa pass när vi väl kommit in eftersom motståndaren ofta sätter press direkt och då är positioner viktiga.

- Vi tränar det lika mycket. Uppspel och inbrytning är det kritiska momentet eftersom motståndarna bemöter det med stress. Alla måste veta vad de ska göra både när vi bär in puck och vid dumpad puck. I det statiska 5-4 spelet är det viktigt att det finns olika alternativ att spela bort eller avsluta mot stress eller passiv box. Det bör också finnas alternativ för flygande avslut eftersom motståndaren kan tappa spelare vid sin press i mittzonen eller anfallszonen.
- Jag försöker få med alla moment när vi tränar power play. Ibland startar vi med 5-4 uppspel under två måls spel. Ibland startar vi 5-4 med tekning.
- Inspelet nöts mycket i början, skulle det inte fungera tar man upp det igen. Under seriespelet nöter vi det statiska spelet.
- Vi bryter ned vissa moment och tränar dem åtskilda. Det gäller att skapa situationer både från förutbestämda rörelsemönster men även från situationer som skapas av slumpen. Huvudsaken är att det alltid är mycket trafik framför mål och mycket skott.
- Vi tränar mest statiskt eftersom inspelet inte skiljer sig nämnvärt från vårt 5-5 uppspel.
- Vi tränar mer statiskt i anfallszonen men när vi tränar uppspel och inspel så försöker vi vara samlade och komma med fart. Helst ska vi kunna åka in med pucken.

Har den nya regeltolkningen med fler utvisningar som följd påverkat er prioritering av power play träning och i så fall på vilket sätt?

- Vi tränar mer. Vi tittar alltid på motståndarna hur motståndarna gör. När det gäller teori kring power play så är det lika som förra säsongen.
- Ja, vi tränar mer.
- Ja, den tiden har ökat.
- Vi tränar mer momentträning mot olika typer av box play agerande.
- Power Play är mer på tapeten än tidigare. Det är mer noga att det ska fungera nu än tidigare.
- Vi prioriterar inte mer power play men däremot box play.
- Vi har alltid tränat mycket power play.

5.2 Samspel och ansvar

Hur fungerar det i ert lag?

- Hyfsat, men det kan bli bättre kommunikation på planen. Även tekningsvarianterna kan bli bättre.
- I en femma har det fungerat mycket bra. Vi väntar in nya power play spelare och hoppas då att vi ska få igång en till.
- Utifrån en analys av motståndarnas box play agerande anpassas power play utifrån grundmönstret. Det är viktigt med varianter eftersom motståndaren även analyserar oss.
- Vi pratar väldigt mycket om att ha folk på mål.
- Det fungerar bra.
- Vi strävar efter att vända så fort som möjligt för att skapa tekningar i anfallszonen.

Är det strikt uppstyrd och inövade varianter från tränarhåll?

- Vi har vissa ramar men inom ramarna är det ganska fritt att agera.
- Uppspel och inspelsfasen är upp till femman att bestämma. Vi bestämmer ex. vem som ska stå framför mål och vem som ska skjuta.

- Nej, det är det inte.
- Nej men vi tjarar mycket om att ha folk på mål.
- Grunden är styrd och inövad.
- Nej, inte i det här laget
- Jag ger dem förslag men mycket ligger på spelarna beroende på om vi kör en speciell uppställning.
- Vissa grunder har vi och jag rycker in och dirigerar om det inte funkar.

Är det ett samspel mellan tränare och spelare som får varianterna att växa fram?

- Ja, det är det.
- Ja, det är det och jag vill att det ska finnas ett mål med power play spelet, ex. vem ska avsluta. Det är viktigt att det känns rätt för dem som ska utföra jobbet och att positionerna känns bra.
- Grunden är styrd och inövad men den byggs på efter utvärdering av och i dialog med spelarna.
- Det är både ja och nej. Mycket ansvar lämnas åt spelarna i power play.
- Spelarna sätter grunderna och tränarna kommer med råd och tips för förbättring.
- Det är viktigt och utvecklande för spelarna att dem får vara med och tycka till.

Lägger ni över ansvaret på aktuell formation att själv forma sina uppspelsvarianter inom power play (5-4)?

- En femma med mycket kvalité i får mycket mer frihet
- Det är mest den enskilda femman som bestämmer
- Nej, inte helt.
- Oftast
- Delaktighet från spelarna med tränarna närvarande.
- Till stor del lägger vi över ansvaret eftersom det oftast är spelare med erfarenhet som utför.
- Både och, jag går in om de är oense kring roller eller om det inte funkar.
- Det har hänt men då är det verkligen upp till bevis.

5.3 Rollfördelning och intensitet

Väljer ni att rulla vidare med ordinarie femmor i numerärt överläge eller använder ni er av speciella PP-formationer? Motivera gärna varför ni gör som ni gör.

- Både och eftersom det är bra om man kan involvera många. Samtidigt är det bra att utse eller ge ansvar åt vissa.
- En femma består av ordinarie spelare medan en annan har ett hopplock då rollspelarna inte finns på samma sätt i den ordinarie konstellationen.
- Vi har växlat. Vi har använt speciella PP-formationer vid få power play lägen och vid avgörande tillfällen. Vid täta matcher som varannan dag och då det är mycket PP-tillfällen i matcherna har det varit lämpligare att sprida på ansvaret och belastningen i truppen med ex. tre enheter.
- Oftast rullar vi på med ordinarie femma men ibland byter vi ut någon gubbe.
- Vi rullar på eftersom det är så mycket power play spel vilket skulle innebära att belastningen skulle bli för hög på enskilda spelare om vi hade PP-formationer.

- Vi har provat allt och inte blivit nöjda. Oftast går PP-spelet hand i hand med hur det funkar i spelet 5-5.
- Vi sprider mer om det är många utvisningar. Det får fler att känna sig delaktiga och dessutom kör man inte slut på enstaka spelare.
- Det är olika, vi har två femmor som får lite mer tid men istället får en tredje det mesta ansvaret i box play. Mestadels byter vi bara ut någon enstaka spelare ur ordinarie femma

Har alla spelare fasta roller i uppbyggnadsfasen (5-4) eller är det en anpassning efter situationen?

- Inom ramen har alla fasta roller men dem kan situationsanpassas.
- Fasta roller har vi när vi har puckkontroll. Timing är dock viktigt.
- Alla har fasta roller.
- Oftast har vi inövade åkvägar
- Alla har en given roll.
- Det finns alltid en uttalad roll men det är ju inte alltid motstånd som man tänkt så lite kreativitet skadar inte.
- Både och eftersom vi vill att det ska vara situationsanpassat så vi inte tappar i tempo.
- De fasta roller vi har innehas av våra spelskickliga spelare. Men det är viktigt att vara flexibel eftersom man aldrig vet hur motståndaren agerar.

Vilken spelare (position) är det som tar initiativet/håller i taktpinnen i ert uppspel?

- Kan vara både forward eller back. Den som är närmast puck måste agera.
- Det kan variera men det är oftast center eller forward som tar in pucken.
- Puckförande back och den som styr i anfallszonen.
- Back eller center
- Ingen specifik
- Oftast en back som ska sträva efter att spela bort en gubbe. Vi försöker skapa 2-1 situationer över hela banan.
- En back bär oftast upp pucken eftersom man tappar en uppspelsmöjlighet om det är en forward som går ned och hämtar.
- Ofta är det en spelskicklig back som inleder och spelar till centern eller någon annan spelskicklig forward.

Ofta dras tempot och intensiteten ned i uppbyggnadsfasen (5-4). Är det ett problem hos er och om så är fallet hur arbetar ni för att öka intensiteten och aggressiviteten likt 5-5 spel?

- Vi har inte speciellt mycket nedgång i tempo så därför betonar vi inte det heller.
- Vi vill ju höja framförallt pucktempot men extra tid ger ju tvärtom lugn så vi jobbar på fart i såväl huvud, ben som puckbehandling.
- Inget problem
- Vi försöker vända fort och i anfallszonen försöker vi med mycket skott och folk på mål.
- Vi tränar utan motstånd i maximalt pucktempo, tränar med extrem boxstress så att vi tvingas ligga före i tanke och handling, tidsbegränsade byten.

- Visa på spelsekvenser såväl praktiskt, muntligt som via dvd.
- Det är ett problem men vi jobbar på träning och med teori via video.
- Vi tränar med mycket tävlingsmoment och tidspress

5.4 Hur fungerar det i två av våra landslag?

Team 90 landslaget är inne på sin andra säsong tillsammans och gemensamt har varit att laget rullat på med ordinarie femma vid power play situationer. Det motiverar förbundskaptenen med att spelarna befinner sig i en utbildningsfas och därför vill så många spelare som möjligt ges chansen att visa upp sitt kunnande.

Första året delegerades allt ansvar kring power play till spelarna. Varje femma fick själv välja uppspel, inspel och anfallspositioner. Tyvärr blev det ofta fel, spelare med talang för spelfördelning och uppbyggnad kunde hamna i mindre attraktiva roller som screenande aktör i uppspelet eller som trafikant framför motståndarnas mål. Det kunde kanske bero på att dessa individer inte vågade framhäva sina begåvningar när femman skulle diskutera hur agerandet i power play situationer skulle se ut.

I år har förbundskaptenen ändrat sitt upplägg. Fortfarande får alla spelare i den ordinarie femman förtroendet men ett grunduppspel, ”lilla plogen”, är bestämt att gälla och var respektive spelare bör positioneras i anfallszonen är också på förhand bestämt.

Däremot så betonas inte power play spelets uppspel och inspel nämnvärt i förberedelserna och det motiveras av tidsbrist eftersom laget ofta endast har tre till fyra träningar tillsammans innan kommande uppdrag.

I Tre Kronor så delegeras allt ansvar till enskilda femmor, allt från uppspels- och inspelsvarianter till rollfördelning. Förbundskaptenen agerar därefter med handledning och synpunkter.

Under landslagsårets olika turneringar men även under gruppspel i VM och OS-turneringar så får alla spelare i den ordinarie formationen förtroendet. Motiv som mindre slitna spelare längre fram i turneringen, ökad delaktighet och högre känsla av betydelse ligger bakom strategin. Däremot ökar användandet av spelare med kvaliteter för just power play spel ju närmare de viktiga matcherna laget kommer.

5.5 Utbildning av kommande elitspelare i power play spel på svenska ishockeygymnasier

De ansvariga tränarna vid tre av Sveriges största ishockeygymnasier var i stort sett samstämmiga. Power play spelet som helhet är ingenting som praktiskt tränas under utbildningstiden vid svenska ishockeygymnasier. Det enda som tränas inom ämnesområdet är individuella färdigheter som i förlängningen kan göra spelaren till en bättre power play spelare. Däremot så undervisar de ansvariga tränarna sina spelare teoretiskt om power play spelets olika faser och tar upp generella principer om hur det kan se ut. Ansvaret för den praktiska power play träningen förväntas klubbarna klara av.

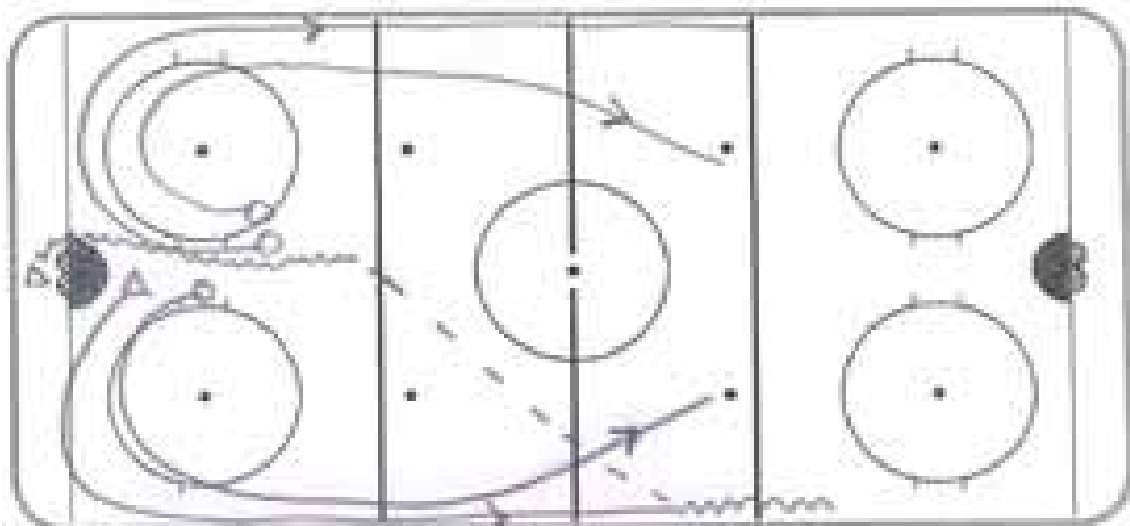
5.6 Vanligtvis förekommande varianter i den svenska elitserien av power play spelets uppbyggnad från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen

Under hösten 2006 så har det gått att urskilja tre principer av uppspel i power play med utgångspunkt från egen målbur. En princip bygger på att en spelskicklig back bär upp pucken mitt i banan med relativt hög fart och levererar pucken mot antingen höger eller vänster kant. En andra princip bygger också på att backen bär upp pucken mitt i banan men spelar till medspelare som går från kanten in mot mitten, det s.k.hålet. En tredje princip bygger på att en spelare hämtar pucken bakom mål av en back som inledningsvis intagit burskydd.

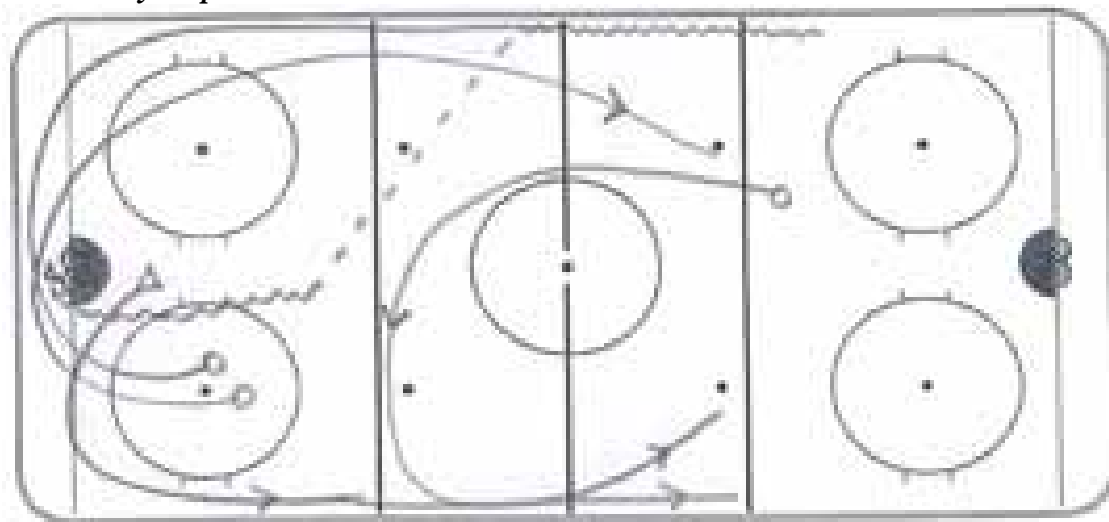
Nedan följer olika typer av uppspels- och inspelsvarianter med utgångspunkt från egen målbur och som har varit vanligt förekommande i den svenska elitserien under hösten 2006.

5.6.1 Back som bär upp puck och fördelar mot kant

Timrå 1. Fyra spelalternativ i mittzonen

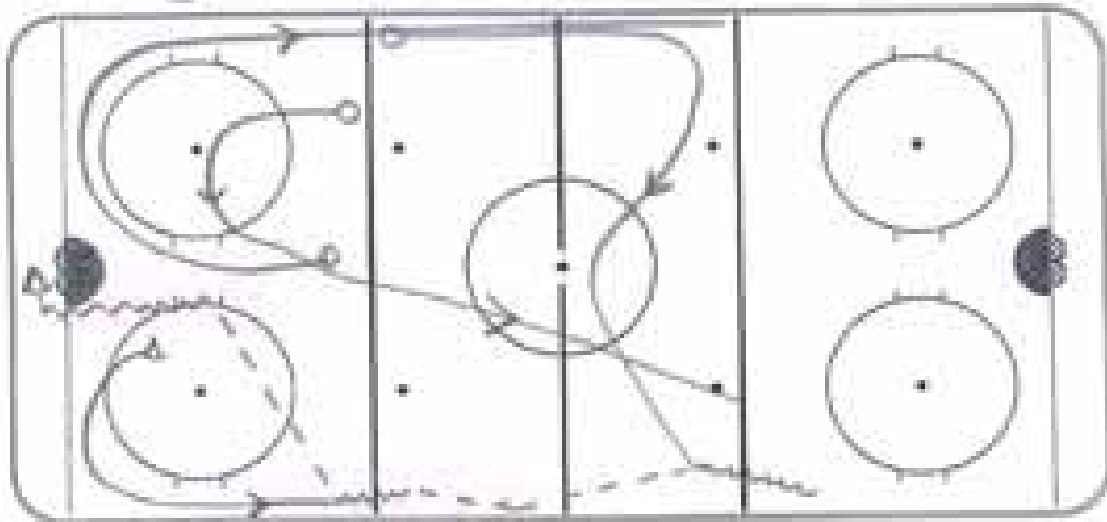


Luleå 1. Fyra spelalternativ i mittzonen

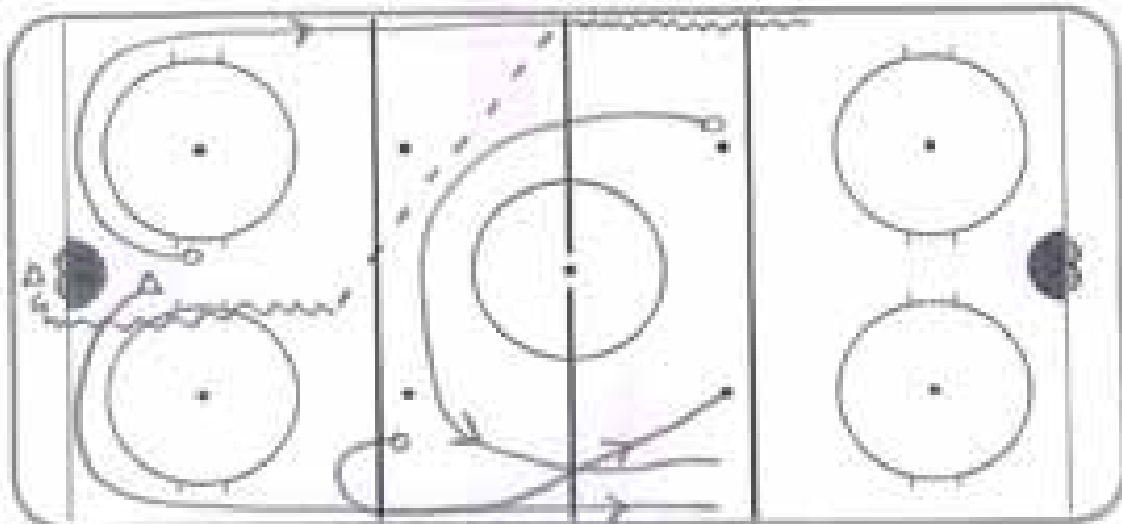


Forts. Back som bär upp puck och fördelar mot kant

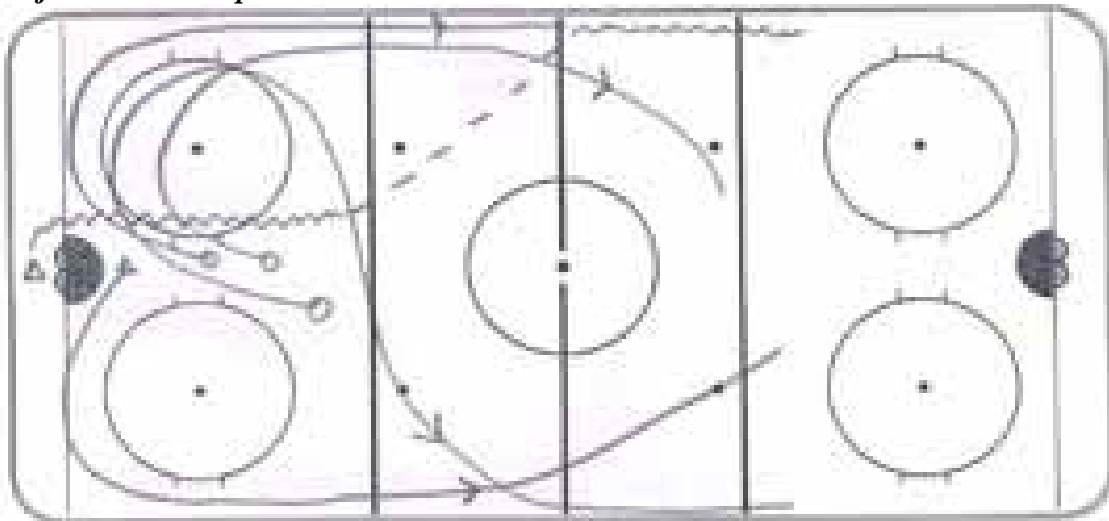
Brynäs 2. Fyra spelalternativ i mittzonen - överbelastning icke pucksida



Färjestad 3. Fyra spelalternativ i mittzonen - överbelastning icke pucksida

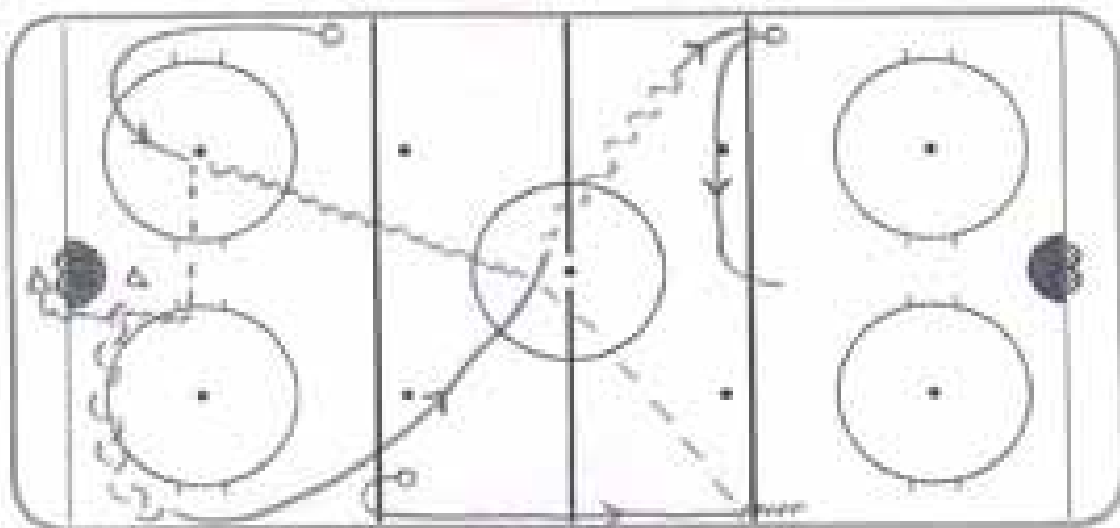


Färjestad 2. Fem spelalternativ i mittzonen

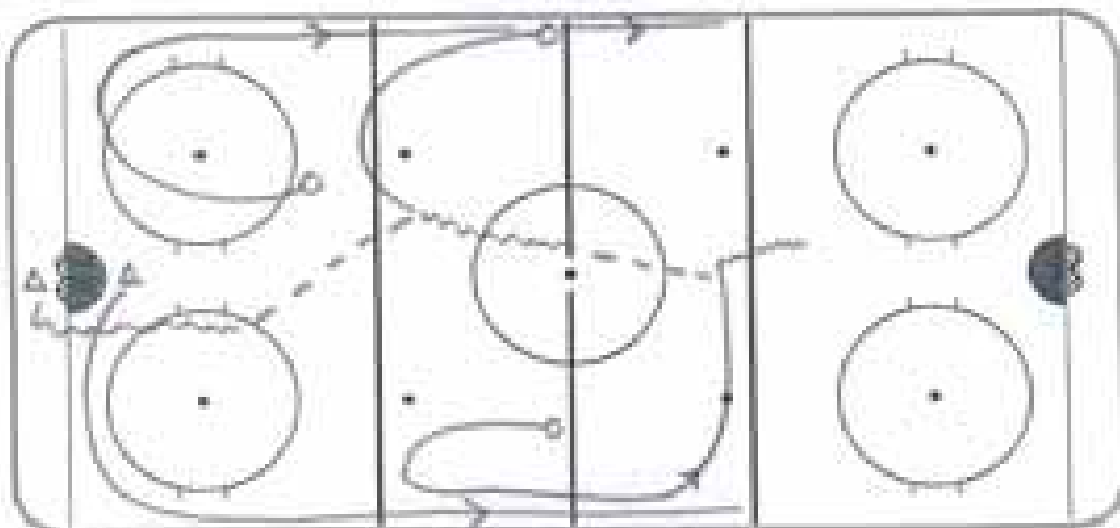


5.6.2 Back som bär upp puck och levererar mot skärande spelare på väg in mot det s.k. "hålet"

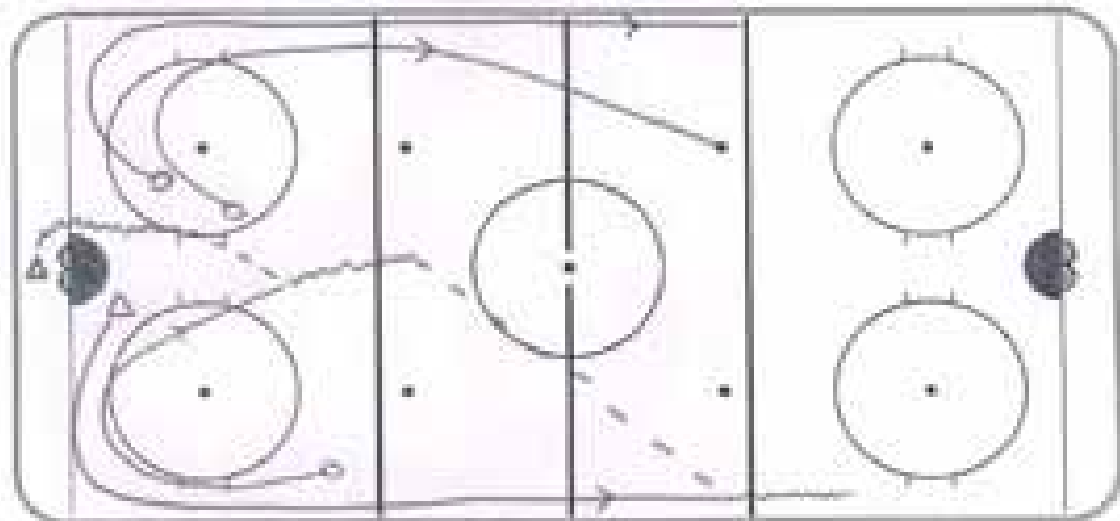
HV71 1. Parspel följt av tre spelalternativ



HV71 2. Tre spelalternativ i mittzonen

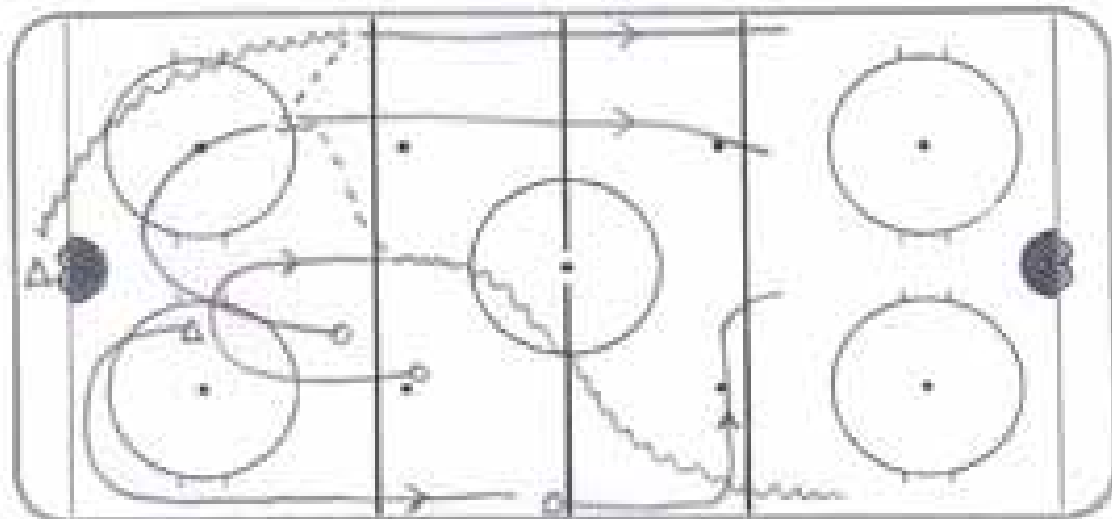


Brynäs 1. Tre spelalternativ i mittzonen

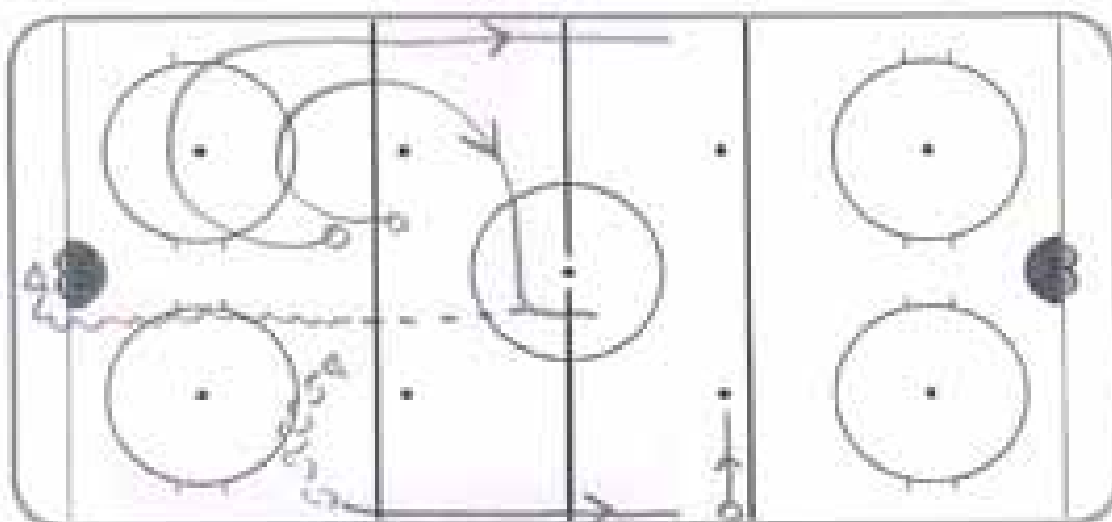


Forts. Back som bär upp puck och levererar mot skärande spelare på väg in mot det s.k. "hålet"

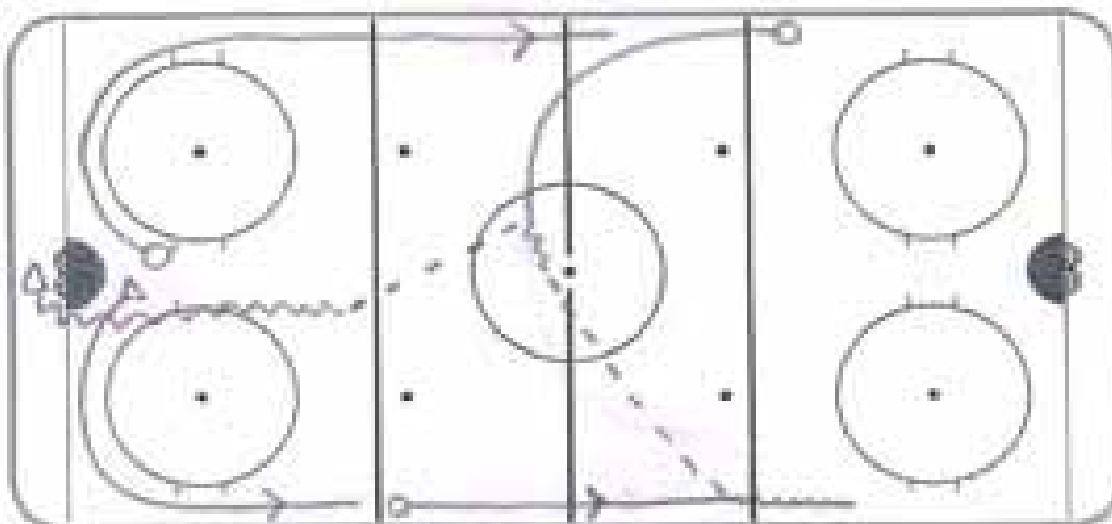
Färjestad 1. Inledningsvis triangelspel/parspel med tre spelalternativ i mittzonen



Luleå 2. Fyra spelalternativ, högerforward i högt utgångsläge

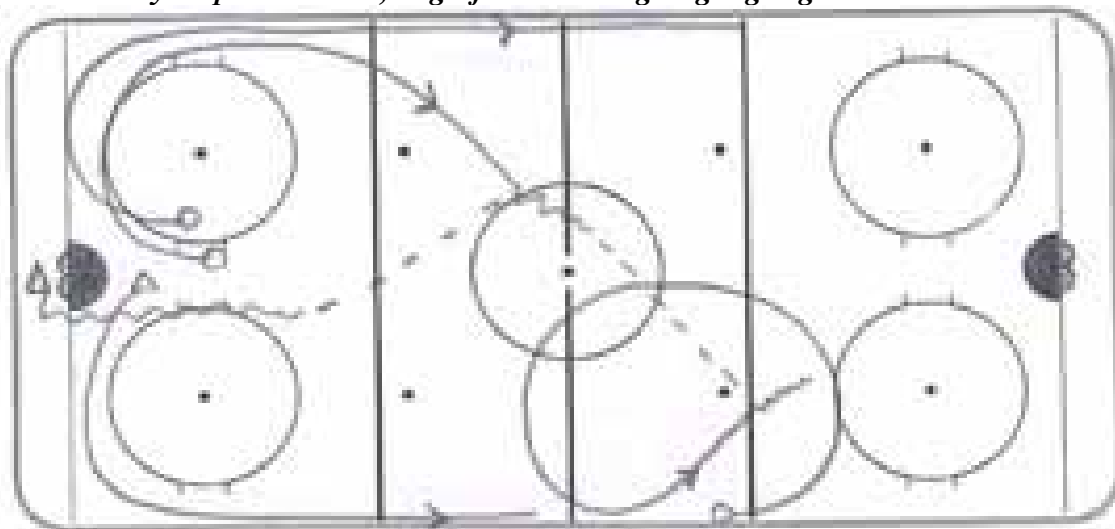


Luleå 3. Fyra spelalternativ i mittzonen

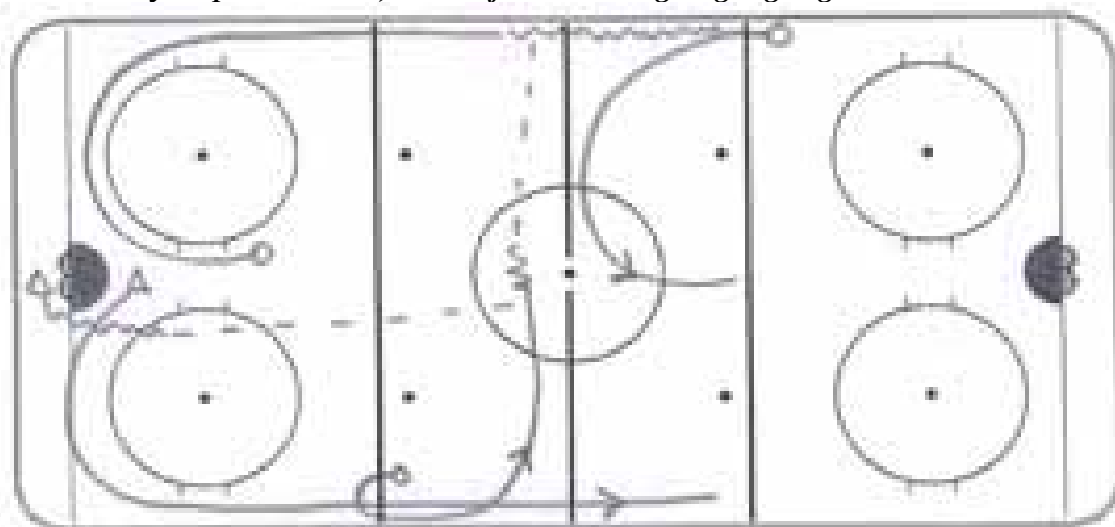


Forts. Back som bär upp puck och levererar mot skärande spelare på väg in mot det s.k."hålet"

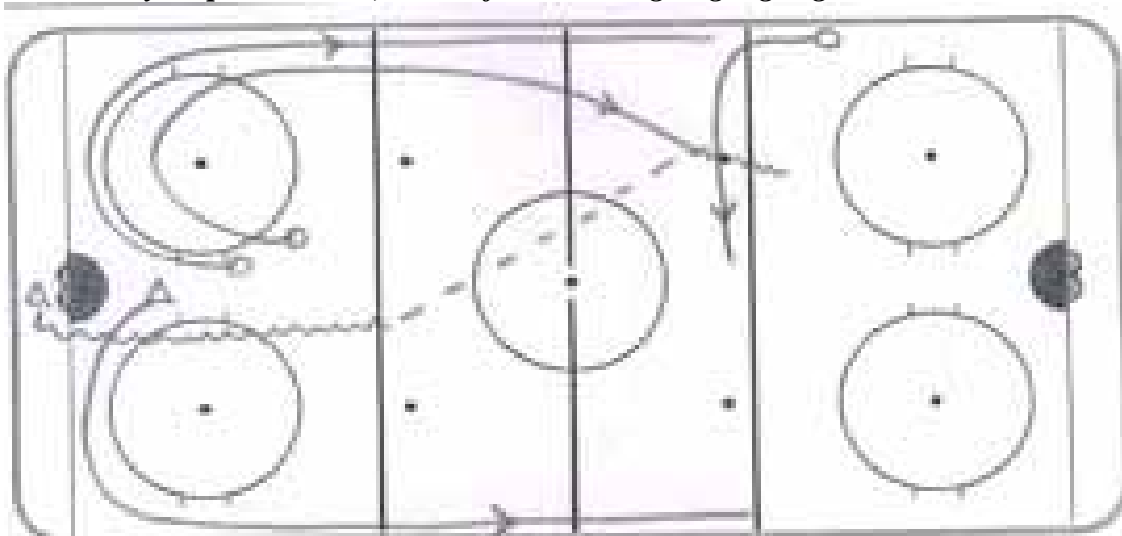
Malmö 1. Fyra spelalternativ, högerforward i högt utgångsläge



Malmö 1. Fyra spelalternativ, vänsterforward i högt utgångsläge

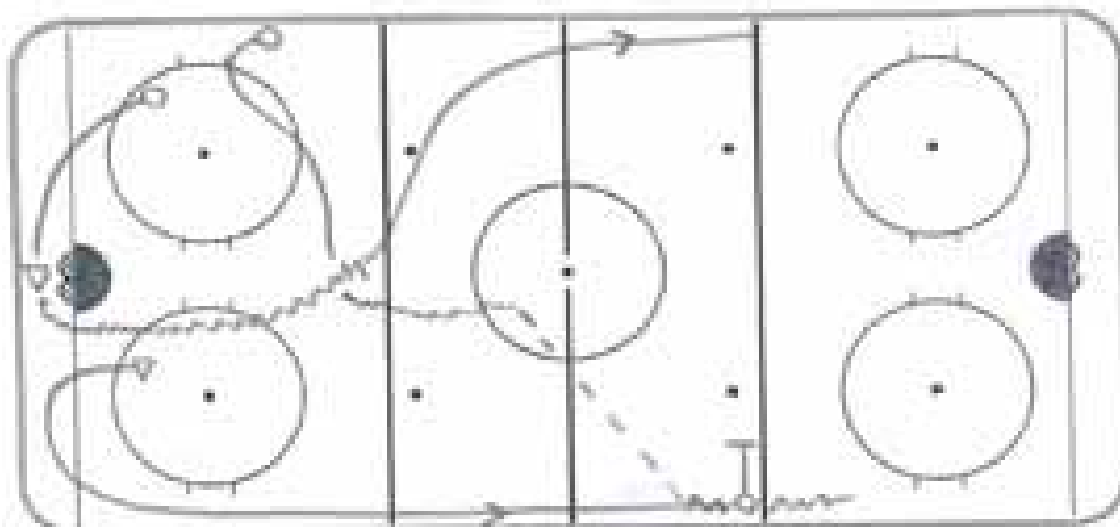


Timrå 2. Fyra spelalternativ, vänsterforward i högt utgångsläge

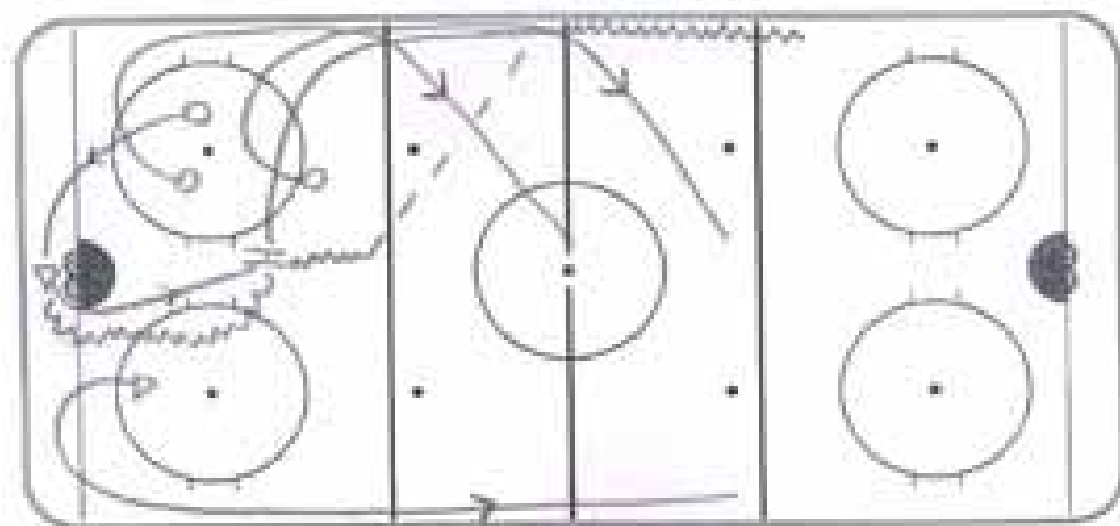


5.6.3 Spelare hämtar puck ur burskydd från, en i initialskedet, passiv back

Skellefteå 1. Bred ingång med spärr



MoDo 1. Överbelastning med kantöppning, Fyra spelalternativ



6 Diskussion

Syftet med undersökningen har varit att ta reda på vilka strategier som finns för power play spelets uppbyggnad i 5-4, från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen. Vidare har studien haft för avsikt att dokumentera vanligen förekommande uppspel och inspel i den svenska elitserien när lagen spelar i numerärt överläge 5 spelare mot 4 spelare. Undersökningen har haft för avsikt att besvara fyra frågeställningar:

1. Vilka strategier ligger bakom elitserielagens sätt att forma sitt uppspel och inspel i power play?
2. Hur prioriteras power play träningen i allmänhet och uppspels- och inspelsfasen i synnerhet och har prioriteringen förändrats med ökat beivrande av spelförstörande moment?
3. Hur utbildas kommande elitspelare i power play spel på svenska hockeygymnasier?
4. Vilka varianter av uppspel och inspel i power play använder sig de svenska elitserielagen av?

6.1 Är power play betydelsefullt?

Det finns nog inte en ishockeytränare, oavsett nivå, som inte tycker att power play är viktigt. Flera elitserietränare som intervjuats uppfattar power play situationen som en god chans att ta initiativ i matchen som rätt utnyttjad kan var matchavgörande.

Kinding (2006) visar med siffror hämtade från NHL-slutspelet våren 2006 ett genomsnitt av alla slutspelslagens effektivitet samt Stanley Cup segrarnas effektivitet. Ett lags prestation i numerärt överläge har en avgörande betydelse för vinst i matchen. Genomsnittet på alla slutspelslags effektivitet i numerärt överläge var 22 % vid vunna matcher och NHL mästarna Carolina hade i sina vinstmatcher en effektivitet på hela 29,3%. Boustedt (2001) och Rossiter och Carson (2001) menar att bra effektivitet för spel i numerärt överläge är 20-25 %. Jämför man dessa siffror med hur det har sett ut i den svenska elitserien dem två senaste åren så är det Frölunda som har den bästa statistiken med 19,16% (04/05) och 20 % (05/06). Under hösten 2006 har Frölunda fortsatt hålla sig kring 20 % medan Färjestad kan stoltsera med hela 26,04 % effektivitet. Det är oroväckande att lag i den svenska elitserien har en utdelning kring 11-12 %.

Det råder nog inga tvivel om att power play är betydelsefullt. Den dåliga statistiken kan ju bero på att spelarna blivit allt skickligare på att försvara sig i numerära underlägen. Svenska spelare har ju av tradition alltid varit duktiga på att försvara sig och spela på motståndarnas misstag. Frågan är om man som tränare tar så stort ansvar som man kanske borde göra när det gäller riktlinjer och organisation i power play situationer.

6.2 En bra grund ger ett bra slutresultat!

Anfallsspelet i modern ishockey startar oftast där laget erövrar puck och man vill, med så få pass och på så kort tid som möjligt, ta sig in i anfallszonen. En del power play sekvenser har liknande strategi och liknande tankar dyker upp hos Karlsson (1986) och Melinder i hockeygymnasiernas kurslitteratur där de menar att lagets power play uppbyggnad bör vara så lik lagets ordinarie spelmönster för att vinna tid och ge största chans till överrumpling av motståndaren. En nackdel med snabba spelvändningar och snabba beslut kan vara att laget inte kommer så samlat och strukturerat som man kanske borde göra för att utnyttja den extra isyta som ges i det numerära överläget.

Ett annat alternativ till uppspel är det kontrollerade uppspelet. Det kontrollerade power play spelet startar ofta i form av ett uppspel med inövade åkbanor och ett gemensamt agerande genom försvarszonen, som fortsätter med ett inspel från mittzonen till puckkontroll i anfallszonen. Fördelen här är att laget kommer samlat och rätt in i den offensiva zonen så att laget enkelt och organiserat kan sätta upp sitt power play med de taktiska upplägg som krävs för att lyckas.

Kinding (2006) beskriver i sin schablon noggrant vilka roller, arbetsområden och uppgifter som power play spelet i den offensiva zonen kräver. Det är med andra ord väldigt strukturerat, organiserat och väl uttalat hur det ser ut i den offensiva zonen. En förutsättning för att lyckas, om man delar tankarna i Kindings schablon, är att spelarna kommer på rätt plats och det så snabbt som möjligt. Kanske är det så att det man vinner i tid genom ett snabbt och överrumplande uppspel och inspel, förordat av bl.a. Karlsson (1986), förlorar man i tid i väntan på att spelarna ska komma på "rätt" plats i den offensiva zonen.

6.3 Träning av power play

Hävelid (2001) beskriver parspelet, skapandet av 2-1 situationer och förmågan att lösa dessa, som en typ av träning som leder till bättre power play agerande. Boustedt (2001) anser att power play träningen bör prioriteras, minst varannan träning är ett bra riktmärke. Han betonar att tränaren inte får glömma uppspel och inspelsfasen.

I tesen "en bra grund är nyckeln till ett lyckat slutresultat" är uppspel och inspelsfasen viktig och bör prioriteras. Det är intressant hur olika de faserna tränas och prioriteras av de svenska elitserielagen. Allt från någon gång i veckan till 10-30 min/träning är spridningen men det skulle vara intressant att följa upp om de lag som säger sig träna mycket uppspel och inspel också ligger i topp när det gäller effektivitet. Tyvärr ger inte denna undersökning något svar på den frågan.

Av tradition så har svenska lag alltid tränat mer på power play spelet i den offensiva zonen men undersökningen visar att det håller på att jämna ut sig i fördelning men än är det en övervikt av power play träning i den offensiva zonen. Dock försöker flera lag få med alla moment när det tränas power play och göra det så matchlikt som möjligt. En svårighet som ofta tas upp när det gäller power play träning är ju att träningskompisarna som agerar som motståndare vet vilka varianter som komma skall och det gör det lite konstlat i agerandet.

6.4 Strategier, ansvar, roller och utbildning

En viss mångsidighet krävs då det är fråga om power play spel. Rossiter och Carson (2001) menar att hockeycoachen i power play alltid letar efter spelaren med idéer. Spelaren som både vill och kan skjuta. Spelaren med känsliga händer som kan slå både smarta, genomtänkta men ändå snabba pass. Mr Bob Johnsson (1989) betonar vikten av att kunna läsa den försvarande enheten för att sedan agera på rätt sätt. Han anser också att alla i power play enheten måste vara beredda att hjälpa puckföraren med avlastning, screening och helst ha förmågan att läsa spelet två pass i förväg

De som ansvarar för power play spel i NHL kan, enligt Rossiter och Carson (2001), ses som en specialstyrka. En specialstyrka innehållande specialister med dem egenskaper som krävs för att spela power play. Specialstyrkan har som främsta uppgift att göra mål. Om man som tränare är av den uppfattningen att det behövs specialister på power play spel för att lyckas är det också naturligt att den ordinarie femman inte får förtroende vid numerärt överläge.

Undersökningen visar att det är väldigt olika hur elitserielagen hanterar matchningen i power play. Inte finns det heller någon speciell kontinuitet i det man gör. Flera av tränare svarar i intervjuerna att dem har provat allt. I den enskilda matchen kan det vara antalet tillfällen i numerärt överläge, tidpunkten för det numerära överläget och om det är ett avgörande läge. Även belastningen i spelschemat spelar stor roll för hur tränarna planerar sitt power play agerande.

En del lag arbetar mer med speciella sammansättningar av spelare som passar bättre för power play spel än andra men ett ökat beivrande av spelförstörande moment från domarhåll har lett till ett, i många avseenden, ändrat förhållningssätt och agerande från elitseriecoacherna.

Eftersom antalet utvisningar och med dem antalet tillfällen för power play spel ökat dramatiskt spelar många lag vidare med ordinarie femma då belastningen skulle bli för hög om bara specialisterna skulle spela i numerära överlägen. Ytterligare en fördel med den strategin kan vara att fler får känna delaktighet och man slipper som tränare få ett gäng ”hängskallar” på bänken.

Ökat beivrande av spelförstörande moment från domarhåll har lett till att elitserielagen tränar mer power play. Intressant är vem eller vilka som leder och styr power play träningen. Undersökningen visar att det är en viss skillnad. I några lag är grunden är styrd från tränarhåll och väl inövad medan i vissa lag styr spelarna det mesta och tränaren endast agerar som rådgivande instans.

Frågan man kan ställa sig är om alla spelare har den kunskap som krävs för att bygga upp en power play strategi och om spelarna kan utveckla spelmönster som leder till bäst utnyttjande av den extra is och tid som ett numerärt överläge ger. Om man är osäker på detta kan man ju fundera om det är rätt att släppa ansvaret till spelarna att själva styra över power play spelets olika faser. Kanske är det än mer viktigt att det finns en styrd och från tränarhåll utvecklad strategi eftersom allt fler lag låter den ordinarie femman, ofta med mindre specialister, sköta power play spelet. Att allt fler lag låter den ordinarie femman sköta power play spelet kan också leda till att speciella strategier för uppspel och inspelsfasen försvinner och ersätts av lagets ordinarie spelmönster just för att specialisterna på power play spel sprids på tre-fyra formationer.

Det är också intressant hur de kommande elitspelarna utbildas. På hockeygymnasierna utbildas spelarna enbart teoretiskt i generella principer för power play spel. Den praktiska power play träningen lämnas till spelarnas klubbar. Intressant skulle det vara att undersöka hur det fungerar i de olika klubbarna som förvaltar och utvecklar dem kommande elitspelarna. Undersökningen ger inga svar på det men säkerligen är det väldigt olika. En del tränare tar nog ett stort ansvar medan en del kanske förväntar sig att spelarna redan har den kunskapen och ger spelarna ansvaret över power play spelets utformning. Risken kan vara stor att ämnet faller mellan stolarna.

När Team 90 landslaget samlades för första gången så delegerades allt ansvar kring power play till spelarna. Varje femma fick själv välja uppspel, inspel och anfallspositioner. Tyvärr blev det ofta fel, spelare med talang för spelfördelning och uppbyggnad kunde hamna i mindre attraktiva roller som screenande aktör i uppspelet eller som trafikant framför motståndarnas mål. Det kunde kanske bero på att dessa individer inte vågade framhäva sina begåvningar när femman skulle diskutera hur agerandet i power play situationer skulle se ut.

Starka personligheter med otillräckliga kunskaper kanske blir de spelare som lär ut framtidens strategier i numerära överlägen till andra spelare om tränaren även i utbildningsfasen släpper ansvaret för denna så strategiskt viktiga kunskap. Finns det inte en inre drivkraft hos tränare att förvandla sin filosofi, sina idéer och tankar till verklighet i praktisk träning mot ett förutbestämt mål, en drivkraft att förbereda laget på så bra sätt som möjligt för att sedan skörda framgång i matchen med stort M. Alla intervjuade tränare var överens om att power play är viktigt och sakkunniga i referenslitteratur betonar att en god effektivitet är en framgångsfaktor för ett positivt slutresultat. Tränare kan ägna timmar åt detaljer och bygga övningar för försvarsspel, anfallsspel, tekningar, ja det mesta men när det gäller power play strategier så överlättes det ofta till spelarna.

6.5 Vanligtvis förekommande varianter av uppspel och inspel i power play

Undersökningen visar att det, under hösten 2006 i den svenska elitserien, gått att urskilja tre principer av uppspel i power play med utgångspunkt från egen målbur. En princip bygger på att en spelskicklig back bär upp pucken mitt i banan med relativt hög fart och levererar pucken mot antingen höger eller vänster kant. En andra princip bygger på att backen bär upp pucken mitt i banan men spelar till medspelare som går från kanten in mot mitten, in i det s.k.hålet. En tredje princip bygger på att en spelare hämtar pucken bakom mål av en back som inledningsvis intagit en passiv roll i burskydd. Den tredje principen är dock relativt ovanlig och en orsak kan vara att laget tappar en uppspelsmöjlighet om ännu en spelare ska ner bakom egen målbur.

De flesta lag verkar dock ha minst en plan för uppspel och inspel men tyvärr är tålamodet begränsat hos enskilda spelare så individuella initiativ och egna lösningar är mer frekvent använda än det kontrollerade power play spelet. Det kontrollerade power play spelet som ofta startar från egen målbur i form av ett uppspel med inövade åkbanor och ett gemensamt agerande genom försvarszonen och som fortsätter med ett inspel från mittzonen till puckkontroll i den offensiva zonen. Uppenbarligen har den slumpmässigt uppkomna situationen en stor avgörande betydelse för beslutet hos den enskilda spelaren när det gäller på vilket sätt pucken ska föras in i den offensiva zonen.

Intressant är att lag som har större tålamod och som oftare håller sig till planen med intränade rörelsemönster i uppspel och inspelsfasen också ligger i topp när det gäller effektiviteten i gjorda mål i power play. Färjestad (26,04%) kontrollerar oftare sina uppspel och inspel med ett gemensamt och samlat agerande. Är detta en slump eller finns det ett samband. Undersökningen visar dessutom att Färjestad använder sig av flest varianter av det kontrollerade för power play spelets uppspel och inspel.

Om det är en slump att ett frekvent kontrollerat gemensamt agerande redan från egen målbur också leder till god effektivitet i gjorda mål eller om det beror på osedvanligt många individuellt skickliga spelare kan vara osagt men onekligen hänger det bra ihop med tesen...
"en bra grund är nyckeln till ett lyckat slutresultat"

6.6 Framtida utvecklingsarbeten och forskning

Det skulle vara intressant att följa upp om lag som säger sig träna mycket av power play spelets uppspel och inspel också ligger i topp när det gäller effektivitet i gjorda mål. Finns det något samband mellan uppspel, inspel och effektivitet?

Det skulle också vara intressant att forska vidare i hur kommande elitspelare utbildas i power play spelets grunder och strategier. Tar klubbarna verkligen ansvar och utbildar? Vem leder utbildningen – är det förmedlad kunskap av en välutbildad tränare eller är det spelare som utbildar spelare?

Referenslista

Karlsson Lars, (1986) *Ishockey- Träning och spel*: Herzog & Budtz AB, Svenska Ishockeyförbundet, Stockholm

Rossiter Sean & Carson Paul (2001) *Träna hockey med NHL – Power play och penalty killing*: Greystone Books, Bonnier Carlsen Bokförlag, Stockholm

Hävelid Magnus, Svenska Ishockeyförbundet (2001), *Ishockey för ungdom 2*: Sisu idrottsböcker, Farsta

Melinder Anders *Spelarutbildning ishockeygymnasier*: Svenska Ishockeyförbundet, Stockholm

Kinding Björn, (2006), *Vägen till elit 2 - Power play och penalty killing*: Svenska Ishockeyförbundet, Stockholm

Boustedt Tommy (2001), *Powerplay*: Hockeyconvention April 2001, Bosön, Stockholm

Johnson Bob Mr (1989), *The Power Play*: 1989 Ice World Championships Symposium, Stockholm

Elektroniska källor:

http://sv.wikipedia.org/wiki/Power_Play	(20061127)
http://stats.swehockey.se/0405/html/elitserien/page0019.html	(20061130)
http://stats.swehockey.se/0506/html/elitserien/page0019.html	(20061130)
http://stats.swehockey.se/0607/html/elitserien/page0019.html	(20061130)

Intervjuer:

Harald Lückner	MoDo Hockey
Kent Johansson	Timrå Red Eagles
Olof Östblom	Brynäs IF
Anders Forsberg	Team Sweden 90
Bengt Åke Gustavsson	Team Sweden
Magnus Hävelid	Linköping – Ishockeygymnasium
Anders Melinder	Örnsköldsvik – Ishockeygymnasium
Roger Rönnerberg	Luleå – Ishockeygymnasium

Enkätundersökning

Per Märts	HV71, Jönköping
Lars Bergström	Malmö Red Hawks, Malmö
Stephan Lundh	Frölunda Indians, Göteborg
Roger Rönnerberg	Luleå HF, Luleå
Charles Berglund	Djurgårdens IF, Stockholm
Per Erik Jonsson	Skellefteå AIK, Skellefteå
Gunnar Persson	Linköping HC, Linköping
Harri Rindell	Mora IK, Mora

Bilaga 1



Utvecklingsarbete

en del av Svenska ishockeyförbundets Elittränarutbildning 2006-2007

Mål:

- Stimulera individens intresse för det taktiska samt stimulera att det snackas ishockey.
- Utveckla individens taktiska kunskaper samt dokumentera svensk elitishockey.
- Utveckla individen som tränare och ledare samt medverka till svensk ishockeys utveckling
- Få svensk ishockey att bli bättre på att ta tillvara på de erfarenheter som finns
- Producera material som kan användas på svenska tränarkurser

En enkätundersökning gällande strategier för ”Power Play” spelets uppbyggnadsfas i 5-4, från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen

Jag, Micke Sundell 38 år från Kramfors i Ångermanland, är en av 24st som går Svenska Ishockeyförbundets Elittränarutbildning. Efter telefonkontakt med er under v.40 så skickar jag enkäten där jag vill undersöka *strategierna för power play spelets uppbyggnadsfas i 5-4, från egen målbur till puckkontroll i anfallszonen*. Enkäten kommer att ligga till grund för ett utvecklingsarbete som ingår i Svenska Hockeyförbundets Elittränarutbildning 2006-2007. *Syftet med mitt utvecklingsarbete är att dokumentera de uppspelsvarianter och strategier som finns i svensk elitishockey.*

Arbetet med mitt utvecklingsarbete är i full gång och jag är mycket tacksam om ni fyller i enkäten så fort ni har tid och sänder tillbaka den i det frankerade svarskuvertet.

Utvecklingsarbetet kommer att redovisas under LG Hockey Games i februari, då vi har vår sista utbildningsträff. Målen för utvecklingsarbetet kan ni läsa ovan. Era enkätsvar kommer att behandlas diskret. Jag bifogar enkäten, spelplaner och frankerade svarskuvert.

Jag tackar för vänligheten att ta er an mig och mitt utvecklingsarbete som förhoppningsvis hjälper till att utveckla svensk elitishockey.

Hör gärna av er om det finns några funderingar. / Micke Sundell, Elittränarutbildningen 06/07

Utvecklingsarbetet utförs av...

Micke Sundell

Åkervägen 22

872 33 Kramfors

0612-10859, 070-674 79 88

mikael.sundell@adalsskolan.org

Inledning...

(Använd gärna baksidan om det fattas plats att skriva)

Vad är det första ni tänker på då ni hör Power Play?

Tid och prioritering...

Hur mycket tid lägger ni på att träna power play uppspel/inbrytning?

Hur stor vikt lägger ni vid träning av uppspel/inbrytning kontra det mer statiska 5-4 spelet i anfallszonen. Motivera gärna varför ni gör som ni gör

Har den nya regeltolkningen med fler utvisningar som följd påverkat er prioritering av power play träning och i så fall på vilket sätt?

Samspel och ansvar...

Hur fungerar det i ert lag?

Är det strikt uppstyrda och inövade varianter från tränarhåll?

Är det ett samspel mellan tränare och spelare som får varianterna att växa fram?

Lägger ni över ansvaret på aktuell formation att själv forma sina uppspelsvarianter inom power play (5-4)?

Rollfördelning och intensitet...

Väljer ni att rulla vidare med ordinarie femmor i numerärt överläge eller använder ni er av speciella PP-formationer? Motivera gärna varför ni gör som ni gör.

Har alla spelare fasta roller i uppbyggnadsfasen (5-4) eller är det en anpassning efter situationen?

Vilken spelare (position) är det som tar initiativet/håller i taktpinnen i ert uppspel?

Ofta dras tempot och intensiteten ned i uppbyggnadsfasen (5-4). Är det ett problem hos er och om så är fallet hur arbetar ni för att öka intensiteten och aggressiviteten likt 5-5 spel?

Varianter... (bifogar spelplaner)

Vilka varianter använder ni er av? Finns det flera lösningar inom varje variant? Vore mycket tacksam om ni ville rita ned vilka varianter som ni använder er av eftersom syftet är att dokumentera dem varianter som används i elithockeyn.

