



Straffslag

- sudden straffar



av
Jesper Mattsson

Svenska ishockeyförbundet
Examensarbete Elittränarutbildningen 2016
Handledare: Anders Lundberg

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med detta arbete är att synliggöra behovet av att utveckla skyttar och teknik för att bli en bra målgörare samt att ge tränarna hjälp i sitt tänk vid val av straffskyttar samt att öka vikten av poängen i straffslagningen. Men också visa eventuella skillnader mellan rightare och left skyttar.

Frågeställningar

Vilken klubbfattning är vanligast i SHL?

Vilken klubbfattning gör flest mål?

Hur görs målen? Skott eller dragning?

Hur ser fördelningen ut i vinster mellan hemma- och bortalag?

Hur ser skillnaderna ut mellan spolad / ospolad is?

Resultat

I SHL idag så är det 78 % av spelarna som är leftskyttar och 22 % som är högerskyttar. Jag har granskat 193 straffar under säsongen 2015/2016 och materialet är hämtat från SHLs videobank. Av de 193 straffarna som jag har granskat så har 57 % slagits av högerskyttar. Högerskyttar skjuter mer än leftskyttar på sina straffar och gör också fler mål. Av de 30 matcher som gick till straffar har bortalagen vunnit 20 av dessa. Skillnaderna mellan ospolad is och nyspolad is var att det gjordes fler mål procentuellt vid ospolad (30,5%) jämfört med nyspolad (27,6%).

Diskussion

Min känsla att flest straffmål görs av högerskyttar samt att flest tränare väljer dessa har verkligen besannats i min utredning. Det var en klar skillnad mellan leftare och rightare där högerskyttarna använde sig av skott istället för dragning betydligt mer än leftarna. Den skillnaden var betydligt större än vad jag trodde innan. Efter mina kontakter med målvakter, straffläggare, tränare eller videocoacher mm ser jag att det inte satsas helhjärtat på straffar från många håll. Jag tycker när vi håller kvar publiken och skall ha det som ett bra avslut på matchen samt att det är viktiga poäng som står på spel så behövs det utvecklas mer runt straffskyttet inom klubbarna, det finns specialteam på många fronter men ingen som jobbar med dessa poäng som straffarna ger.

Innehållsförteckning

1	Inledning	1
2	Bakgrund	2
3	Syfte & Frågeställningar	3
4	Metod	3
5	Resultat	4
	5.1 Vilken klubbfattning är vanligast i SHL ?.....	4
	5.2 Vilken klubbfattning gör flest mål?	5
	5.3 Hur görs målen? Skott eller dragning?	6
	5.4 Hur ser fördelningen ut i vinster mellan hemma- och bortalag?	7
	5.5 Hur ser skillnaderna ut mellan spolad / ospolad is?	7
6	Intervjuer	8
7	Diskussion	9
	Litteraturlista	11

1 Inledning

Svensk ishockey SHL och Allsvenskan har sudden straffar, vem gör målen, höger eller vänsterskyttar? Är vi bra på att göra mål?

Den generella övertygelsen är att högerskyttar är dem som gör flest straffmål, mycket på grund av att det oftast är högerskyttar i toppen av skytteligorna.

Utvecklingen på målvakterna de sista åren har varit mycket positiv för svensk hockey, med speciella målvaktstränare och med video coachning, kartläggning av motståndarnas skyttar mm.

Görs det fler mål eller räddar målvakten, skjuter man oftare än man drar målvakten, skjuts det utanför eller på målvakten.

Vad väljer tränarna höger eller vänster?

Med min bakgrund som straffskytt tillsammans med Kim Ståhl och Jussi Riihijärvi som avgjorde många straffläggningar och dessutom utvecklade det mycket under träningarna ser jag idag saker från min position som tränare. Det jag ser och känner är att spelarna inte är förberedda på sitt avslut, känslan är att ändrar sig på vägen fram och inte är konsekventa i sin målfokusering.

Jag vill med detta arbete synliggöra att det behövs utvecklas skyttar och teknik för att bli en bra målgörare och då får inte straffslag vara något undantag, poängen är lika mycket värda i omgång 1 som 52 och kan vara avgörande för laget.

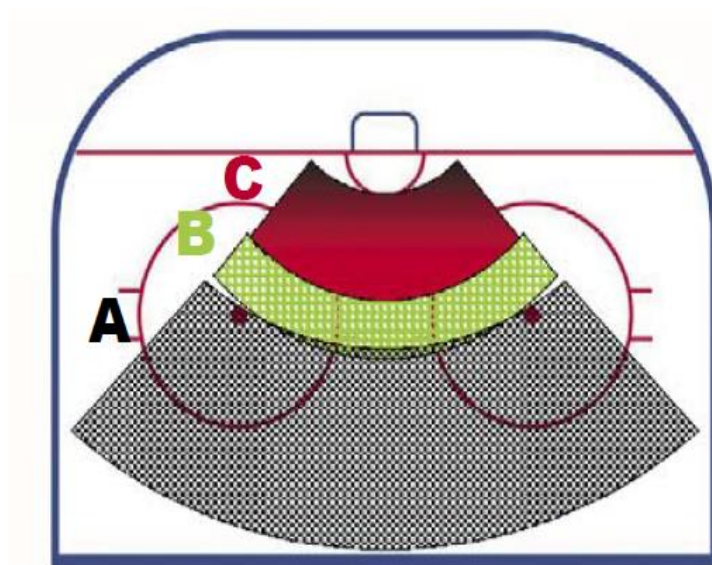
Jag tänker titta och reda ut verkligheten i SHL samt även titta på skillnaden på spolad is och inte spolad is de två senaste säsongerna. Därför kommer jag att jämföra måleffektiviteten på straffar mellan säsongerna 2014/2015 och 2015/2016 då spolningen av isen före straffläggningen togs bort under säsongen 2015/2016.

2 Bakgrund

Det är svårare att göra mål i dagens hockey, målvakterna utvecklas med all dess hjälp medel de har till sin hjälp med bla. video och egen tränare mm.

Special team för power play och box play utvecklas men straffslag som är värt poäng har inte följt med i samma utveckling. Här går man mer på känslan för speciella spelare eller vem som varit bäst för dagen.

Med utgångspunkt för målgörande runt straffar så kommer jag att titta på optimalt skottavstånd (Svenska ishockeyförbundet, 2007) och hur de ser ut i straffslaget.



Figur 1 – Optimalt skottavstånd där **Område A** är skottavstånd, **Område B** är det optimala området för skott och **Område C** är dribblingsavstånd

I Svenska ishockeyförbundets utbildningsmaterial ”Vägen till elit del 1 & 2 (2007) finns ett avsnitt som handlar om målskytte och är skrivet av Anders Forsberg. Där går följande att läsa:

”Grundregler vid skott

Avstånd till målvakten och målet

Avstånden mellan pucken och målvakten/målet styr också vilken typ av agerande skytten bör använda sig av. På bilden ovan visar jag en förenklad variant av vilken handlig som är att föredra i just dessa områden. **Område A** är skottavstånd **Område B** är det optimala området för skott **Område C** är dribblingsavstånd I område B är det idealiskt att ta ett skott. Det beror på att om du kommer närmare så täcker målvakten väldigt mycket av målet. Är du längre från så ger du målvakten mera tid till att hinna reagera och agera på skottet.

Ge information

En bra målvakt försöker att läsa vad som ska hända i nästa skede. Ofta så ger skytten väldigt mycket information till målvakten om när och var skottet kommer att avlossas. Skytten lägger pucken till rätta, slutar att aktivt åka skridsko, lyfter ena benet från isen och sjunker samtidigt i sin position. Då vet målvakten att här kommer det att avlossas ett skott. Men detta är saker som vi som puckförare kan utnyttja och ska använda oss utav. Om vi tar en sådan liten detalj som att vi inte slutar åka skridsko när vi avlossar skottet så blir det genast mycket svårare för målvakten.” (Svenska ishockeyförbundet, 2007)

3 Syfte & Frågeställningar

Syftet med detta arbete är att synliggöra behovet av att utveckla skyttar och teknik för att bli en bra målgörare samt att ge tränarna hjälp i sitt tänk vid val av straffskyttar samt att öka vikten av poängen i straffslagningen. Men också visa eventuella skillnader mellan rightare och left skyttar.

Frågeställningar

Vilken klubbfattning är vanligast i SHL?

Vilken klubbfattning gör flest mål?

Hur görs målen? Skott eller dragning?

Hur ser fördelningen ut i vinster mellan hemma- och bortalag?

Hur ser skillnaderna ut mellan spolad / ospolad is?

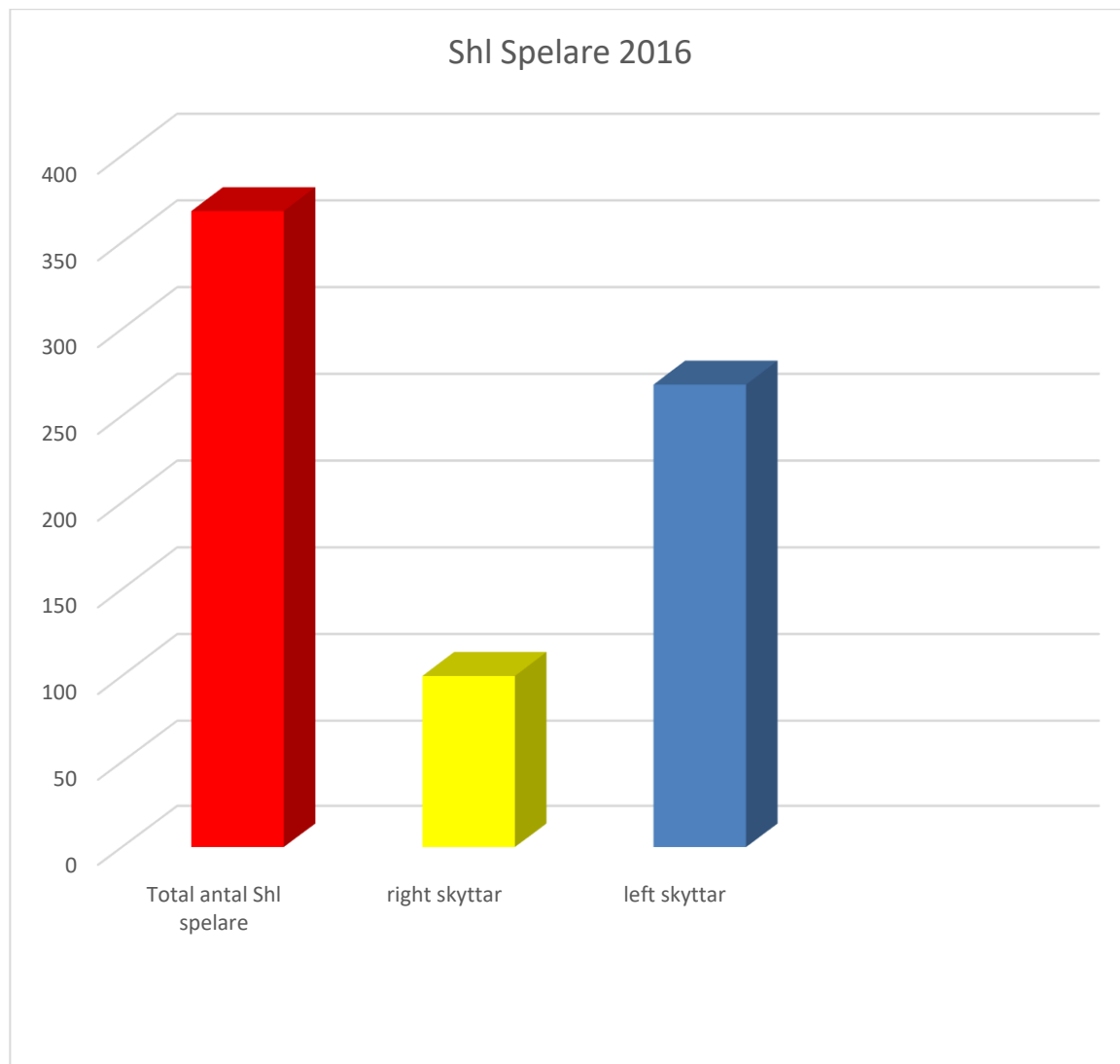
4 Metod

Videogranskning av SHL s videobank samtliga matcher med suddenstraffslag , laddat ner sista perioden och där titta på varje straffslag och antecknat ner de olika momenten jag letat efter samt fört ner det i diagram.

Jag har också varit i direkt kontakt med tränare, spelare och en målvakt och intervjuat dem, diskuterat samt ställt raka frågor där de uttalat sig helt från sitt eget perspektiv kring ämnet straffskytte.

5 Resultat

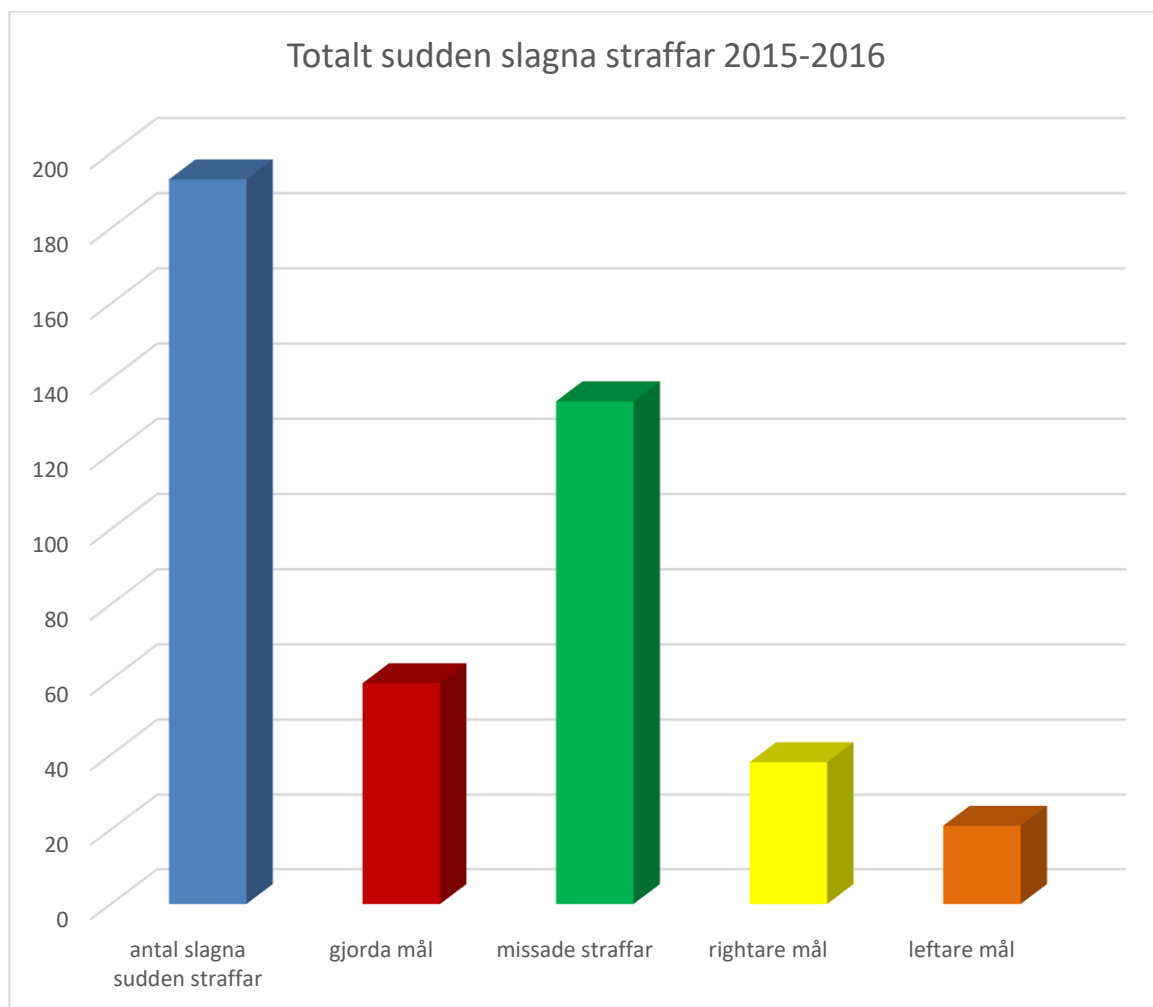
5.1 Vilken klubbfattning är vanligast i SHL ?



Figur 2 – Fördelningen mellan right skyttar och left skyttar i SHL säsongen 2015/2016

78% håller left och 22% håller right i trupperna vid säsongen slut. Stort övertag av leftare i SHL.

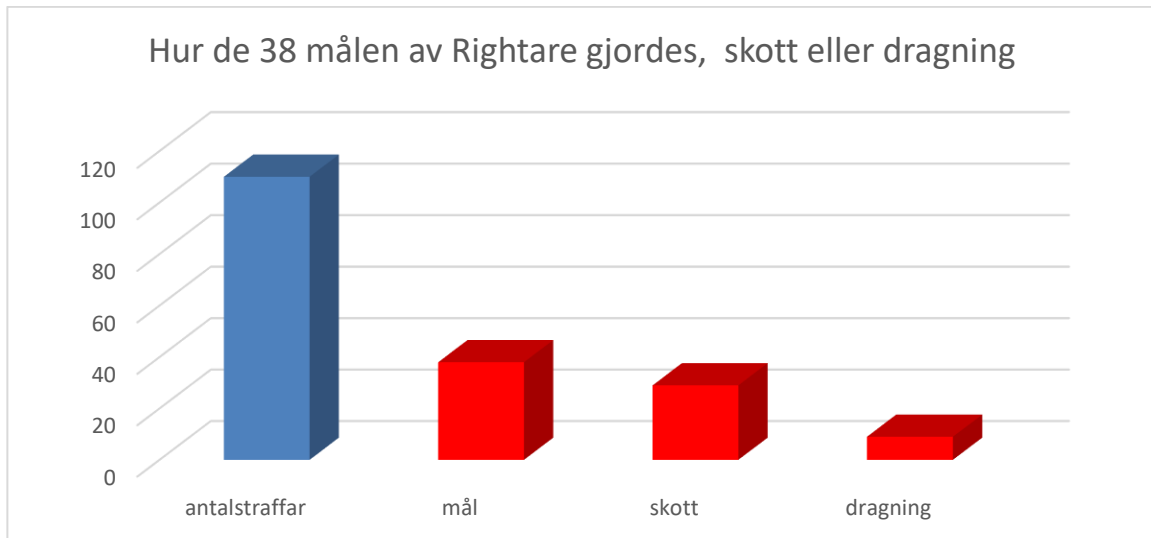
5.2 Vilken klubbfattning gör flest mål?



Figur 3 – Resultatfördelning bland alla straffar som slogs i SHL säsongen 2015/2016

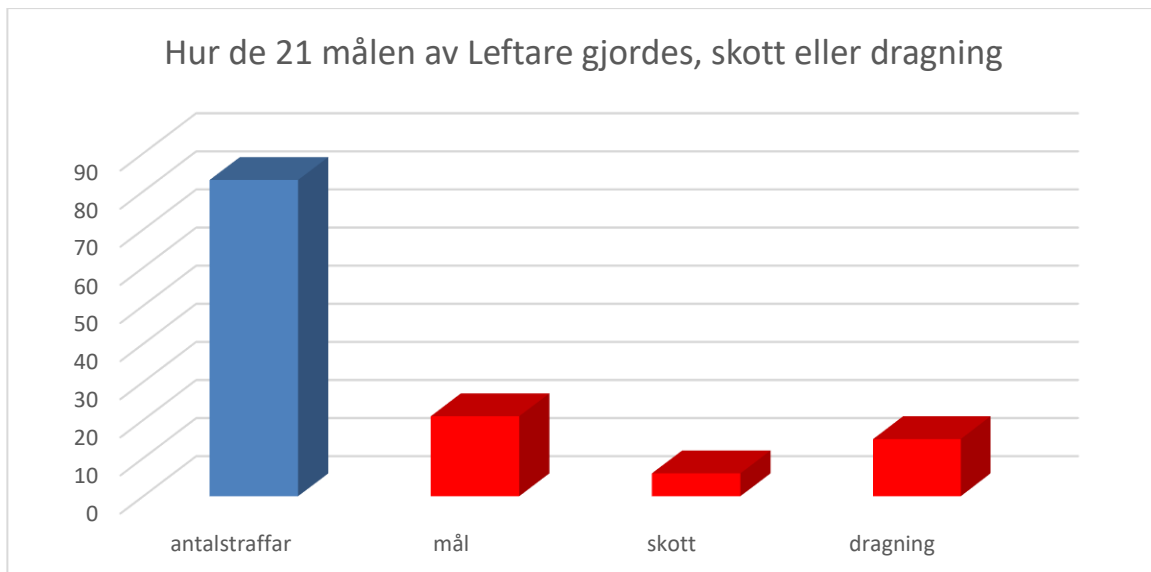
57% av straffarna slogs av Right skyttar 43% av Left skyttar. Stort övertag av rightare som straffläggare.

5.3 Hur görs målen? Skott eller dragning?



Figur 4 – Fördelning i hur straffmålen gjordes av rightare säsongen 2015/2016

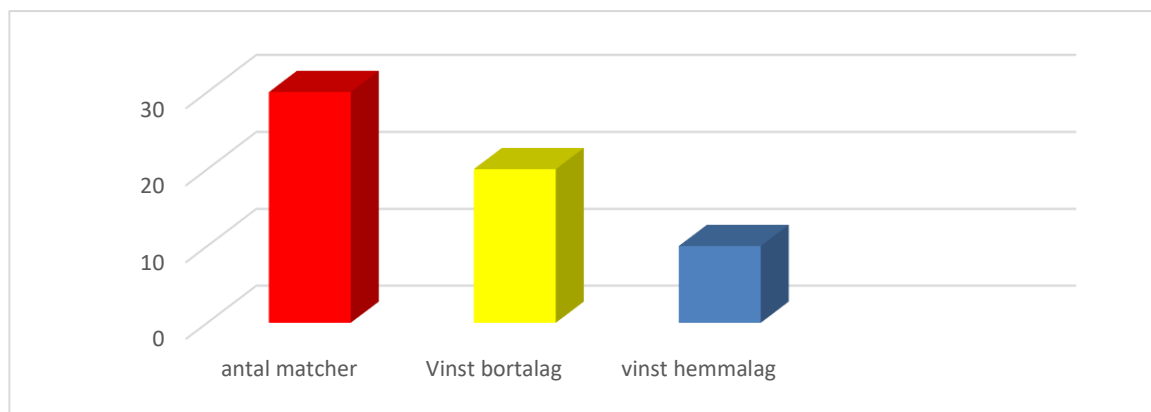
Rightarna tar mer skott än dragning och är klart effektivare i skotten



Figur 5 – Fördelning i hur straffmålen gjordes av leftare säsongen 2015/2016

Leftarna väljer mer dragning än skott och är effektivare än rightarna på dragningar.

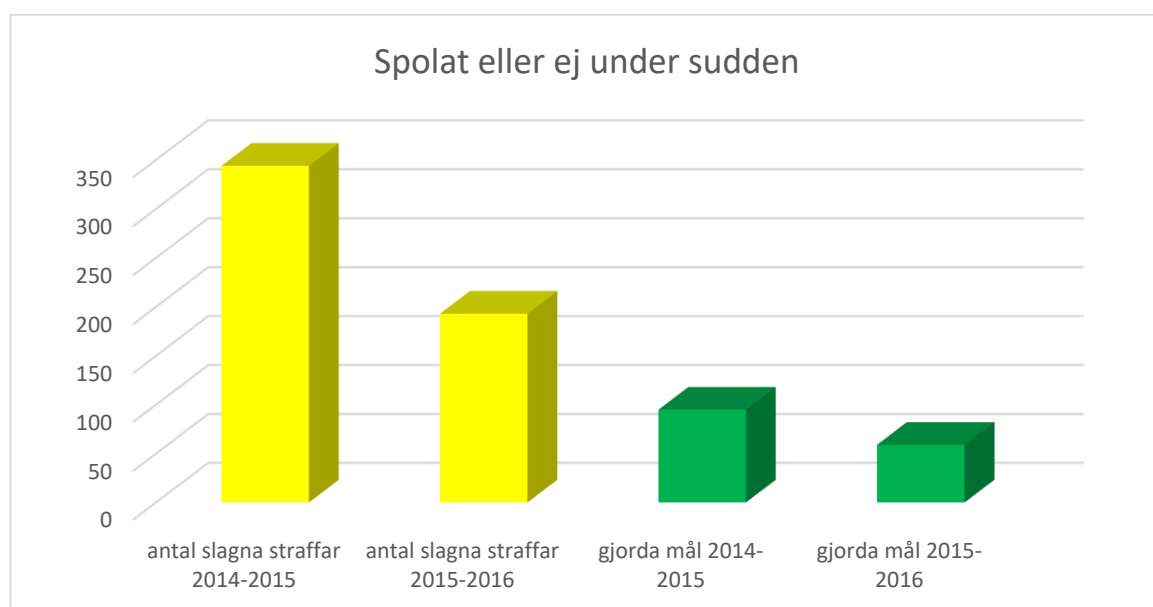
5.4 Hur ser fördelningen ut i vinster mellan hemma- och bortalag?



Figur 6 – Fördelning i vinster efter straffläggning mellan hemma/bortalag säsongen 2015/2016

Av de 30 matcher som gick till straffläggning så vann bortalaget 20 av dessa och hemmalaget vann 10 matcher.

5.5 Hur ser skillnaderna ut mellan spolad / ospolad is?



Figur 7 – Skillnaden i mål gjorda mellan säsongen 2014/2015 (spolad is) och säsongen 2015/2016 (ospolad is)

Jag har titta på hur det utvecklade sig med att man slutade att spola inför sudden straffar. 2014/15 gick 88 matcher till straffläggning och det gjordes 95 mål det vill säga 27,6%. 2015/16 gick 30 matcher till straffläggning och det gjordes 59 mål vilket är 30,5%.

6 Intervjuer

Målvakt: Jonas Gunnarsson

-Vad tänker du på när det blir straffslagning?

Svar: Att vill vara kylig och vänta ut skyttarna, tycker det är kul att tävla.

-Tränar du mycket på straffslagning?

Svar En del inte jätte mycket.

-Scoutar du straffskyttarna i andra lag?

Svar: Väldigt sällan, vill hellre läsa av straffskytten.

-Någon skillnad för dig om det är en rightare eller leftare vid straffslaget?

Svar: Nej , men tycker att rightare känns avigare.

Tränare: Tommy Samuelsson

-Vad tänker du på när det är straffslagning i sudden?

Svar: Ibland tänker jag att låta målvakterna stå varannan straff, gjorde det en gång

-Har ni bestämda straffskyttar?

Svar: Oftast två av tre klara, sen beroende hur matchen gestaltat sig.

-Scoutar ni motståndarnas målvakter för en ev straffslagning?

Svar: har alltid en målvakts scouting gjord på matchen samt även på straffslagning.

-Har du någon speciell filosofi med val av rightare eller leftare?

Svar: Helst rightare ,två av tre.

-Tränar ni straffslagning?

Svar: En gång i veckan på något sätt, ibland tas 4-5 straffskyttar för träna straffar.

Straffläggare:

Daniel Viksten Örebro (9 straffslag och 7 målgjorda 77,78% effektivitet)

-Vad tänker du på när du skall slå en straff.

Svar: Har bestämt innan vad jag skall göra, under matchen har jag läst av målvakten i olika situationer, för att veta vad jag skall göra vid straff.

-Har du många olika varianter vid straffslag?

Svar: Jag har tre olika varianter, men har inte använt den tredje i år, alla ser i stort sett lika ut men placerar pucken på tre olika ställen.

-Tränar du/ni på straffslag?

Svar: Tränar straffslag två gånger i veckan själv, men som lag tränar vi sällan straffslag.

-Scoutar du målvakterna innan match på video?

Svar: Ja kollar video samt stämmer av med min målvaktstränare och mina målvakter.

- Har ni bestämda straffskyttar i laget?

Svar: Nej, det har vi inte men det brukar bli samma spelare, jag har själv slagit i alla straffläggningar under säsongen.

Vi bestämmer alltid innan straffläggningen skall börja.

7 Diskussion

Det är mer än bara tur med straffar och straffläggning, många säger att det är ett lotteri!!! Inte i min bok!!

När jag själv var aktiv och spelade i Malmö så dök suddenstraffar upp för första gången i SHL, då brukade vi försöka ta de 5 minuterna övertid till straffar!!

Vi visste att vi var bra på straffar och tränade mycket på det i lekform efter träning, vi kände att vi alltid skulle vinna i stort sett. Var vi skadefria så slog alltid samma 3 spelare straffarna, 3 rightare! Det tränas allt för lite på straffar när det står så pass mycket på spel i poäng runt sträcken i tabellen, 4-5 straffsegrar kan vara stor skillnad i slutändan. Det är alldeles för ofta skyttarna bara kastar bort straffar, ibland känns de ointresserade eller har inte en aning om vad de ska göra!!?! Rightarna känns som de oftast är bättre på straffar än leftare, de känns

effektivare. Är det pga att de alltid har pucken på sidan av kroppen och är redo både för dragning alternativt skott? Leftarna dribblar oftare, de har ju pucken framför kroppen oftast när de åker med den. De är ju helt klart att tränarna tror mer på rightarna, de får ju slå flest straffar och sätter flest med för den delen!! Scouting av målvakterna utnyttjas inte fullt ut av skyttarna heller, kolla video, snacka med sina målvakter eller sin målvaktstränare och vad dem har för tips. Detsamma gäller målvakterna, många lag har i mångt och mycket i stort sett samma skyttar som slår straffarna i matcherna, lite bättre koll på varianterna gör att oddsen är på ens sida!!

I många av straffarna som missades kommer skytten alldeles för nära, istället för att ta avslut från optimalt skottavstånd. Kommer spelaren för nära när skottet tas ger det målvakten en fördel då man hamnar i hans box. Det vill säga att målvakten täcker i stort sett hela målet i förhållande till puckens öga.

Daniel Viksten tog alla sina avslut från optimalt skottavstånd och var bäste straffläggare i sudden!!

Sen gäller det också att vara medveten om var man skall skjuta. Mellan benen, högt eller 36 cm ovanför isen, just över målvaktens benskydd vid stolpen?

Rightarna har bättre koll på detta, dem tar fler avslut från optimala skottavståndet 37st i jämförelse med 24 från leftskyttarna.

Samma sak är det med att skjuta 36 cm ovanför isen just över målvaktens benskydd. Rightarna sätter 12 mål på detta sätt medan leftarna gör 0 mål, de skjuter inte ens där!!!! Något att arbeta på!?!

Samma sak mellan benen, leftarna är mycket gladare för att prova detta eftersom de drar målvakten mycket oftare, de försökte 11 ggr i sina dragningar medan rightarna bara 2 ggr men i gengäld var de 100% på de 2!!!!

Och som avslutning i mitt projekt vill jag säga att det blev inte som jag trodde att spolningen innan start av sudden straffläggningen som togs bort inför denna säsong 2015/2016 skulle minska antal gjorda mål, det gjordes fler mål procentuellt mot 2014/2015.

Det innebär positivt mer aktivt för både publik och spelare.

Litteraturlista

Forsberg, Anders, (2007), *Vägen till elit 1 och 2 - Anfallsspel och målskytte*, GTC Print, Luleå
www.shl.se

Intervju med Jonas Gunnarsson

Intervju med Tommy Samuelsson

Intervju med Daniel Viksten