



Målanalys

- BHF Alletan Norra 2016

Mikael Holmqvist

Svenska ishockeyförbundet

Examensarbete Elittränarutbildningen 2016

Handledare: Anders Eriksén

Sammanfattning

Jag har analyserat alla målen som Borlänge Hockey Förening, BHF gjorde i allettan norra 2016.

Totalt gjorde BHF 42 stycken mål på 14 stycken matcher och jag har fokuserat analysen på vart BHF har vunnit puck av motståndare innan mål med hjälp av en indelad plan och den visar att mer än hälften av målen gjordes efter att BHF vunnit puck i anfalls zon, 55 %.. Sen har jag analyserat hur lång tid det tagit från det att vi vunnit puck till att det blivit mål. Jag har där delat in i tre tidsintervaller. 1-6, 6-10 och 10-20 sekunder och det visade att flest mål gjordes inom 1-6 sekunder efter att pucken vunnits av motståndaren. Vidare har jag undersökt vilket skott som använts vid målskott. Handedsskott, slagskott, backhandsskott eller styrning. Handedsskottet är det effektivaste skottet för att göra mål, 45 %. Till sist har jag även granskat i vilken spelform målen har tillkommit i och där vikten av special teams visar sig vara oerhört viktig då 38 % av målen gjorde. Sammanfattningsvis tycker jag att analysen ger en tydlig bild på vart målen gjorts ifrån och tiden från att man vunnit puck till att det blivit mål är väldigt intressant. Jag är övertygad om att många kan med hjälp av en liknande analys utveckla spelare och träna mer detaljinriktat på att göra flera mål och framför allt presentera för spelarna hur målen tillkommer, varifrån de flesta målskotten skjuts ifrån. Vilket jag har upplevt att många spelare inte reflekterar över.

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Bakgrund.....	1
3	Syfte & Frågeställningar	2
4	Metod	2
4.1	Urval.....	2
5	Resultat.....	3
5.1	Målanalys	3
5.1.1	I vilken zon vann vi pucken?.....	4
5.1.2	Tid från puckvinst till mål.....	5
5.1.3	Vart görs målen?	6
5.1.4	Vilken typ av skott användes?.....	7
5.1.5	I vilken spelform	8
6	Diskussion.....	9
6.1	Litteraturlista	11

1 Inledning

Allettan är en serie med många unga spelare som kommer direkt från olika hockeygymnasier och gör sina första seniormatcher. Jag ser BHF som ett utvecklingslag där unga spelare ska spela mycket och utvecklas för att ta nästa steg i sina karriärer. Många pratar om "rolig hockey" med hög fart, forecheck, backcheck och mycket närkamper. I min värld är det vinna som är rolig hockey. Vinner man är det roligt, förlorar man är det tråkigt. Flest mål vinner, inte vem som spelar snyggt eller roligt. BHF har hela säsongen varit underdogs och nederlagstippade. Men vi har gjort fler mål än motståndarna och vunnit matcher. Genom en analys av hur vi gjort våra mål hoppas jag kunna hjälpa andra lag/tränare att göra mer mål och vinna fler matcher samt att utveckla unga spelare att ta nästa steg i sina karriärer. Det finns otroligt många talanger i division 1 som vill uppåt i seriesystemet.

2 Bakgrund

Hockeyettan i Sverige är den 3:e divisionen efter HA och SHL. Allettan är en serie som startar efter jul och där de fyra bästa lagen från södra, östra, västra och norra går vidare till. Man delar sen in allettan i två serier, norra och södra. Vartannat år spelar östra och västra lagen i norra respektive södra allettan. I år var det västra och norra som slogs ihop. Alla lag spelar hemma och borta mot varandra och totalt spelas det 14 matcher i allettan. Om elithockeyn är så långt ifrån ideell man kan komma så är Hockeyettan väldigt mycket beroende av människor som jobbar ideellt, väldigt få spelare och ledare jobbar med hockey på heltid och de flesta har ett heltidsarbete på sidan om. Lagen tränar som ett elitlag men på kvällstid och tid för video kan vara svårt att hinna med. Därför har jag i efterhand gjort en analys på hur målen BHF gjorde har gått till och det har varit väldigt intressant att se resultatet.

3 Syfte & Frågeställningar

Syftet med detta arbete är att analysera hur BHF gjorde sina mål i Allettan Norra 2016.

Har vi tränat målskytte på rätt sätt? Kan man utifrån denna analys träna annorlunda eller se vart man ska träna mera på för att göra mera mål?

Arbetet är att få en överblick hur och vart målen görs.

Frågeställningar

1. Vart har man vunnit pucken av motståndare innan mål, i vilken zon?
2. Hur lång tid det tar från att man vunnit pucken av motståndare till att det blir mål?
3. Vart görs målen enligt ritad plan med olika zoner, 4st zoner?
4. Vilken typ av skott användes?
5. I vilken spelform gjordes målen?

4 Metod

Jag har valt videoanalys då vi har alla våra matcher filmade. Arbetet bestod av att titta på 14st matcher och de 42st mål som gjordes. Analysen gjordes enligt min frågeställning. Jag har valt denna metod efter de förutsättningar som ges på denna nivå. Som tränare i division 1 finns inte resurser som videocoach utan man måste själv analysera genom att titta på matcher filmade av oss själva, motståndare på bortaplan eller av Solidtango.se.

4.1 Urval

Jag har kollat på alla matcher BHF har spelat i allettan norra 2016. Lag som deltog var Östersund, Piteå, Kiruna och Kalix från norra div1 och Tranås, Mariestad, Kumla och Borlänge från västra div1. Totalt 14st matcher.

De saker jag valt att titta på är i vilken zon puckvinsten sker innan mål, hur lång tid det tog från puckvinst till mål, varifrån gjordes målen enligt min zonindelade spelplan, vilken typ av skott som användes samt i vilken spelform gjordes målen.

Allt detta presenterat i en procentuell analys.

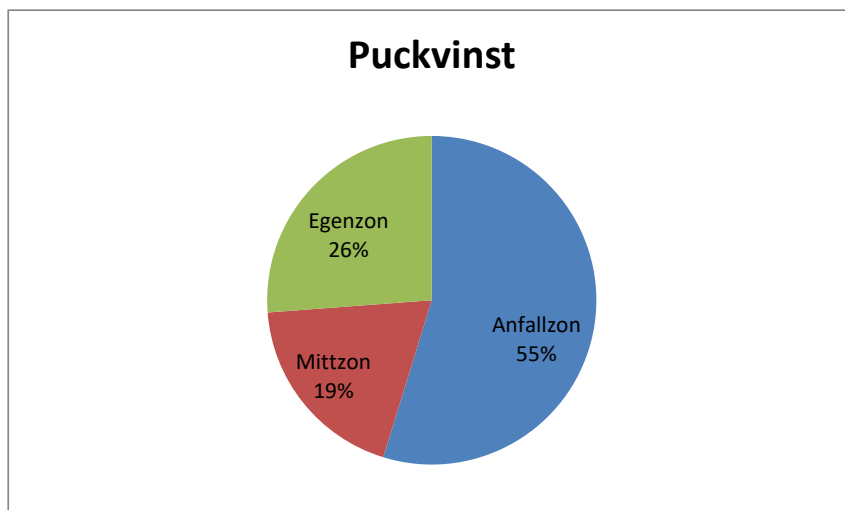
5 Resultat

5.1 Målanalys

Här ser man resultatet av mina frågeställningar kring analysen av hur målen har gått till. Det är fem stycken olika analyser som bygger på att från spelet utan puck vinna tillbaka pucken och sedan ta sig till målavslut. Hur lång tid det tar från att BHF vunnit pucken av motståndare till att det blir mål har jag delat in i tre olika tidsintervaller. Varifrån BHF gör målen har jag delat in i fyra olika zoner. Vilken typ skott användes och vilken spelform som målen gjordes i.

5.1.1 I vilken zon vann vi pucken?

Första analysen visar vart BHF har vunnit pucken innan det har blivit mål. Jag har delat in hockeyplanen i tre zoner, anfalls zon, mittzon och egen zon och undersökt vart BHF vänder spelat ifrån.



Man ser i det blå fältet att när man vinner puck i anfalls zon görs 55 % av målen. Det röda fältet är mittzonen och där görs 19 % av målen. Det gröna fältet är egen zon och den visar att 26 % av målen görs efter puckvinst i egen zon.

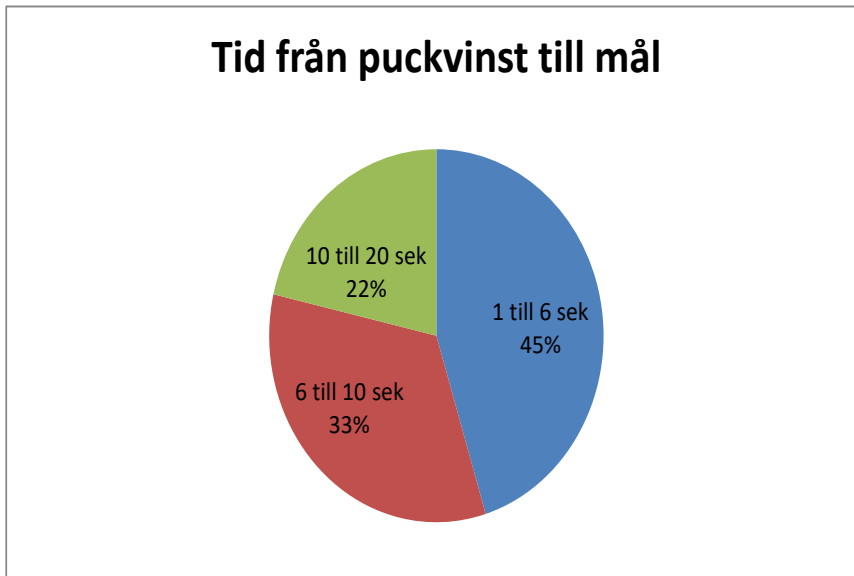
5.1.2 Tid från puckvinst till mål

Här ser man hur lång tid det tar efter att man vunnit tillbaka pucken till att det blir mål.

45 % görs 1-6 sek från att BHF vunnit tillbaka pucken

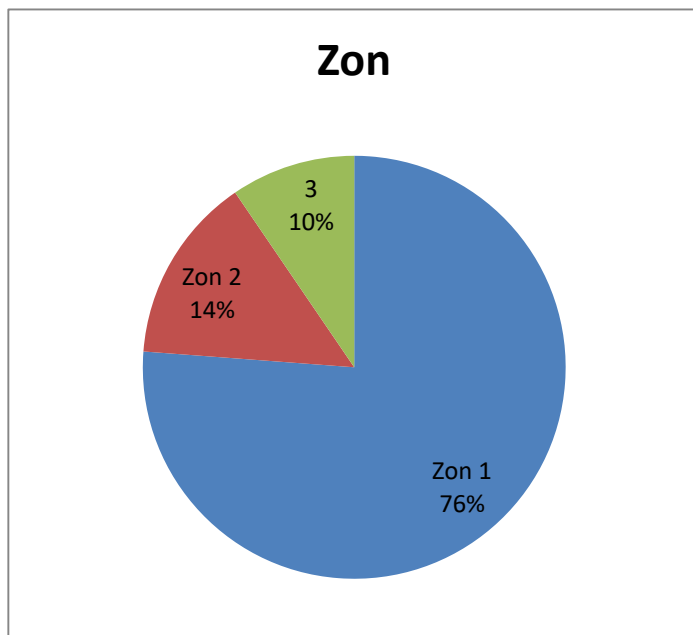
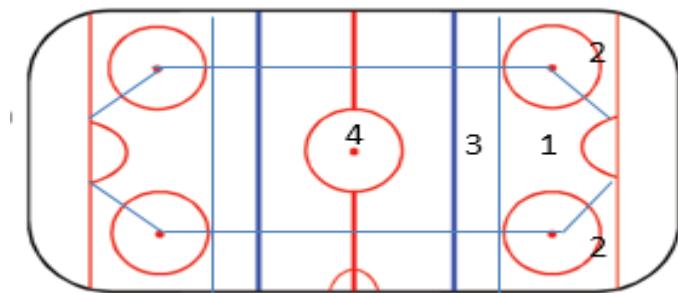
33 % görs 6-10 sek från att BHF vunnit tillbaka pucken

22 % görs 10-20 sek från att BHF vunnit tillbaka pucken



5.1.3 Vart görs målen?

Här visas en indelning av planen i fyra zoner. Man ser att 76 % av alla målen gjordes i ”slottet” zon 1. I zon 2 gjordes 14 % av målen och det var flest returer. I zon 3 där backarna avslutar gick endast 10 % av skotten direkt i mål.



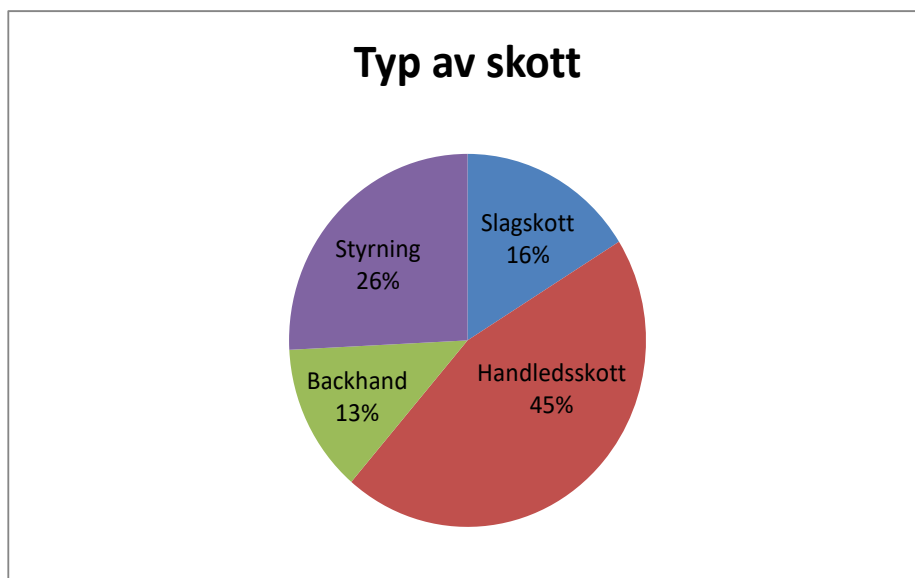
5.1.4 Vilken typ av skott användes?

Här ser man att 45 % av målskotten var handledsskott

26 % var styrningar

16 % var slagskott

13 % var backhand



5.1.5 I vilken spelform

Jag granskade också i vilken spelform målen gjordes.

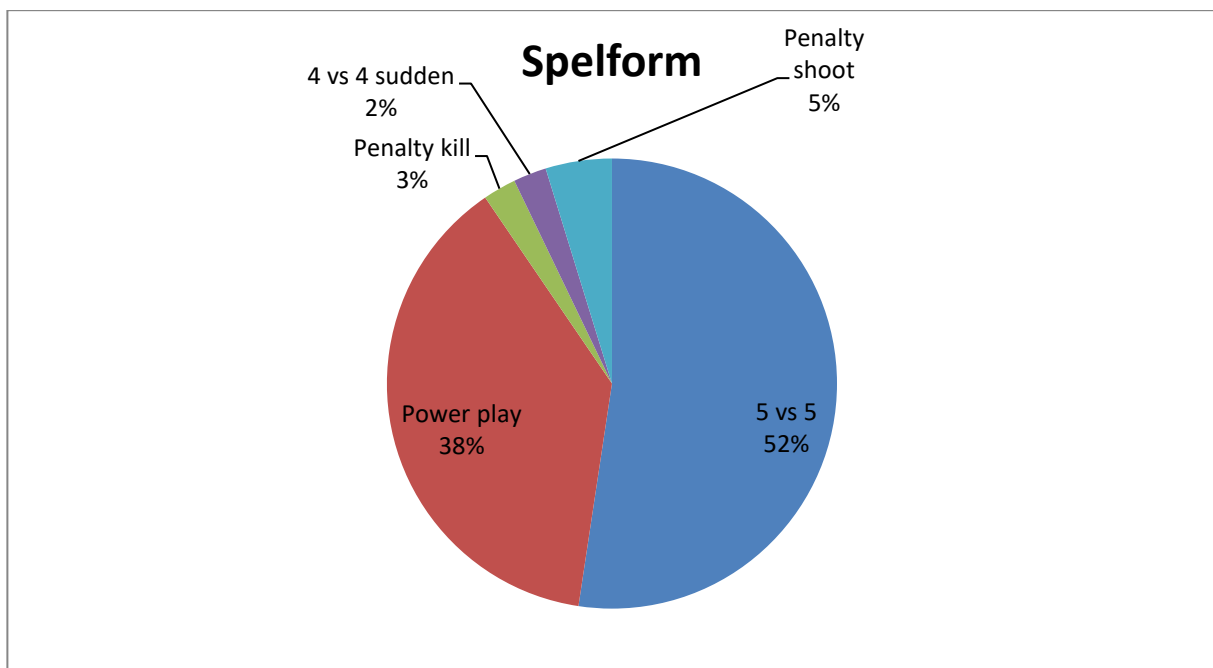
55 % i spelet 5-5

38 % i spelet powerplay

5 % på straffar

3 % i penaltykill

2 % i spelet 4-4



6 Diskussion

När jag skulle välja ämne till detta arbete föll mitt val för att göra en målanalys på en nivå som inte är för djup och framför allt att det är från den tredje divisionen vi har i Sverige där det inte är lika lätt att hitta statistik på samma sätt som i HA och SHL. Skiljer det sig mycket mellan Hockeyettan, HA och SHL? Inte speciellt mycket statistiskt enligt vad jag kommit fram till. Svensk hockey ser ganska likadan ut rakt igenom hela systemet skulle jag vilja säga, det är bara skickligheten på spelare som skiljer sig.

De flesta målen gjordes med handledsskott och i dagens snabba hockey så hinner man inte ladda för kung och fosterland och skjuta slagskott utan handledsskott är det som spelarna gör mest mål med. Slagskottet används för det mesta av backarna uppe på blålinjen och framför allt i powerplay men även de får svårt att dröja med skottet då forwards nu för tiden är väldigt skickliga på att ligga i skottlinje och det är också en väldigt stor del av spelet i egen zon i dagens hockey. Ofta när backar får igenom sina skott är det väldigt sällan de går rakt in i mål, utan endast 10 %, det är antingen en styrning eller så blir det att en forward slår in en retur. Jämför man min analys med Per Rydquists från HA säsongen 2014-15 visar det ett snarlikt resultat, t.ex. 6 % av målen gjordes från zon 3 där backarna avslutar jämfört med i min analys 10 %. Jag tror att anledningen till att det görs minst mål i zon 3 är att forwards ligger i skott linje, backar hinner inte skjuta slagskott och därmed blir mera handledsskott för styrningar och returer då även anfallsspelet bygger mycket på trafik framför målvakter. Att nästan alla mål görs i "slottet" eller enligt min zon indelning i zon 1 är väl inte heller överraskande. Men samma sak här är att få spelare att bli medvetna om det så att när man är i den zonen ska man ta avslut. Även här behöver vi träna mer inom svensk ishockey, att skjuta mera och framförallt när man är i "slottet". Tror alla tränare tjar på sina spelare om detta.

Jag har även tittat på och jämfört med Mikael Gaths arbete om HA och SHL från 2014 och där skiljer det väldigt lite. Min analys säger anfallszon 55 %, mittzon 19 % och egenzon 26 % och Mikael 61 %, 12 % och 27 %. Det som är tydligt är att det är i anfallszonen som resulterar i flest mål efter puckvinst.

Men det jag kanske mest är intresserad av är tiden från att man vunnit puck till att det blir mål. Hur lång tid tar det? Ja enligt min analys görs nästan hälften av målen inom 1-6 sekunder, 45 %. Här har jag återigen tittat och jämfört med Mikael Gaths analys och kommit fram till att det skiljer ganska mycket, den visar att inom samma tidsintervall görs 81 % av målen i HA och SHL. Detta är den största skillnaden mellan våra analyser och är kanske den största skillnaden mellan de olika divisionerna, att det går fortare ju högre upp i seriesystemen man kommer. Här finns det mycket att träna på enligt mig, skapa övningar där man från att vinna puck till att komma till avslut, att köra sådana övningar mera på tid och få spelarna att träna mera matchlikt. Till exempel 3-2 från rödlinje ska inte ta mer än 6 sekunder att komma till avslut, vinna puck i anfalls zon lika så. Men framför allt att göra spelare medvetna om hur det faktiskt ser ut i verkligheten på matcher.

Om vi kan visa spelare fakta så kanske det blir lättare att få dem att förstå och skjuta mera och därmed också göra mera mål.

Att jag tog med i vilken spelform målen gjordes i är mer att få en bild av hur viktigt powerplay är, BHF hade godkända 26 % i powerplay och 38 % av alla mål gjordes alltså där. Men med facit i hand skulle vi tränat mera special teams, special teams är så otroligt viktigt i dagens hockey med större zoner och bättre försvarsspel i spelet 5-5 över lag.

I och med detta arbete har jag fått reda på hur vi i BHF gjort våra mål i Allettan. Jag ville dels få ett kvitto på om vi tränat rätt men även vad man ska träna på för att göra mer mål. Massor av idéer har redan ploppat upp på hur jag ska kunna träna laget nästa säsong för att öka vår målproduktion, jag ser framemot att göra en ny analys och kunna jämföra med denna och utvärdera.

6.1 Litteraturlista

Videoklipp

Hemmamatcher filmat av BHF personal.

Motståndare har filmat bortamatcher.

www.solidtango.se

Litteratur

Gath, Mikael (2014) Var är det bäst att vinna puck för att göra mål

<http://www.swehockey.se/hockeyakademin/kurser/specialarbeten/>

Rydquist, Per (2014-15) Analys av målskott Karlskrona HK Hockeyallsvenskan 2014-15

<http://www.swehockey.se/hockeyakademin/kurser/specialarbeten/>