Svenska Ishockeyförbundet
Elitekurs (ETU)

Box play-spel som segervapen

Sergei Joukov

Handledare Göran Pegenius
2012-05-30

Sammanfattning

Min erfarenhet som ishockeytränare säger att de tuffaste matcherna mot likvärdiga motstånd avgörs i power play- och box play-spelet.

Betydelsen av box play-spelet har ökat senaste åren för att domarna bedömer situationerna på annat sätt än tidigare på grund av nya regler som tillkommit senaste åren.

Syftet med mitt arbete är att väcka mer intresse (uppmärksamma) för box play-spelet och dess betydelse för att vinna matcherna samt upplysa om vilka typer av spelare behöver man söka. Vilka metoder och sätt används för att träna numerärt underläge. Vilka små detaljer gör box play-spelet bättre.

I mitt arbete har jag försökt ta reda på/undersöka om vi i Sverige värderar power play och box play-spelet lika?
Varför söker klubbarna rollspelare bara för power play spel och inte för box play?
Hur tränar man spel i numerärt underläge på bästa sätt ?
Vilka små detaljer kan förbättra box play-spelet?

Jag har intervjuat personer med lång erfarenhet inom Svensk hockey, som i sina klubbar dagligen ansvarar just för box play-spelet.
Jag har tittat på tränarnas och spelarnas uttalanden i TV och tidningar samt sökt information på Internet.

Mitt arbete visar att i Sverige lägger man lika stor vikt på spel i numerärt underläge som på power play-spel teoretiskt sätt men inte praktiskt sätt , på träningar .
Klubbarna söker spelare med spetskvalitéer för både power- och box- play spel.
Det finns flera olika sätt att träna spel i numerärt underläge , men enligt intervjuer som jag har gjort, det viktigaste är att skapa tävlingssituationer på träning som är match-lika och att man slipar på små detaljer dagligen.

Min slutsats är att spel i numerärt underläge är viktigt spelmoment för att vinna matcher och till och med kan bli segervapen.
.

Innehållsförteckning

		Sid
	Sammanfattning	2
	Innehållsförteckning	3
1.	Inledning	4
2.	Bakgrund	5
	2.1 Box play-spel som segervapen	5
	2.2 Betydelsen av spel i numerärt underläge	5
	2.3 Box play rollspelare	6
	2.4 Olika sätt att träna box play-spelet	7
	2.3 Små detaljer att tänka på i spel i numerärt underläge	8-9
3.	Syfte	10
	3.1 Frågestälningar	10
4.	Metod	10
	4.1 Intervju	
	4,2 Litteratur	
	4.3 Internet	11
	4.4 Tidningar	
5.	Resultat	11
	5.1 Betydelsen av spel i numerärt underläge	11
	5.2 Box play rollspelare	12
	5.3 Olika sätt att träna box play-spelet	13
6.	Diskussion	14
7.	Referenslista	14

1.Inledning

Många gånger efter en vunnen match läser man i tidningar uttalanden och matchanalyser av tränarna och experter att power play eller box play spel avgjorde hela matchen, men jag tycker att det spenderas alldeles för lite tid på att träna numerärt underläge.

Det finns inte så mycket skrivet material om på vilket sätt man tränar box play och vilka små detaljer måste man träna på för att bli bra på att döda utvisningar och till och med göra mål i numerärt underläge och avgöra matcher.

Min fråga är om vi i Sverige anser att box play spelet lika viktigt som power play spelet for att vinna dem tuffaste matcherna mot likvärdiga motstånd ?

Varför söker man till klubbar bara power play men inte box play rollspelare och vilka är dem? Hur tränar man box play spel på bästa sätt och vilka små detaljer kan bli avgörande i spel i numerärt underläge?

2. Bakgrund

2.1 Box play spel som segervapen

”Toppmötet mellan Södertälje och Malmö blev precis så tufft och jämnt som väntat. Ett pressat Malmö orkade hålla undan och vinna med 3-2.
Malmös segervapen blev oväntat box play spelet. I numerärt underläge i första perioden satte Robin Alvarez 2-0, och i andra perioden avgjorde Magnus Häggström med sitt 3-2-mål.
Genom att hålla undan i box play spelet tog Malmö tre viktiga poäng.” TV4-Sport´’

När jag läste det här uttalandet så kom det upp en fråga om att vi i Sverige tycker att box play spelet är ett oväntat segervapen.

2.2 Betydelsen av spel i numerärt underläge

Om vi tittar på nordamerikanskt sätt att se på numerärt underläge så ser man tidligt och klart att box play spel är mycket viktigt för att vinna matcher.
Man värvar roll spelare och tränar med dem som specialenheter regelbundet tillsammans.

”Ett mål i box play spel kan vara förödande för motståndarens moral”.

Scotty Bowman

Steve Yzerman har gjort 50 mål i numerärt underläge.

Min känsla är att vi i Sverige lägger inte så stor vikt och mycket tid på box play spelet som det egentligen krävs idag. Därför har jag ställt frågan om box play spel lika viktigt som power play spel för att vinna matcher till några tränare som har ansvar för just den spelformen i sina klubbar.

2.3 Vilka är dem box play roll spelare ?

Kris Draper och Kirk Maltby är båda två utmärkta skridskoåkare och mycket effektiva i numerärt underläge. I Detroit spelade de oftast de första 45 sek av varje utvisning, tog en kort vila gick sedan tillbaka ut på isen för de sista 30 sek.
Scotty Bowman

Egenskaper för en bra box play spelare:

Bra skridskoåkare
Uthålliga
Modiga
Bra på att läsa spelet
Tuffa i närkampspelet
Kan spela både back och forward

Boxplay-specialisten

Bellemare dominerar - framåt och bakåt

Skellefteå AIK har Elitseriens klart bästa boxplay och dödar drygt 88 procent av de numerära underlägena. En stor anledning till det är att man har seriens bästa boxplay-spelare, både offensivt och defensivt.
- Tränarna litar på mig i boxplay, säger Pierre-Edouard Bellemare till hockeyligan.se.

Med fem gjorda mål i boxplay är fransmannen Pierre-Édouard Bellemare den målfarligaste spelaren i numerärt underläge, och det saknas endast tre mål för att tangera Per-Åge Skröders suveräna rekord.

Trots sin enorma målfarlighet i BP-spelet är det ändå i defensiven Bellmare har sina främsta egenskaper.

- När jag kom till Sverige var jag inte så trygg i boxplay, men nu vet jag var jag ska stå och hur många motståndare agerar i deras powerplay, säger han till Hockeyligan.se och fortsätter:
- Det är svårt att träna just boxplay, men som lag tycker jag att vi oftast är på rätt

ställe vid rätt tillfälle.Våra tränare är bra på att lyfta fram vad som är viktigt i numerärt underläge, och sedan handlar det också mycket om att vi som spelar mycket boxplay i vårt lag nu börjar få rutin att spela mycket i den spelformen.

Utnyttjar att spelarna är trötta
Utan att avslöja alltför många tips berättar ändå Skellefteås nummer 41 vad hans bästa knep är i spelformen.

-Dels vet jag att motståndarnas backchecking inte är lika bra som i spel fem mot fem och dels så kan deras PP-spelare ha varit inne på isen i närmare en minut och då kan de bli trötta. Får jag då ett en mot en-läge så försöker jag självklart att utnyttja det.

Det absolut viktigaste för en boxplay-spelare handlar dock om förtroende, menar Bellemare.

Tränarna litar på mig i boxplay och för mig gäller det hela tiden att få de att fortsätta att lita på mig. Jag spelar även mycket med Lee Goren, och han är hur trygg som helst.

Det finns dock ett lag som Bellemare faktiskt har respekt för.

- Det är inget snack om att Brynäs är klart jobbigast att möta i boxplay. De passar överallt, använder hela banan och deras kreativitet i powerplay är riktigt bra

Måns Karlsson

Den här artikeln visar klart vilka de är boxplay roll spelare.
Vad som krävs för att bli bättre och att det är svårt att träna just boxplay spel.

2.4 Olika sätt att träna boxplay-spelet

Teori

Det finns många olika varianter att träna på box play spel på men alla de börjar med teori där tränaren förklarar spelidén och agerandet på plan i olika situationer.

Det kan göras med hjälp av DVD eller med vanligt möte.
Det viktiga är att alla inblandade i box play spelet på plats: tränarna, spelarna, målvakterna.
På sådana möten kommer man överens om vad som ska göras på plan när laget har numerärt underläge och samtidigt tittar man på motståndarnas power play för att läsa deras tankar snabbare och samtidigt agera på rätt sätt och som en enhet.

Praktik

Modern box play spel handlar mycket om stress och press, skridskoåkning, aggressivitet över hela plan, förmågan att läsa motståndarnas tankar och att vara starka i närkampspel.

Min erfarenhet som tränare säger att det bästa sättet att träna box play på är att spela två måls spel över hela banan med power play och box play uppställningar.
Här skapar man tävlings situationer och tränar så match likt som mögligt i högt tempo.

2.5 Små detaljer att tänka på i spel i numerärt underläge.

Enligt Johan Garpenlövs undersökning där många NHL spelare deltog om vad som gör box play mycket bättre det är små detaljer som spelarna kan lära sig av varandra. Det handlar om både teori och praktik när man stannar kvar efter lagets träning och tränar på egen hand. Det är också bra sätt att träna box play.

- prata med medspelare
- se på motspelare
- lyssna på tränaren som har kunskaper
- träna på egen hand
- ta lärdom av egna misstag

Jag håller med Johan Garpenlöv om att många gånger är det små detaljer som gör box play mycket bättre.
I artikeln ovanför läser man att det handlar mycket om förtroendet från tränaren och att man lär sig nya saker under tiden.

Jag tycker att spelare som spelar i numerärt underläge ska lära sig vilka detaljer det handlar om.

Enligt Johan Garpenlövs undersökning där många NHL spelare och några tränare deltog De små detaljerna i box play spel är:

- agera samtidigt
- veta när man sätter press
- tvinga till skott i dåliga lägen
- ta bort passningar genom boxen
- hålla motståndarna på utsidan
- rensa undan returerna
- att man är först på lösa puckar
- korta byten
- att vara i skottlinjen
- täcka puckar
- sätta stress på motståndaren när det slås en dåligt pass
- sätta stress på motståndaren när han har ryggen mot spelet
- skydda slottet
- start och stopp
- jobba hårdare än power play spelare
- våga att hå tålamod
- samspelta
- bra tekare
- inte fastna vara lös
- stänga passnings vägar med aktiv klubba
- rätt sida
- fri sikt för målvakten
- vrida på huvudet
- prata med medspelare
- träna att tå ner flipp puckar
- lyfta klubban på motståndaren
- rensa med full kraft
- klubban i en hand

Alla dessa detaljer är jätteviktigt att lära sig inte bara för spelare även för tränare.
Alla ska jobba som ett lag för att förbättra box play spel då alla måste få veta vad som gäller.
.

3. Syfte

Syftet med mitt arbete är att väcka mer intresse (uppmärksamma) för box play-spelet och dess betydelse för att vinna matcherna samt upplysa om vilka typer av spelare behöver man söka.
Vilka metoder och sätt används för att träna numerärt underläge. Vilka små detaljer gör box play-spelet bättre.

3.1 Frågestälnigar:

Min fråga är om vi i Sverige anser att box play spelet lika viktigt som power play spelet for att vinna dem tuffaste matcherna mot likvärdiga motstånd ? Varför söker man till klubbar bara power play men inte box play rollspelare och vilka är dem? Hur tränar man box play spel på bästa sätt och vilka små detaljer kan bli avgörande i spel i numerärt underläge?

4. Metod

4.1 Intervju

Jag har intervjuat tränare som har ansvar för spel i numerärt underläge i sina klubbar.
De har bra inblick hur det fungerar praktiskt på träningar och på matcher.
Jag har gjort telefonintervjuer och ställt frågor via mail.

4.2 Litteratur

Det finns inte så mycket litteratur utgivet om box play spelet .
Jag har använt :
Vägen till Elit skriven av svenska ishockeyförbundet.

4.3 Internet

För att hitta mer information har jag använt internet.

4.4 Tidningar

Tidningar var också bra metod att få information

5. Resultat

5.1 Betydelsen av spel i numerärt underläge

Här har vi svaret:
Jag tycker att box play är viktigare än PP för att vinna matcher. Om du inte gör mål i PP kan du fortfarande vinna matchen (med mål i 5 - 5) Men om du inte klarar av att döda ditt box play så får du oftast inte chansen att vinna matchen.

Tomas Montén tränare Djurgårdens IF box play ansvarig

BP Har absolut lika stor betydelse som PP för att vinna matcher. Och enligt mig, så tränar man lika mycket på båda.

Leffe Strömberg Malmö IF

Ja, det anser jag. Både i praktiken och psykologiskt. Ett insläppt mål räknas emot dig oavsett om det är 5-5 situation, PP eller BP.
Det psykologiska ligger ju i att laget får en mental boost i att ha klarat av en svår situation med 1 eller 2 man mindre.
Det som idag populärt kallas för momentum, att man får ett övertag i spelet direkt efter en utvisning

Fredrik Olausson HV 71

Av den här undersökning drar man slutsatser att box play spel har lika stor betydelse som power play spel att vinna matcher då kommer upp direkt annan fråga: Varför söker man till klubbar power play men inte box play roll spelare och vilka är dem?

5.2 Box play roll spelare.

Många gånger hör man av tränarna att det är bara sista biten kvar i lagbygget som är att hitta spetskvalité –spelare och att det handlar om en power play back eller forward.

Jag har aldrig hört att någon sökte box play roll spelare.
Varför?

Tror generellt att man söker specialister för alla olika spelformer. Men pga ekonomi så lägger man all krut på offensiva/skickliga spelare som oftast är PP-spelare. Box-play tycker man oftast att ”alla kan lära sig att spela” och att man oftare använder 3-4 line till BP. Dit värvar du ju sällan rollspelare. Men jag tror det kommer ändras mer och mer.

Tomas Montén

Jag tycker inte att det är så riktigt. Helst vill man ha spelare för alla tre spelformerna. I dagens ishockey måste du ha/skapa bra spelare i båda spelformerna

Leffe Strömberg

Jag kan inte svara för andra klubbar. När vi bygger ett lag tittar vi efter alla aspekter, även det defensiva kunnandet, roller etc.
Sedan kan jag ta Johan Davidsson som exempel. Han har varit bärande offensivt i en av dom bästa kedjorna i elitserien genom åren, men tack vare sitt kunnande och spelsinne har han också varit en av våra absolut bästa BP spelare. Se även Jörgen Jönsson

Fredrik Olausson HV 71

5.3 Det finns många olika sätt att träna box play spel på men alla tränarna är överens om att man måste agera i högt tempo och skapa tävlings situationer på träning som liknar match situationerna.

-Jag tycker man skall bryta ut och träna specifikt box-play, dvs använda alla 4 femmor till PP och BP (träna både 4 mot 0, dvs ställ upp och flytta runt boxen. Förstå alla områden i spelet. Och 4 mot 5). Så att alla får träna BP. Alternativt i tävlings form där BP tävlar mot PP. Annars är spel där 2 PP femmor möter 3 olika BP uppställningar i flygande byten bra.

Tomas Montén Djurgården IF box play ansvarig

Enligt mig, att skapa tävling situationer på träning. Bry sig och coacha BP lika hårt som PP. Inte bara låta det rulla på.

Leffe Strömberg Malmö IF

Det finns många olika sätt. Kanske lite mera ”lugnt” i början när spelarna lär känna varandra med mycket diskussion, genomgång av det taktiska, positioner. Senare, kanske lite tävlingar mot PP uppställningar

Fredrik Olausson HV 71

Mitt arbete visar att i Sverige lägger man lika stor vikt på spel i numerärt underläge som på power play-spel teoretiskt sätt men inte praktiskt sätt, på träningar.
Klubbarna söker spelare med spetskvalitéer för både power play och box play spel.

Det finns flera olika sätt att träna spel i numerärt underläge, men enligt intervjuer som jag har gjort, det viktigaste är att skapa tävlingssituationer på träningar som är match-lika och att man slipar på små detaljer dagligen.

6. Diskussion

Min slutsats är att spel i numerärt underläge är viktigt spelmoment för att vinna matcher.
Det behöver uppmärksammas ännu mera med forskning och man behöver lägga mera tid på träningar för att utveckla det.

Det är klart att det är intressant att diskutera hur man tränar boxplay spel .
Min känsla är att vi lägger betydligt mera tid på att träna power play och glömmer att numerärt underläge är lika viktigt spelmoment för att vinna matcherna.

Intressant att diskutera hur man agerar i anfall zon i forechecking och i spelet runt kassen i egen zon.

Jag tycker att vi kan agera ännu mer aggressivare i numerärt underläge över hela plan.

7. Referenser

Tomas Montén Djurgården IF box play ansvarig

Leif Strömberg Malmö IF

Fredrik Olausson HV 71

Johan Garpenlöv Tre Kronor

Måns Karlsson Aftonbladet