Svenska ishockeyförbundet
Elittränarutbildningen (ETU)

Bör vi träna/utbilda spelare, tränare och domare på annat sätt utifrån att man inte får tacklas inom damhockeyn?

Magnus Grönlund

Handledare: Göran Lindblom

2012-04-30

Sammanfattning

Jag har tränat lag sedan -96 och har sedan dess gått svenska ishockeyförbundets utbildningsstege för att få fullständig behörighet som tränare. Under mina år som tränare har jag haft olika pojklag och det var först säsongen 2009/2010 som jag kom i kontakt med damhockey genom att ta över som tränare i Brynäs damlag.
Under mina tre säsonger som damtränare har jag upplevt en stor otydlighet hos domare, spelare och ledare vad som gäller vid närkampsspelet inom damhockeyn och vad som egentligen är tacklingar. De råder också många olika åsikter om tacklingar ska vara tillåtna eller inte. Jag har därför i mitt arbete focuserat på att ta reda på vad som egentligen gäller, hur ser reglerna ut vad gäller tacklingar och vilken utbildning får domarna och tränarna i dag för vad som gäller inom damhockeyn? Och med den kunskapen, utbildar vi spelarna, domarna och tränarna på rätt sätt utifrån de förutsättningar som gäller?
Jag har därför mail intervjuat etablerade spelare, tränare, och domare med erfarenheter av damishockey på både nationell nivå och internationell nivå.

Mina efterforskningar visar att det råder en stor otydlighet i hur vi ska förhålla oss till tacklingar och närkampsspel inom damhockeyn för oss tränare, domare och spelare. Regeln som finns är inte förankrad hos spelare och tränare och är väldigt svår att ”få tag på”. Domarutbildningen behöver förändras och organisationen runt de domare som dömer damerna bör ses över. Eftersom tacklingar inte får förekomma så blir betydelsen av en än bättre skridskoåkning, skridskoteknik och klubbteknik viktig för spelarna. Att sätta press och åka mycket skridskor i anfallsspelet och att överbelasta och sätta tidig press i försvaret är effektivt inom damhockeyn. Vi kanske ska gå in mer för att attackera motståndarens klubba i närkampsspelet, som de gör i USA och Canada.
Det bör också finnas en anpassad utbildning/kurs för tränare verksamma på damsidan där de kvinnliga fysiologiska förutsättningarna tas upp för att öka medvetenheten hos tränarna och där damreglerna gås igenom tillsammans med domaransvarig för ökad samsyn.

Innehållsförteckning

1 Inledning 1

2 Bakgrund 2
2.1 Svensk damishockeys historia 2
2.2 Tacklingsregeln för damer 3
2.3 Närkampsspel 4
2.4 Tacklingar 4
2.5 Fysiska förutsättningar 5
2.6 Utbildning av spelare 6
2.7 Utbildning av tränare 6
2.8 Utbildning av domare 6

3. Syfte 7

4. Metod 8

5. Resultat 9

5.1 Intervju med spelare: Karin Johansson, Brynäs. 9
5.2 Intervju med spelare: Angelica Lorsell, Brynäs. 10
5.3 Intervju med spelare: Joa Elfsberg, Brynäs. 11
5.4 Intervju med domare: Joel Hansson(domarassistent svenska ishockeyförbundet). 12
5.5 Intervju med tränare: Ulf Hedberg, Leksand. 13
5.6 Intervju med tränare: Henrik Cedergren, juniordamlandslaget. 14
5.7 Intervju med tränare: Lasse Landström, Valbo (f.d damtränare Brynäs) 15
5.8 Intervju med tränare: Peter Elander, USA (f.d damlandslaget). 16

6. Diskussion 18
7. Källförteckning 20

1. Inledning

Närkampsspelet diskuteras alltid inom damhockeyn! Ska tacklingar tillåtas, och i så fall hur får man tacklas? Många anser även att tjusningen med hockey ligger i det fysiska momentet.

Efter tre år som dam tränare har många situationer uppstått där bedömningsnivån runt närkampsspelet varit väldigt skiftande. I riksserien är det övervägande herrar som dömer men i slutspelet är det kvinnliga domare. Dessa situationer med efterföljande diskussioner anser jag vara destruktiva för damhockeyn och de utgår ofta från en jämförelse med herr hockey. Om vi istället flyttar focus till att bara gälla damhockey och hur vi på bästa sätt utvecklar den som en egen sport kanske vi kan skapa bättre villkor och ökad tydlighet för vidare utveckling av damhockeyn.

I november 2011 anordnades i Nyköping ett symposium bara för damhockey där tränare från hela landet samlades och bland andra USA och Canadas tränare föreläste om hur de jobbar i USA och Canada.
På symposiet fick tränarna för USA (Katy Stone) och Canadas (Melody Davidson) damlag svara på frågan: ”Tycker ni att tacklingar ska tillåtas inom damhockeyn?”
Deras omedelbara svar var: ”Damhockey är så fin att se på med skridskoåkningen, passningsspelet och tekniken så vi tycker inte att det ska vara tacklingar inom damhockeyn”. För att träna ett lag i riksserien, serien för damerna, har tränarna krav på sig att ha gått tränar utbildningen Junior och Seniorkurs 2. Det är den enda hockeyutbildning som finns och den är utformad efter herrhockeyn, det förekommer få diskussioner om damhockeyn och de olika förutsättningar herrar och damer har i utövandet av sporten. För olika förutsättningar mellan könen är det både vad gäller fysiken, det mentala, regler och accessen till idrotten. I pärmen med utbildningsmaterial ”Vägen till DamElit” (2008), tar man upp de fysiologiska och de mentala skillnaderna men inget om skillnaderna regelmässigt vad gäller närkampspelet och ingen diskussion förs om träningen bör anpassas utifrån dessa skillnader. Eftersom tacklingar inte får förekomma inom damhockeyn hur utvecklar vi då närkampsspelet för damerna? Min rapport syftar till att ta reda på om vi bör utbilda damspelarna, domarna och tränarna på ett annat sätt utifrån att reglerna ser annorlunda ut vad gäller närkampsspelet?

2. Bakgrund

2.1 Damhockeyns historia

Det finns lite skrivet om damhockey. Ett av de äldsta fotografierna på damer som spelar ishockey togs vid Rideau Hall i Kanada kring 1890. Ishockey för damer infördes på det olympiska programmet i Nagano 1998. Ishockey är en av de snabbast växande sporterna för kvinnor i världen. Antalet utövare fyrdubblades från mitten av 1990-talet och de tio efterföljande åren. Visserligen finns inte lika många ligor och serier för kvinnliga utövare av ishockey som för manliga, men det finns dock serier på alla nivåer. I Nordamerika finns bland andra Western Women's Hockey League och Canadian Women's Hockey League, och åren 1999-2007 fanns även National Women's Hockey League. Även i Europa finns ett stort antal serier, i Sverige spelas Riksserien sedan 2008. Det har sedan 1990 anordnats tio världsmästerskap inom damishockeyn, i form av Världsmästerskapet i ishockey för damer (IIHF World Women Championships). (http://sv.wikipedia.org/wiki/Ishockey#N.C3.A4rkampsspel,2012)

För 20 år sedan blossade en het debatt upp när självaste förbundsbasen visade sig negativ till sporten ”Kvinnor ska vara snygga, inte spela ishockey” sades det. Och de åsikterna har nog många än i dag vilket gör det än svårare att skapa intresse för sporten. Det finns dock rörliga bilder från ett träningspass från 70-talet så damhockey har bedrivits under en tid. 1988 fick damerna sitt första erkända SM vilket vans av Nacka HK. Sedan dess har Stockholmslag dominerat med Nacka HK, Mälarhöjden/Bredäng och AIK. På senare år har det varit Segeltorp som vunnit men i år bröts segersviten då Brynäs och Modo möttes i final och där Modo slutade som guldmedaljörer.
2008 fick damerna sin egen elitserie, Riksserien. Tidigare spelades seriespel i flera olika serier där lagen delades in geografiskt. Klassen mellan de olika lagen i de olika serierna skiljde sig markant. Vilket visades när det drog ihop sig till slutspel där målskillnaden i matcherna kunde vara 20-30 mål.

Den största skillnaden för ishockeyreglerna mellan män och kvinnor är att tacklingar mot färdriktningen inte tillåts inom damishockey under landskamper. Denna regeländring tillkom efter världsmästerskapet 1990 eftersom det kan bli stora skador på spelarna på grund av den stora skillnaden i kroppsbyggnad mellan utövare från olika länder; detta mycket beroende på att åldern på spelarna kan variera mycket mer i damishockey än för herrar.

”Fram till 1994 fanns tacklingar inom damhockeyn men eftersom Canada och USA var så mycket starkare fysiskt så valde man att utesluta dessa och tacklingar förbjöds men fysiskt spel i åkriktningen tilläts”. (Erica Holst, damhockeyansvarig)

Svenska Ishockeyförbundets officiella Regelbok:

541 – KROPPSTACKLING – Women Body-cecking

Om en spelare i damishockey gör en direkt kroppstackling ska hon efter domarens omdöme ådömas:

- Mindre straffet, (2) eller

- Större straffet + automatiskt Game Misconduct penalty, (5+GM)

Caseboken:

Som ett komplement till regelboken finns Case Book, som innehåller tolkningar av reglerna och situationer med lösningar. (Erica Holst, damansvarig, svenska ishockey förbundet, 2012)

Regel 541 – Kroppstackling i Damishockey

B – Tolkning

1. Andemeningen med denna regel är att minimera risken för skada genom fysisk kontakt. Således ska avsiktlig kontakt som är avsedd att gälla fysiskt våld mot en motståndare (utan att försöka få pucken) straffas enligt denna regel. Oavsiktlig kontakt som uppstår under ett normalt försök att spela pucken skall inte straffas enligt denna regel.

2. Kroppskontakt i damishockey kommer att ske och domaren ska göra en bedömning baserat på den avsikt spelaren har som initierar kontakten. Den spelare som initierar kontakt skall bestraffas om hennes avsikter är att nå spelaren och inte pucken. Alla spelare skall ha pucken som huvudmålet för sina handlingar och domarna ska tillåta spelare att tävla om pucken.

3. Skapandet av en avsiktlig kollision eller försök att uppnå en kollision skall bestraffas. Detta inkluderar alla fall där en spelare kliver in i en motståndares motsatta åkriktning, vilket leder till en kroppskontakt. Spelaren ska inte bestraffas om hennes avsikt är att spela pucken och att hon oavsiktligt orsakar en kollision med en motståndare.

4. Det är inte tillåtet att åka på eller över en ovetande spelare för att komma i besittning av pucken. Detta gäller alltid när en spelare väntar på att få pucken eller rör sig mot pucken. Om en spelare har etablerat ett stillastående läge på isen, är det motståndarlagets spelares skyldighet att åka runt den spelaren.

5. Spelarna tillåts att luta sig mot varandra och ge kroppskontakt, medan de försöker komma i besittning av pucken längs sargen. Sådana åtgärder skall vara tillåtna, förutsatt att åtgärderna stannar i nivå med "kontakt" och inte eskalera till nivån "tacklar".

6. När två eller fler spelare är i närheten och kämpar för att komma i besittning av pucken längs sargen, skall varje uppsåtlig tackling bestraffas. Detta inkluderar att skjuta, knuffa, axel kontakt eller fastlåsning av en motståndare mot sargen. Återigen skall varje uppenbar kroppskontakt, som inte är riktad mot pucken bestraffas.

7. Spelare tillåts att "hålla sin is" när som helst när de har etablerat sin position på isen. Ingen spelare är skyldig att flytta sig ur vägen för en mötande spelare för att undvika en kollision. Varje rörelse av en spelare att stega eller glida in i en motståndare skall rendera i Mindre straffet för kroppstackling. (Joel Hansson, Domarassistent Svenska ishockeyförbundet, 2012)

2.2 Närkampsspel

Huvudsyfte med närkampsspel är att sänka motståndarens teknikverkningsgrad (efter flera tillslag tappar den tacklade spelaren förmåga att utföra rörelse lika exakt som vederbörande kunde innan), sänka moral och via dessa två element påverka motståndarens valkvalitet – orsaka dumma passningar, onödigt risktagande eller panikstyrda val av sina motståndare. För att ett lag ska kunna vinna krävs inte bara skicklighet med puck och klubba, utan en minst lika viktig del har det fysiska spelet – närkampsspelet – vilket innebär att åka mycket skridskor för att hinna före motståndare att ta pucken i varje moment. Oftast sker närkampspelen framför målkassarna och längs sargen (främst sarghörnen) där spelarna gräver och rycker, både med klubba och skridskor, för att försöka vinna pucken.

Skillnaden mellan närkamp och tackling avgörs av vinkel i vilken kroppskontakt mellan spelarna har uppkommit. Vinkeln räknas i förhållande till åkriktning av spelaren som blir tacklad.

Närkamp – När anfallet kommer i samma åkriktning från 0 till 90 grader.
(http://sv.wikipedia.org/wiki/Ishockey#N.C3.A4rkampsspel)

2.3 Tackling

Tackling innebär att trycka/knuffa till motståndaren (axel mot axel) mot sargen eller på öppen is, så att denne tappar balans och åkhastighet. Det är inte tillåtet att tackla eller hindra en motståndare som inte räknas som puckförare, i så fall skall domaren vanligen visa ut spelaren för "interference". Det är också viktigt att sätta in riktigt hårda tacklingar. En hård tackling gör att motståndaren snabbt blir fysiskt trött (musklerna får mycket stryk i en sådan smäll), och spelare som blir hårt tacklade väljer oftast att åka av planen in i avbytarbåset och återhämta sig en stund. Tacklingars hårdhet/kraft spelar ingen roll, regelmässigt, så länge tacklingarna utförs axel mot axel. Om spelaren däremot tacklar motståndaren i ryggen, med armbågen eller så motståndaren far in i sargen med huvudet före räknas som vårdslösa och farliga tacklingar, och kan innebära svåra skador på motståndaren. Om en tacklad spelare skadats kan den ansvariga spelaren för händelsen stängas av, i vissa fall en längre tid.

Tackling är en term i lagsporter för när en spelare trycker sig mot en annan spelare i motståndarlaget för att hindra eller störa denne. (http://sv.wikipedia.org/wiki/Tackling).

Tackling – När anfallet kommer från mötande riktningen 90 + grader.
(http://sv.wikipedia.org/wiki/Ishockey#N.C3.A4rkampsspel)

Bodychecking = Kroppstackling
Open icetackling = tackling på öppen is där man möter varandra med fart.

2.4 Fysiska förutsättningar

Mycket av forskning runt kvinnligt idrottande har fokuserats på ”Är det farligt för kvinnor att idrotta?” eller om tjejer som idrottade fick för låg vikt, menstruationsstörningar och benskörhet, ”the female athlete triad”. Diagnosen fick ett namn som hämtades från kvinnorna även fast män också kan få diagnosen fast då med försämrad spermie produktion i stället för menstruations-störning. De fysiologiska könsskillnader som har betydelse för idrottandet är att kvinnor oftare får korsbandsskador än män. En orsak till det skulle kunna vara att kvinnor är mer kobenta eller att kvinnor har sämre neuromuskulär kontroll, dvs. att kvinnor är sämre på att landa när de idrottar så att de gärna niger till i landningen och i o med det blir kobenta i situationen – något som då skulle leda till korsbandsskada.
Tillväxtmönstret skiljer sig mellan flickor och pojkar. Före och efter puberteten, mellan 8-18år, finns tydliga skillnader. Flickor växer tidigare och ökar också i vikt när de börjat växa och når den maximala tillväxten 2år tidigare än pojkar vilket gör att de också vuxit färdigt tidigare än pojkar. Under tillväxtökningen ökar kroppsfettsprocenten hos flickor, vilket är nödvändigt för att få igång menstruationen. Allt detta gör att flickor får en prestationssänkning under en given tid i livet, puberteten. Det är i det läget det finns risk för idrottsanorexi om flickorna då försöker hålla fettprocenten och vikten nere.
Om man tittar över tid har skillnader mellan rekordresultaten hos män och kvinnor på olika löpsträckor minskat och det hänger samman med hur länge idrotten utövats av männen respektive kvinnorna, träningsbakgrunden är inte lika stor.
I själva utövandet av idrotten har uppfattningen om olikheter och likheter svängt från att på 1970-talet var vi lika och reglerna i idrotterna blev då desamma för män och kvinnor. Under senare år, på 80-90-talet ansågs vi olika och därför presterar vi olika i olika idrotter. Det som faktiskt också skiljer oss åt, förutom kobentheten är att gravitationscentrum, tyngdpunkten ligger 2cm lägre i en kvinnokropp än i en lika tung manskropp. Utgångshålet i bäckenet är runt hos kvinnor och hjärtformat hos män vilket gör att höftleden hamnar lite längre ut på kvinnorna. Med andra ord borde kvinnor gå lite mer bredbent, för att hålla balansen.

MANNLIGT vs. KVINNLIGT

Styrkeskillnader ökar under puberteten. Flickor har 90% av pojkarnas styrka vid 12 års ålder, 85% vid 14 års ålder och 75% vid 16 års ålder. Kvinnor har ett lägre antal muskelceller som stämmer väl överens med styrkeskillnaden. I benen skiljer 25-30% i styrka mellan män och kvinnor, i armarna 40-60%. Kvinnor har ett lägre sammanlagt antal muskelfibrer, men de är ingen skillnad i proportionerna mellan långsamma och snabba muskelfibrer. En kvinna behöver inte lika mycket energi i viloläge på grund av den mindre muskelmassan. Alltså behöver inte kvinnor lika mycket energiintag som män.
En annan skillnad som kan ha betydelse är blodvärdet, som bestämmer hur mycket syre som kan bindas i blodet inför en fysisk aktivitet. Män har 6% fler röda blodkroppar och dessutom mer av hemoglobinet i varje blodkropp. Därmed har också kvinnorna lägre förmåga att transportera syre och får vid fysisk ansträngning högre puls. Kvinnor har oftast lägre järnvärden och tappar järn via menstruationer och genom svetten. Den totala lungvolymen är i genomsnitt 4,2 liter för kvinnor och 6 liter för män men egentligen har volymen ingen större betydelse för prestationen, med undantag för simning. Det som är viktigt är hjärtats storlek, hur mycket blod det kan pumpa per slag och det är lägre hos kvinnor. Det beror dels på att de har mindre muskler i hjärtat , dels på att deras kroppar är mindre. Kvinnohjärtan är mindre i absoluta tal och i relation till kroppsstorlek.

2.5 Utbildning av spelarna

Många tjejer börjar sin karriär i pojklag. När de kommer in ett tjej/damlag utbildas de utifrån tränarens syn på damhockey och hur denne tolkar närkampsreglerna.

2.6 Utbildning av tränarna

Det finns ingen anpassad utbildning för tränare inom damhockeyn. För att vara damtränare i riksserien krävs att tränaren gått Junior/senior 2(JS2). Det är näst högsta utbildnings steget i svensk tränarutbildning framtagen av svenska ishockeyförbundet. Under den utbildningen nämns inte damishockeyn och dess förutsättningar. Däremot kom utbildningsmaterialet ”Vägen till Damelit” ut 2008. I det utbildningsmaterialet finns en genomgång av tacklingar, sidledstackling, frontaltackling trotts att tacklingar inte är tillåtna. Den pärmen finns och delas ut vid olika sammankomster som har med damishockeyn att göra.

1.6 Utbildning av domarna

Enligt Joel Hansson, ansvarig för utbildningsmaterial från div.1 och nedåt, finns ingen speciell utbildning för domare som ska döma dammatcher. Genomgången av ”bodychecking” är kort och saknar bra videounderlag och liknande för diskussion.

3. Syfte och frågeställning

Rapporten syftar till att ta reda på vad exakt som står i reglerna vad gäller tacklingar inom damhockeyn, eftersom det är många olika bud på vad som gäller. Och utifrån vad regeln säger, utbildar/tränar vi damspelarna, domarna och tränarna på rätt sätt.

Kan vi i framtiden fokusera på att lära oss mer om regelverket och lyfta problematiken och på så sätt skapa bättre förutsättningar för damishockeyn att utvecklas positivt och få högre status inom svensk ishockey och satsa fullt ut på att närma oss de ledande nationerna, USA och Canada. Därför blir min **huvudfrågeställning:**

• Behöver vi träna/ utbilda damspelarna, domarna och tränarna på ett annat sätt utifrån att man inom damhockeyn inte får tacklas?

3.1 Mina övriga frågeställningar:

- Hur är regeln formulerad där det står om förbud mot tacklingar inom damhockeyn?
- Hur förankrad/accepterad är regeln hos spelare, domare och tränare i Sverige?
- Hur ser man på utbildning/träning av spelare, tränare och domare i USA?

2.7 Metod

Jag har valt att göra intervjuer med etablerade spelare, tränare och domare som alla har varit eller verkar inom damhockeyn. Jag har även sökt övrig litteratur och information på nätet inom ämnet.

4.1 Intervjuer

Jag har intervjuat 3 spelare som har spelat och spelar i högsta serien inom damhockeyn, Riksserien, i Sverige och företrätt Damlandslaget vid internationella turneringar. En av spelarna har även gått college hockey i USA. Detta har jag gjort för att ta in de aktivas erfarenheter och kunskaper inom området närkampsspel och bedömningen av den samma.
Jag har även intervjuat Sveriges Damlandslags f.d. förbundskapten och som nu verkar inom college hockeyn i USA för att få ett internationellt perspektiv närkampspelet. Juniorlandslagstränaren och två tränare med erfarenhet av att träna damlag i Riksserien har också fått frågor som syftar till att belysa hur de tänker runt fysträningen och isträningen med tanke på närkampsspelet inom damhockeyn och bedömningen av tacklingsregeln. Vidare har jag haft både mailkontakt och telefonkontakt med domar/utbildningsansvarig Joel Hansson för att belysa problematiken runt närkampspelet och få riktiga uppgifter om vad som egentligen gäller i närkampsspelet för damer. Jag har även varit i kontakt med Damansvarig på svenska ishockeyförbundet, Erika Holst.
Utskickade frågor och svar redovisar jag under resultat.

4.2 Litteratur

Det har varit svårt att hitta litteratur som tar upp närkampsspel och damishockey. Svenska ishockeyförbundet kom ut med utbildningsmaterialet ”Vägen till DamElit” 2008. Via nätet har det inte gått att få fram vilka regler som gäller inom damishockeyn utan endast Svenska ishockeyförbundets officiella regelbok 2010-2014 som tar upp otillåtna tacklingar. Enligt damhockey ansvarig Erika Holst måste man ha en inloggning för att komma åt regeln vilket ju försvårar kunskaps spridningen av regeln.

4.3 Internet

Jag har försökt hitta en tillförlitlig källa som definierar vad en tackling/närkampsspel är men har endast hittat en definition på Wikipedia som inte anses som en helt tillförlitlig källa. Det har varit svårt att hitta något konkret skrivet om damhockey utan man hamnar lätt i diskussionsforum där killar ifrågasätter att damhockey över huvudtaget existerar.

5. Resultat

5.1Intervju med spelare: Karin Johansson

1.Vad anser du om närkampsreglerna i damhockeyn?

Jag tycker att reglerna är ganska otydliga och jag skulle heller inte ha något emot att de ändrades till de regler som herrarna/killarna spelar efter. Idag anses inte damhockeyn vara `riktig´ hockey eftersom det inte är tillåtet att tacklas. Anledningen till att jag tycker det vore positivt om reglerna ändrades till herrarnas regler är egentligen inte suget efter att tacklas utan att ett spel med tacklingar ställer högre krav på varje spelares fysik, spelsinne och teknik.

2. Är reglerna tillräckligt tydliga inom damhockeyn vad gäller närkampsspelet?

Nej, inte eftersom reglerna gör att domarna varje gång måste göra en bedömning som utgår från deras tolkning av regelboken. Om reglerna hade varit tydligare så hade de även märkts i domsluten under match .Nu blir det i stället väldigt olika regler att förhålla sig till som spelare beroende på vilken domare som dömer.

3. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Kanske, eftersom de flesta domare utbildas efter herrarnas regler och inte efter damernas. Som spelare har jag upplevt att många domare inte har tillräcklig kunskap om vad som egentligen är tillåtet och inte i närkampsspelet enligt regelboken. Med det menar jag att många domare utgår från att det knapp är tillåtet med närkamper inom damhockey istället för att enbart ta utvisningar vid tydliga tacklingar.

4. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att reglerna ser annorlunda ut?

Det jag kan tycka att vi i så fall borde prioritera snabbhet och klubbteknik. Eftersom det inte är tillåtet med tacklingar så finns det i princip inga medel för att stoppa en väldigt snabb och /eller klubbteknisk spelare. Jag vet däremot inte hur stor skillnad det skulle göra om damhockeyspelare tränade mer på de nämnda färdigheterna.

5.2 Intervju med spelare: Angelica Lorsell

1. Vad anser du om närkampsreglerna i damhockeyn?

Jag anser att vi borde få tacklas men att vi kanske inte ska få tacklas med open ice. Däremot att få åka i motsatt riktning eller att det smäller hårt i sargen i ett kampmoment anser jag att man absolut borde tillåta.

2. Är reglerna tillräckligt tydliga inom damhockeyn vad gäller närkampsspelet?

Nej, det tycker jag inte. Domarna är för osäkra och det är svårt eftersom att det är en bedömningssport. Om man däremot skulle tillåta allt förutom open ice så tror jag att det skulle bli enklare att döma. Självklart ska man vara konsekvent och döma hårt på förseelser där klubban är upp vid armar eller uppe vid ansikte och hals.

3. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Det vet jag inte men man borde vara i bra fysisk form i alla fall. Känns otroligt oseriöst med vissa av de domare vi har nu. De orkar knappt åka i vårt tempo och hänger inte med i spelet. Det är på ett sätt ett hån mot damhockeyn, vi lägger ned mycket tid på träning och utveckling medan det känns som om domarkåren inte har utvecklats sedan 1990-talet.

4. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att reglerna ser annorlunda ut?

Kvickhet och teknik. Mycket fokus på styrkan och orken att kunna åka mycket skridskor. Se till att spelet är intressant trots mindre kroppskontakt, jobba med detaljer och fokusera på att göra varje individ så bra som möjligt med anpassade träningsprogram och coachning.

5.3 Intervju med spelare: Joa Elfsberg

1. Vad anser du om närkampsreglerna i damhockeyn?

Jag anser att det bör vara samma regler som för herrar. Jag har egentligen inget emot att spelet är utan tacklingar men eftersom domarna har så extremt svårt att veta när det ska vara utvisning eller inte så tycker jag att reglerna borde ändras.

2. Är reglerna tillräckligt tydliga inom damhockeyn vad gäller närkampsspelet?

Som jag skrev ovan så är reglerna väldigt luddiga. En del domare blåser så fort någon åker in i sargen medan andra släpper nästan allt. Väldigt otydligt.

3. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Ja, det tycker jag. I alla fall en kortare utbildning om hur bedömningen ska vara. Sedan ska de domare som ska döma dammatcher döma många matcher under en säsong. Inte att de dömer två stycken dammatcher och resten herr och juniormatcher.

4. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att reglerna ser annorlunda ut?

Snabbhet vinner du en hel del på eftersom du inte får tacklas. Titta på USA och Canada, de är betydligt skickligare skridskoåkare än vi damer i Sverige.

5.4 Intervju med domare: Joel Hansson

1. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Jag tror inte att det behöver finnas någon speciell utbildning för de domare som ska döma dammatcherna. Men jag kan absolut tycka att det ska läggas mer tid åt att gå över tex. bodychecking under våra utbildningar. I dag går den genomgången på ca.en minut och det saknas bra videounderlag och liknande för diskussion. Jag är från 1 Maj ansvarig för utbildningsmaterial till domare från div. 1 och nedåt och kommer absolut att ta med den frågan och lägga in ett större fokus på den i kommande material till nästa säsong.

2. Är reglerna tillräckligt tydliga i svensk damhockey?

Jag tycker reglerna i sig är klara. Det som ofta kan gå fel är när en domare som kanske dömer en till två dammatcher per säsong kliver in och inte är van med att tacklingar tillåtna. Jag har egna erfarenheter märkt att det kan ta nästan två perioder innan man fått in bedömningarna och rätt tankar på att tacklingar inte är tillåtna. Jag förstår om spelare och ledare kan uppleva det som frustrerande och att domarna kan verka nonchalanta och inte intresserade även om det absolut inte är så.

3. Vilka är svårigheterna med att döma damhockey?

Jag tycker mig absolut se en skillnad i tankesätt när det gäller domare och spelare ute på matcherna. Damspelarna har en bild och en tanke kring hur spelet bör vara och jag kan tycka att domarna inte så ofta tar upp de signalerna och på så sätt kan vissa matcher bli lite konstiga bedömningsmässigt. Jag tror mer på att vi ska hitta visst antal individer som fungerar bra på dammatcherna och har känslan för hur ni vill att spelet ska vara. En lösning kan vara att i varje distrikt ha en grupp på cirka tre huvuddomare som håller en bra nivå och standard på matcherna och enbart låta dessa döma dammatcherna för att få in rak bedömningslinje för alla lag som möjligt.

5.5 Intervju med tränare: Ulf Hedberg

1. Vad har du prioriterat i off ice-träningen med tanke på att damhockeyn har andra närkampsregler?

Styrka, rörlighet, explosivitet samt kondition. Tycker inte jag lagt off ice-träningen med tjejer något speciellt mot herrlag jag tränat för att det är skillnad på närkampsreglerna.

2. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att närkampsreglerna ser annorlunda ut?

Täcka puck, jobba närma både i anfall plus försvar, hjälpa varandra snabbt, passningsspelet och mottagningar.

3. Finns det någon typ av anfalls/försvarsspel som passar bättre inom damhockeyn? vilken & varför?

Nej, det tycker jag inte men däremot tycker jag lagen borde lära sig att spela olika spel mot olika typer av motstånd, damhockeyn har en tendens att bli för stereotyp.

4. Vad anser du att det finns för fördelar/ nackdelar med att ha en speciellt utformad tränarutbildning för damer?

Fördelen att det blir mer fokus på damhockeyn under dessa utbildningar, man får lära sig av varandra. Nackdelen är att man tappar delar av utvecklingen på hockeyn överlag.

5. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Nej, jag tycker damhockeyn skall anpassa reglerna till nuvarande domarstandard.

5.6 Intervju med tränare: Henrik Cedergren

1. Vad har du prioriterat i off ice-träningen med tanke på att damhockeyn har andra närkampsregler?

Bålstabilitet, snabbhet och intervaller.

2. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att närkampsreglerna ser annorlunda ut?

Snabbhet, skridskoteknik och klubbteknik.

3. Finns det någon typ av anfalls/försvarsspel som passar bättre inom damhockeyn? vilken & varför?

Jag tycker att press-spel fungerar bra eftersom passningsspelet och skickligheten hos våra spelare inte är tillräckligt för att klara av press på ett bra sätt.

4. Vad anser du att det finns för fördelar/ nackdelar med att ha en speciellt utformad tränarutbildning för damer?

Det kan ge en ökad förståelse för vad tjejer generellt behöver träna mer specifikt på och även snabba på utvecklingen inom damhockeyn då vi kan jobba på detaljer som alla behöver förbättra. Nackdelen kan vara att vi begränsar oss till att bara tänka damhockey och inte hockey generellt, det vill säga plocka upp nyheter, detaljer från herrsidan som ju ligger en bit före.

5. Är bedömningen av närkampsspelet likartad i damhockeyn nationellt och internationellt?

Nej, det är ganska stor skillnad! Det är hårdare bedömningar internationellt.

6.Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Jag anser att vi bör ha en speciell del av utbildningen som behandlar de regler som bara gäller damhockey eftersom det svajar ganska mycket idag.

5.7 Intervju med tränare: Lasse Landström

1. Vad har du prioriterat i off ice-träningen med tanke på att damhockeyn har andra närkampsregler?

Frekvensträning i formen av korta intervall-löpningar, explosiva styrkeövningar blandat med långa övningar beroende på var man är i säsongen. Klubb- och teknikträning behövs alltid.

2. Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att närkampsreglerna ser annorlunda ut?

Skridskoåkning, klubbteknik och puckbehandling, frekvens och skottövningar.

3. Finns det någon typ av anfalls/försvarsspel som passar bättre inom damhockeyn? vilken & varför?

Aggressivt försvar med överbelastning, press på puckföraren, för att utnyttja skridskoåkningen och stress/ press då man inte får utnyttja tacklingar.

4. Vad anser du att det finns för fördelar/ nackdelar med att ha en speciellt utformad tränarutbildning för damer?

Jag ser inga fördelar. Nackdelar är väl att vi får två olika divisioner hockey. Utbilda lika! Hockey är hockey för mej.

5. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare?

Nej, det tycker jag inte, men se till att utbilda innan man släpper in för tidigt i avgörande matcher.

5.8 Intervju med tränare: Peter Elander

1.Vad har du prioriterat i off ice- träningen med tanke på att damhockeyn har andra närkampsregler än herrarna?

Styrka under rörelse, bål och överkropp (för skytte)

2.Vilka individuella färdigheter bör vi prioritera inom svensk damhockey med tanke på att närkampsreglerna ser annorlunda ut?

Man måste kunna hålla balans under press från motståndare vilket innebär explosiva starka ben,inte bli utmusklad runt pucken, bra koordination och styrka under rörelse

3. Finns det någon typ av anfalls/försvarsspel som passar bättre inom damhockeyn? Vilken? Varför?

Svårt att åka baklänges och försvara sig då man sällan hamnar i position att vara först på sin isyta och bli utvisad för kroppstackling. Möjlighet att ändra åkriktning framlänges till baklänges har stor betydelse, toppspelare internationellt kan åka full fart och undvika kroppskontakt i försvarsspelet genom bra kroppskontroll kan stann på kort yta från full fart.explosiva övergångar i ett kontrollerat aggresivt spel, i försvarszon kollapsa ner mycket djupare i dam än herr hockey, boxplay spela fler spelare närma pucken

4. Är bedömningen av närkampsspelet likartad i damhockey nationellt och internationellt?

Farten internationellt är så mycket högre att intensiteten i närkampsspelet blir intensivare och domarna tillåter mer närkontakt, klumpig närkontakt bestraffas dock hårdare i Internationell hockey än nationell (tycka synd om syndromet)

5. Finns speciellt utformade utbildningar för tränare verksamma inom damhockey i USA?

Inte vad jag vet, hockey är hockey lär dig reglerna säger man här

6. Vad anser du att det finns för fördelar/nackdelar med att ha en speciellt utformad tränarutbildning för damer?

Fördelar är att lika sinnande hamnar i diskussioner, de flesta herr tränare tycker att de är bättre än vilken damtränare som helst många ser damhockey som en andra klassens ishockey, den ömsesidiga respekten kollegor emellan saknas hos många inom herr hockeyn. Speciellt utformad utbildning kan gynna damtränare eftersom deras något annorlunda behov lyfts fram

Nackdelen kan var att man blir för specifik lägger för mycket kraft och tid på att vi är annorlunda när det mesta är desamma

7. Bör damhockeyn ha speciellt utbildade domare? Hur ser det ut i USA?

Hos oss 2 domarsystem med erfarna domare som bara dömer dam matcher ej hoppar emellan,många videoklipp från dammatcher tror absolut att det skall var ett tillägg i utbildningen

8. Slå sin egen klubba mot motståndarens klubba. Är det en medveten strategi som ni tränar på eftersom det inte tillåtet med tacklingar?

Magnus på din fråga om attack mot klubban, Vi vill alltid att spelaren skall ha klubban på isen göra sig stor – lång klubba samt attacker slå mot blad eller nedre delen av skaftet varje ingång i en närkamp. Många spelare tappar pucken lätt då du får den grattis alltid lågt slag aldrig högt=du blir utvisad då.

6. Diskussion

Något jag kommit till insikt om i mitt utvecklingsarbete är att det egentligen inte är någon som är riktigt säker på hur regeln som styr tacklingar inom damhockeyn i dag ska tolkas. Det går inte att via nätet söka fram reglerna utan man måste enligt Damutvecklingsansvarig Erika Holst ha en inloggning för att komma åt reglerna. Hon fick jobba hårt för att till slut få fram regeln och skicka den till mig.

”Man får tacklas i åkriktningen” säger etablerade spelare inom damhockeyn men riktigt så är det inte säger domarutbildningsansvarig Joel Hansson. Han förstår att det måste till ökad tydlighet vad gäller reglerna inom damhockeyn. Han kommer att jobba för att förändra utbildningen eftersom bodychecking inom damhockeyn knappt tas upp alls på den utbildning som finns i dag. Organisationen runt dömandet av dammatcher måste ses över. Både Joa Elfsberg och Joel Hansson anser att det bör tillsättas en grupp domare som dömer dam matcherna, blir det för sällan man dömer blir nivån för varierad. ”Det tar ibland två perioder innan man har kommit in i en dammatch” säger Joel Hansson. Spelarna kritiserar domarnas fysiska kondition och anser att det bör finnas krav även domarnas fysik lika väl som kompetens.
När jag studerat Canada och USA:s matcher ser jag att de ofta åker jämsides och slår ganska brutalt med sin egen klubba mot motståndarens klubba och Peter Elander bekräftar att de gärna ser att spelarna attackerar med att slå klubban mot motståndarens blad eller nedre del av klubban, varje gång de går in i en närkamp. Det är en strategi som vi i Sverige kan förbättra.
Många damspelare vill själva att det tillåts tacklingar inom damhockeyn. Regeln tillkom för att ålders skillnader var så stora på damsidan och man var rädd för skador men hur ser det ut i dag? Är det kanske dags att ta en ny debatt?

När man började prioritera vikten av att ha egna målvaktstränare så höjdes kompetensen hos de svenska målvakterna radikalt. I och med detta utvecklingsarbete har jag fått en inblick av de fysiska skillnader och förutsättningar som faktiskt är mellan kvinnor och män, kunskaper som jag inte skulle ha sökt annars men som jag tror är viktiga att känna till för att skapa så bra förutsättningar som möjligt för kvinnliga idrottare. Det skulle lyfta svensk damishockey om det inrättades speciella tränarutbildningar för damhockeyn där bl.a de fysiska, fysiologiska skillnaderna tas upp. Det skulle kännas bättre att ha de kunskaperna med sig i ”ryggsäcken” när man börjar som damtränare. Sedan att få diskutera andra ledare i samma situation och delge varandra erfarenheter skulle också vara utvecklande.

I pärmen Vägen till DamElit tar men upp hur man som spelare kan skydda sig mot tackling(trotts att det inte ska förekomma) men visar inget om hur den ”jagande” spelaren ska jobba i närkampsspelet istället för att tackla. Det tas även upp vissa fysiska förutsättningar. Pärmen delas bara ut sporadiskt vid damkonvent och andra damsammankomster. Det skulle behövas en obligatorisk utbildning/kurs för tränare verksamma inom damishockeyn.

Vad gäller utbildningen av spelarna så bör regeln tydliggöras och i och med att vi inte behöver träna tacklingar så kan vi lägga extra fokus på styrka under rörelse, bål och överkropp. Även inom damishockeyn är farten och tekniken på skridskorna viktig och klubbtekniken.

Att damer har mindre muskelmassa speciellt i överkroppen, att de har mindre antal röda blodkroppar och därför syresätter sig sämre, att de har ett mindre hjärta och får högre puls vid ansträngning och hur de ändras fysiskt i puberteten är fakta som jag inte visste och som kanske inte har betydelse i utformningen av träningen och spelmomenten men som har betydelse för mig i mitt bemötande av tjejerna, alltså viktiga för mig i mitt ledarskap. Att se till att damerna äter rätt och får i sig järn för ökad prestation, förståelse för att de lägger på sig extra vikt i puberteten och får en prestations försämring en period. Detta arbete har varit lärorikt och utvecklande och jag ser fram emot den fortsatta utvecklingen av damishockeyn.

Kontentan av allt arbete är att vi bör bli bättre på att förankra regeln i Sverige eller så måste vi försöka få till en ändring av den internationella regeln och tillåta tacklingar inom damishockeyn.

7. Källförteckning:

Litteratur:

Svenska ishockeyförbundet. Ansvarig utgivare: Boustedt, T.(2008) Vägen till DamElit. GTC Print AB i Luleå.

Internet:

http://sv.wikipedia.org/wiki/Ishockey#N.C3.A4rkampsspel,2012
http://sv.wikipedia.org/wiki/Ishockey#N.C3.A4rkampsspel
www.-medfak.-umu.-se/-digitalAssets/-38/-38414_forskn.-dag09_henriksson---larsn.-pdf

Intervjuer:

Spelare: Karin Johansson, Brynäs.
Spelare: Angelica Lorsell, Brynäs.
Spelare: Joa Elfsberg, Brynäs

Domarassistent svenska ishockeyförbundet: Joel Hansson.

Tränare: Ulf Hedberg, Leksand
Tränare: Henrik Cedergren, juniorlandslaget damer.
Tränare: Lasse Landström, Valbo U16 (f.d, Brynäs dam)
Tränare: Peter Elander, USA (f.d förbundskapten damerna)