Svenska Ishockeyförbundets
Elitkurs

TEKNINGAR/TEKAREN

Anders Karlsson

blom

1

Handledare: Lindblom

2011-05-17

Innehåll

1. Inledning……..3

1.1 Bakgrund…….3

1.2 Syfte ……3

1.3 Frågeställning……...3

2 Metod……4

2.1 Genomförande…….4

2.2 Urval……4

3 Resultat……5

3.1 Hur ofta tränar du ……5

3.2 Viktiga egenskaper…… ……..5

3.3 Hur mycket betyder din omgivning……..6

3.4 Coacherna/Feedback…….6

4 Faktorer utifrån som påverkar……7

4.1 Sammanfattning…….8

4.2 Reflektioner……9

4.3 Diskussion.....9

1. Bakgrund

1.1 Vinna tekningar är ett viktigt moment i matcherna, man ökar sitt Puckinnehav och därmed chansen att påverka sitt eget spel, och så länge vi äger pucken är det svårt för motståndarna att göra mål. Ser man på tekningar i försvarszon/anfallszon så kan det många gånger vara helt matchavgörande moment.
Man dödar nästan 30 sek i boxplay vid vinst, och tjänar detsamma i powerplay etc…..

Syfte

1:2 Mina tankar kring detta ämne, varför våra mest framgångsrika tekare är så duktiga i detta moment. Vilka egenskaper är viktiga att besitta. Hur mycket tränar dom själva, och hur mycket påverkar coacherna. Finns det något utifrån som påverkar tekaren i tekningsmomentet ? Tex: Domare, omgivning, placering av tekning, etc.

Frågeställning

1:3 Vilka faktorer är viktigast för att vinna tekningen.
Hur arbetar vi med detta i träning/matcher.
Vad kan vi göra för att bli bättre?

2. Metod

2:1 Genomförande.

I min undersökning har jag använt mig av 5st duktiga tekare i elitserien som jag antingen träffade personligen eller intervjuade via telefonsamtal. Jag inledde alla samtalen med att förklara mitt syfte och förklarade att intervjupersonerna skulle bli anonyma i min rapport. Jag använde samma frågeställning till samtliga. Detta för att lättare kunna se ev olikheter.

2:2 Urval

Spelare 1: 26 år, 7 Säsonger Elitserien, 1 WM, 1 JWM.
Spelare 2: 31 år, 11 Säsonger Elitserien, 1 Sm-liga, 2 JWM
Spelare 3: 20 år, 4 Säsonger Elitserien, 2 JWM
Spelare 4: 28 år, 8 Säsonger Sm-liga, 1 Elitserien, 1 JWM
Spelare 5: 51 år, 11 Säsonger Elitserien 3 WM

3. Resultat

3.1 Hur ofta tränar du tekningar.

Här ser vi att det finns tydliga skillnader mellan spelarna. Här kan man utläsa att det är stora skillnader hur deras coacher hanterat detta. Vissa tränar aldrig och andra minst 2 g/veckan.

Spelare 1: 2-3 gånger i veckan, även mot 2a tekaren i kedjan, men det var förra säsongen jag började med detta.

Spelare 2: Aldrig, för det är stor skillnad när domaren släpper pucken.

Spelare 3: Max 1 gång i veckan, kör oftare taktiskt snack inom femman.

Spelare 4: Aldrig nu, det var ofta när jag var yngre.

Spelare 5: När jag hade förlorat många en match, vart tjurig och nötte träningen efter.

3.2 Viktiga egenskaper.

Spelare 1: Fokusering ! Tekar oftast sämre när spelet i övrigt flyter bra, och bättre när man har en tung match i övrigt.

Spelare 2: Läsa sin motståndare, snabb, din klubba över hans. Kör med ett större blad sedan några år, det har gynnat mig mycket.

Spelare 3: Anpassar sig aldrig efter motståndaren, vinna i def och offensiva zonerna tidigt i matcherna betyder mycket mentalt.

Spelare 4: Kroppsspråket, bestämd för att få ett mentalt övertag tidigt, även ett tjuvnyp ibland.

Spelare 5: Se till att vara fokuserad, snabb, läsa av motståndaren.

3.3 Hur mycket betyder din omgivning.

Spelare 1: Väldigt mycket 7 av 10 vinster beror på att min omgivning går in och hämtar pucken.

Spelare 2: Viktigt att dom är beredda, och även låser upp sina gubbar så vi kan göra nåt av pucken.

Spelare 3: 40% av vinsterna avgör dom, dom måste vinna sin kamp.

Spelare 4: Hämta puckar och köra lite snack, dom är viktiga.

Spelare 5: Dom är viktiga, sover dom är det bättre att förlora tekningen.

3.4 Feedback/Coacherna

Spelare 1: Bra, vi tekare samlades alltid före match för att studera våra motståndare via dator, men ingen direkt feedback på min prestation. Kan va några ord ibland för att tagga upp inför en tekning i slutet av matchen.

Spelare 2: Inte mycket, mer om hur vi ska agera efteråt.

Spelare 3: Sällan eller aldrig i klubblaget, varje träning med lanslaget.

Spelare 4: Ytterst sällan, kan vara om han skickar in 2 tekare i slutet.

Spelare 5: Kan väl vara nån gång, när man lyckas ta nån viktig tekning men aldrig någon straffträning direkt.

4. Faktorer utifrån som påverkar.

Spelare 1: Ha en bra relation med linjedomaren,söker ofta lite kontakt före matchen så man kan tjuva lite utan att bli utbytt. Har gärna 1:a teken i vänstra/anfallson, värsta är att ha höger i försvarson.Tekning i mittcirkeln är annorlunda, dels för att huvuddomarna ej bryr sig hur vi står och att det ofta är lite grinigare atmosfär där, 1:a teken, baklängesmål, inga regler.

Spelare 2: Vissa domare passar mig bättre, släpper pucken, ej så petiga, sen har jag svårare med högerfattade spelare.

Spelare 3: Bra kontakt med linjedomaren för att kunna skapa lite yta. Sedan påverkar det om domaren släpper med höger eller eller vänsterhand, man får olika utrymme att jobba på. Viktiga tekningar är roligare.

Spelare 4: Det är mer intressant och fokuserat när det gäller mer. Har svårt mot högerfattade med låg fattning, vinner sällan mot en sån spelare.

Spelare 5: Påverkas av vad det står på tavlan, det är roligare när det är mycket fokusering på tekningen. Domare som aldrig släpper stör mig lite, dom petar i saker runt omkring.

4.1 Sammanfattning

- Vilka egenskaper är viktigast?
- Hur ska vi arbeta för att utveckla dom?

- När det gäller egen träning, så var det bara 1 av 5 spelare utövade detta, och då var det även andra tekaren i hans kedja delaktig. Detta gjordes 2-3 gånger i veckan. Övriga svar ger en känsla av att det inte tränas alls av olika anledningar.

- Viktigaste egenskapen verkar vara det mentala, samtliga spelare nämner saker som styrs av deras huvud, tex fokuserad, vinna första i egen eller i anfalls zon, kroppsspråket, tekar bättre om jag spelar sämre. Taktiskt nämns att läsa sin motståndare, liksom att vara snabb och få bladet överst.

- Omgivningen betyder väldigt mycket, dom måste vinna kampen om den lösa pucken och släpper dom sin gubbe är det bättre att jag förlorar. 7 av 10 vinster beror på dom .

- Coacherna/Feedback verkar inte allt för överflödig endast någon flyktig kommentar ibland. När 2 tekare ska in samtidigt på isen, väljer oftast tekarna själva vem som tar den.

- Andra faktorer som påverkar är linjedomaren, bra relation med honom innebär att man kan tjuva lite, slipper bli utbytt. Om han är vänster eller höger hänt, skapar olika utrymmen att agera efter. Även att en del petar i allt innan dom släpper pucken.

4.2 Reflektioner

Det känns som att den viktigaste egenskapen för att vara en framgångsrik tekare är huvudet. Uttryck som fokusering, kroppsspråk, tekar bättre om spelet i övrigt går sämre, och sämre om spelet flyter. En annan sak som var återkommande var en god relation med linjedomarna och deras agerande i övrigt.
Rent tekniskt/fysiskt så var det inte oväntat att snabbhet och få bladet överst som återkom.

4.3 Diskussion

Hur kan vi arbeta med fokusering och förhållningssätt till linjedomaren i vår träning. Eller är detta egenskaper man lär sig av sina äldre förebilder.
Snabbhet – styrka – läsa sin motståndare, är bara en fråga om ett medvetet val av både tekare och coachen eller?