



Tekningar

- Ett vapen eller bara ett sätt att få igång spelet?

Nichlas Falk

Svenska ishockeyförbundet

Examensarbete Elittränarutbildningen 2016

Handledare: Anders Lundberg

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med mitt arbete är att undersöka hur många som är nöjda med hanterandet av strategier i tekningsituationer och vad man som klubb kan göra för att börja använda sig mer av dessa fasta situationer. Samt att redovisa mina egna teorier. I offensivt syfte och i defensivt syfte. Mina frågeställningar är: Hur mycket tid läggs på strategier runt tekningar på träning och matcher? Hur mycket tid läggs på att analysera motståndarnas tekare och strategier? Utnyttjas tekningsituationerna på ett tillräckligt bra sätt? Hur kan tekningarna utnyttjas bättre?

Metod

Jag intervjuade tre tränare med olika serietillhörighet för att hitta skillnader och likheter i arbetet runt tekningsstrategier. Jag tittade även på statistik från SHL för att se om tekningsstatistiken påverkade slutresultatet. Samt matchanalyser i syfte att hitta återkommande strategier hos de olika lag jag analyserade.

Resultat

Alla tränarna menar att det är brist på tid som gör att dem inte utnyttjar tekningsituationerna på bästa sättet. Det spelar alltså ingen roll om du representerar lag i SHL, Hockeyallsvenskan eller Hockeyettan, det har att göra med hur viktigt man tycker det är att skapa tid för att utnyttja tekningsituationerna på ett bättre sätt.. Tekningsstatistiken säger ingenting om hur slutresultatet blir i en match. Naturligtvis har du större möjligheter att skapa målchanser om du vinner tekningen och får börja med pucken men bara för att du vinner fler tekningar än motståndaren innebär inte det att du kommer vinna matchen. Det är alltså lika viktigt att ha offensiva strategier för att skapa möjligheter till målchanser som det är att ha defensiva strategier för att försvåra för motståndaren. De flesta lag använder sig av samma strategier runt tekningarna och är därför ett område som har stor utvecklingspotential.

Diskussion

Som ett steg till att utveckla svensk ishockey tycker jag att tekningsituationerna är en oslipad diamant. Det handlar om att skapa sig tid under träningarna för att kunna utveckla dessa. Tycker vi som förening det är viktigt att använda oss av tekningsstrategier i högre grad och tar oss tid till att utveckla dessa är jag övertygad om att vi kommer bli ett svårare lag att spela emot. Vilken förening och tränare vill inte att vi ska vara ett svårslaget lag?

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
1.1	Tekningar som vapen.....	1
2	Bakgrund.....	1
2.1	En gammal centers funderingar.....	1
3	Syfte & Frågeställningar.....	2
4	Metod.....	2
4.1	Intervju.....	Fel! Bokmärket är inte definierat.
4.1.1	Statistik.....	2
5	Resultat.....	3
5.1	Intervjuer.....	3
5.1.1	Statistik.....	4
6	Diskussion.....	6
	Litteraturlista.....	9

Bilaga 1

Bilaga 2

Bilaga 3

Bilaga 4

Bilaga 5

Bilaga 6

[Bilaga 7](#)

1 Inledning

1.1 *Tekningar som vapen*

Jag tycker att det används alldeles för få strukturerade och kreativa lösningar vid tekningssituationerna i svensk ishockey. Du kan som **offensivt** lag skapa utgångar från egen zon på flera olika sätt. Vid tekning i mittzonen kan du skapa lösningar som resulterar i att ingångarna i anfallszon sker på det sätt som gör att det blir den svårast möjliga situationen för motståndarna att spela det försvarsspel de vill. Du har även möjlighet att vid vunnna tekning i anfallszon hitta en rad lösningar som kan leda till avslut från olika områden i zonen.

När laget förlorar tekning i försvarszon ska du hitta åkvägar som gör att motståndarna får så lite tid som möjligt och hamnar i tidsbrist och därmed inte kan spela på det sättet de önskar.

Alla lag har tekare med olika styrkor och svagheter. Jag tycker att man ska kunna hitta en strategi för tekning beroende på vilken typ av tekare som står i cirkeln.

Jag kommer i mitt examensarbete förklara mitt resonemang som förhoppningsvis kan leda till en förändring i synen på tekning.

2 Bakgrund

2.1 *En gammal centers funderingar*

Det finns ingen statistik som säger att om du har bättre tekningsprocent än motståndaren så kommer du vinna matchen. Det gäller att göra det bästa av en tekning, oavsett om du vinner eller förlorar den.

Som aktiv spelade jag största delen som centerforward. Tekningarna blev ett moment jag lade stor vikt vid. Det är en situation i spelet som ligger mig varmt om hjärtat. Du möter ofta samma tekare vid flera tillfällen under en match, det mentala spelet mot din motståndare har en väldigt stor del i hur resultatet av tekning blir. Det finns olika typer av tekare, den aggressiva, den smarta, den som styr upp sina medspelare, den som bara fokuserar på sitt och det finns den som bara väntar på att domaren ska släppa pucken så att spelet kan komma igång och bryr sig inte så mycket om vem som vinner tekning. Som tekare ska du kunna hantera att teka mot alla dessa typer på bästa sätt. Om jag får välja fritt bland dessa typer gillar jag den typen som styr upp sina medspelare bäst. Det är en spelare som involverar sin medspelare, en spelare som har en plan med sin tekning, en spelare som tar tag sin femma i

båset och diskuterar förbättringar och åtgärder tills nästa gång det är dags för en tekning. Och är därmed den som är svårast att läsa som motståndare. Det är för en sådan typ av tekare jag vill att vi ska börja utnyttja tekningarna på ett bättre sätt i svensk hockey.

Enligt en undersökning som gjordes av Magnus Blårand 2007 blev det mål vid 5 tekningssituationer av totalt 335 tekningarna under en omgång med 6 matcher i SHL. Det fanns redan 2007 och finns fortfarande 2016 väldigt mycket att arbeta med runt tekningssituationerna.

3 Syfte & Frågeställningar

Syftet med mitt arbete är att undersöka hur många som är nöjda med hanterandet av strategier i tekningssituationer och vad man som klubb kan göra för att börja använda sig mer av dessa fasta situationer. Samt att redovisa mina egna teorier. I offensivt syfte och i defensivt syfte.

Frågeställningar

1. Hur mycket tid läggs på strategier runt tekningarna på träning och matcher?
2. Hur mycket tid läggs på att analysera motståndarnas tekare och strategier?
3. Utnyttjas tekningssituationerna på ett tillräckligt bra sätt?
4. Hur kan tekningarna utnyttjas bättre?

4 Metod

För att hitta fakta har jag intervjuat tre tränare med olika serietillhörighet. Dessa tränare representerar lag i SHL, Hockeyallsvenskan och Hockeyettan. Anledningen till att jag valde tre olika serier är för att se sammanhang och olikheter i de olika serierna. Jag har även samlat in statistik från <http://stats.swehockey.se/> för att hitta sammanhang i antalet vunna tekningarna under en match och slutresultatet i samma match. Slutligen så har jag tittat på cirka 5 matcher från SHL med olika lag för att se om något eller några av lagen använder sig av strategier i den utsträckningen jag önskar att man ska göra.

4.1 Statistik

Jag gjorde ingen djupare analys av hur många matcher som vanns av det laget som hade bäst tekningsstatistik. Det gjorde jag med avsikt för att det är inte det mitt arbete går ut på. Utan mer för att hitta strategier för vunna och förlorade tekningarna. Jag gick igenom tekningsstatistik från en vanlig omgång i SHL.

4.2 Matchanalyser

Jag tittade på 5 matcher från en grundomgång i årets SHL. Mitt syfte var att se vilka sorters strategier lagen använde sig av runt tekningsmomentet.

5 Resultat

I denna del gör jag en egen summering utifrån de svar jag har fått i intervjuerna. Jag nämner också några egna teorier utifrån statistiken jag tog fram från en omgång i SHL. Samt redogör för vad jag såg i de matcher jag tittade på för att hitta återkommande strategier hos de olika lagen.

5.1 Intervjuer

Det alla tre tränarna var rörande överrens om var att det läggs ner alldeles för lite tid runt tekningar. Det beror mest på tidsbrist och att det ska hinnas träna på så många olika saker. Jag förstår deras syn på saken och är lika som dem i mina egna träningar. Fast dit jag vill komma är hur viktigt tycker vi att det är med tekningar? Anser du som tränare att det är viktigt så skapar du tid till det. Jag kommer utveckla mina tankar vidare under rubriken Diskussion. När det kommer till analyser av motståndarna så är det oftast i defensivt syfte man analyserar. Hur gör vi när dem vinner tekningen? Hur sätter dem press på oss när vi vinner den? Inget konstigt med det eller speciellt ovanligt. Ingen av tränarna ansåg att dem utnyttjade tekningarna på ett tillräckligt bra sätt. Tränarna kommer tillbaka till att det är tidsbrist som är en stor faktor till att man inte utnyttjar tekningarna på ett bättre sätt. Att kunna utnyttja tekningarna bättre handlar också om tid. Jag gillar det Tony säger att man ska involvera spelarna mer i det. Tycker du som tränare att det är viktigt så kommer dina spelare också tycka att det är viktigt med tekningar. Och att få spelarna att känna sig delaktiga är bara bra. För om du bara serverar spelarna med förslag så begränsar du kompetensen bara till dig själv och spelarna kommer inte att acceptera dina förslag på samma sätt som dem gör om dem själva har varit med i arbetet att skapa strategierna. Mickael Håkansson var även inne på hur viktigt tycker klubben att det är med tekningar. En bra tanke tycker jag. Även tankar runt det kommer jag utveckla under rubriken Diskussion.

5.1.1 Statistik

Det man ser är att du kan vinna matcher även om du förlorar tekningsstatistiken i matchen. Självklart har du större chans att skapa lägen i offensiv zon och hindra motståndarna från att skapa bra lägen i din defensiva zon om du vinner tekningarna. Så det handlar om att ha den bästa planen för hur du ska återta pucken eller ge motståndarna det sämsta tänkbara avslutsläget.

SHL

Luleå HC-DIF Tekningar: 33-29 Slutresultat: 4-1

Örebro HK-Skellefteå AIK Tekningar: 22-19 Slutresultat: 2-1

Färjestads BK-Brynäs IF Tekningar: 19-22 Slutresultat: 2-1

Linköping HC-HV71 Tekningar: 32-36 Slutresultat: 5-1

Frölunda HC- Växjö Tekningar: 21-33 Slutresultat: 3-1

Malmö IK-Rögle BK Tekningar: 32-38 Slutresultat: 2-3

Karlskrona HK-Modo Tekningar: 29-24 Slutresultat: 1-2

5.1.2 Matchanalyser

Jag tittade på 5 matcher från en grundomgång i årets SHL. Mitt syfte var att se vilka sorters strategier lagen använde sig av runt tekningsmomentet. Jag tänker redovisa de mest återkommande strategierna jag såg genom att redogöra för vad varje av de olika resultaten kan bli i en tekningssituation. Det är vunnen/förlorad tekning i defensiv zon, vunnen/förlorad tekning i offensiv zon samt vunnen/förlorad tekning i neutral zon. Jag har även ritat ut rörelserna för respektive position på isen och bifogar dessa spelplaner som bilagor.

Förkortningarna för de olika positionerna är

Högerforward/FW1

Västerforward/FW2

Centerforward/CF

Högerback/B1

Västerback/B2

Vunnen tekning i defensiv zon.

Den vanligaste strategin var att backen som står ute vid sargen hämtar pucken och åker med den runt målet för att sedan passa den till forward som har åkt till passningsfickan på icke

pucksida. Forwarden i sin tur spelade antingen in den på centerforward eller använde sargen för att lyfta ut pucken i neutral zon. **Se bilaga 1**

Förlorad tekning i defensiv zon.

Vid förlorad tekning är det vanligaste att forward 1 åker upp mot motståndarbacken som står närmast sargen, forward 2 åker upp mot backen som är placerad mitt på isen, centerfw och båda backarna spelar man mot man med sina spelare djupt nere i zonen. **Se bilaga 2.**

Vunnen tekning i offensiv zon.

Efter vunnen tekning bak till back 1 åker centerforwarden in centralt i zonen för att ha möjlighet att ta returen som studsar ut en bit från målet. Forward 1 åker in mot målet för att skymma målvakten och ta returen som hamnar i närheten av målet. Forward 2 åker in i tekningscirkeln för att bromsa farten på motståndarens forward som ska hindra backen från att kunna skjuta. De två vanligaste aggerandet hos back 1 var att själv skjuta pucken mot mål eller passa pucken till back 2 för chans till avslut mot målet. **Se bilaga 3.**

Förlorad tekning i offensiv zon.

Vid förlorad tekning var det vanligaste att lagen ville sätta hård press på motståndarna direkt. Forward 1 jagade motståndaren puckförande back in bakom mål. Forward 2 följde motståndarens icke puckförande back för att den backen inte kan vara ett passningsalternativ. Centerforwarden följde sin motståndarcenter av samma anledning. Back 2 åkte ner mot sin motståndarforward i passningsfickan för att kunna behålla pressen i zonen mot motståndarna. Back 1 åkte in centralt i planen för att skaffa sig ett bra utgångsläge både offensivt och defensivt. **Se bilaga 4.**

Vunnen tekning i neutral zon.

Efter en tekning i den här delen av planen handlade det i de flesta fallen att back 2 ska ta sig över den röda linjen och sedan lägga ner pucken djupt i offensiv zon för att därefter sätta press på motståndarna med forward 1 och forward 2 i syfte att vinna pucken djupt ner i zonen. **Se bilaga 5.**

Förlorad tekning i neutral zon.

Vid förlorad tekning var det vanligaste att de båda forwards försökte sätta press på varsin motståndarback i syfte att dessa skulle få så lite tid som möjligt att kunna göra något

kontrollerat med pucken. Den ena backen satte press på pucksidan. Den andra backen åkte ner i zonen för att skapa sig ett avstånd till anfallande forwards i det fallet att motståndarna sköt ner pucken bakom målet i defensiv zon och därmed bli den spelare som först kan ta sig till pucken. **Se bilaga 6.**

6 Diskussion

Dessa strategier är några av de vanligaste som de flesta lag använder sig av. Det är syftet med mitt arbete. Varför är det så? Varför använder sig alla lag av ungefär samma strategier? Ett enkelt svar är ju att dem fungerar på ett ok sätt. Ett annat svar är att det tar inte så lång tid för varje spelare att lära sig om det är något man inte gjort förut.

Jag sitter inte på alla svaren och strategier runt tekningarna men jag tycker att man ska kunna hitta på många fler lösningar runt tekningsituationen. Varför inte efterlikna amerikansk fotboll? Starten av spelet är den samma. Antingen så startar du med bollen/pucken eller så ska du vinna tillbaka bollen/pucken. Skillnaden är att i amerikansk fotboll vet du om du kommer starta med bollen eller inte. Där har man en rad olika lösningar för det offensiva spelet och en rad lösningar för det defensiva spelet. Hela den sporten bygger på att ha bäst strategi och att kunna anpassa dessa strategier till hur skickligt ditt lag är.

Om man tittar på den omgång från SHL som jag redovisade tidigare i texten så var det sammanlagt 389 tekningar, vilket ger ett snitt på ca. 55 tekningar per match. Det är rätt så många tekningar och en stor anledning till att göra det bästa man kan för att ha bra offensiva och defensiva lösningar.

Vems är då ansvaret för att kunna börja ändra kurs när det gäller tekningarna? Är det föreningens, tränarens eller kanske spelarnas ansvar? I ett första skede tycker jag att det är föreningen ansvar. Hur viktigt tycker vi att det är? Vilken typ av tränare rekryterar vi till vårt lag. Tycker vi som förening att det är likt t ex powerplay en viktig del av spelet måste vi se till att det finns kompetens hos den tränaren till att genomföra det på ett bra sätt. Precis som en förening resonerar när det gäller powerplay, boxplay, checkspel osv. Om du som tränare känner att du har stöd hos föreningen i dina tankar om tekningar så är det lättare att skapa tid för att kunna börja utnyttja tekningsituationerna på ett bättre och mer strategiskt sätt. Jag jämför med moment som det tränas mycket på, t ex powerplay. Har du tur så spelar det powerplay sex eller sju gånger på en match. Det tränar de flesta lagen minst 3 dagar i veckan på, ca. 20 minuter åt gången. Visst, du är en man mer och behöver veta vad som ska göras

under de 2 minuter du har powerplay och kan vara matchavgörande. Men det kan en vunnin tekning i neutral zon också vara.

De strategier jag redogjorde för genom mina matchanalyser är alltså de vanligaste från dem olika utgångslägena. Jag tycker att man ska kunna hitta strategier som på olika sätt kan vara fördelaktiga för laget.

Grunden till att kunna vara lyckosam med sina strategier är att man har scoutat sina motståndare för kommande match på ett bra sätt. I just förberedelser inför en match är vi ganska duktiga i svensk elitishockey. Där kommer vi behöva lägga till momentet hur motståndarna agerar efter en tekning, vilket är både utvecklande och förbättrar förberedelserna inför matchen.

Om jag börjar med vunnin tekning i defensiv zon så tycker jag att man ska kunna hitta spelvägar som gör att man kommer ut med pucken på ett sådant sätt som är svårast för motståndaren att försvara sig emot. Ofta handlar en vunnin tekning i den zonen bara om att få ut pucken så snabbt som möjligt så man inte blir sårbara om man tappar pucken i den zonen. Det är inget fel på en sådan strategi men den är inte så gynnsam för ett kreativt spel. I just den här situationen tycker jag att du ska ha hittat svagheter hos motståndarna i spelet utan puck och skapa strategier med dem bristerna som grund. Till exempel om motståndarna har tröga backar så hittar man lösningar runt det eller har motståndarna pucktittande forwards så hittar man lösningar runt det.

Vid förlorad tekning i defensiv zon tycker jag att man ska kunna hitta strategier som gör att vi som försvarande lag styr vad motståndarna tillåts att göra. Strategierna går även där ut på att hitta styrkor och svagheter hos motståndaren. Var ifrån vill motståndarna ta sina avslut? Vilken av motståndarna vill vi ska ta avslut? osv.

Vid vinst i offensiv zon handlar det mycket om att få in mycket folk på mål och ta avslut. Jag tycker att man ska kunna utveckla även den situationen mycket mer. Då tänker jag på platsväxlingar och åkningar som gör det svårt för motståndaren att spela det försvarsspelet dem vill. I dessa situationer måste man scouta motståndarens försvarsspel. Var är dem sårbara, vilka av motståndarens spelare har svårt i försvarsspelet som vi kan utnyttja i en tekningssituation osv.

Som ni märker finns det en jättestor utvecklingspotential runt tekningarna. Jag är även nyfiken på vad som kan hända om man sätter upp strategier utifrån styrkor och svagheter hos tekarna i ditt lag. Ska det alltid vara centern som tekar? Eller är det bättre att använda honom i en annan del runt tekningssituationen?

Det är upp till din egen kreativitet som tränare i samråd med dem du tycker ska vara delaktiga som sätter nivån för hur avancerade strategierna blir.

Jag vet att jag kommer börja jobba mycket mer runt tekningssituationer i framtiden. Det är ett område som har kanske den största utvecklingspotentialen i spelet. Johan Schoultz gjorde ett arbete om fasta situationer 2012 med ungefär liknande resultat. Det är alltså fyra år sedan och det ser i stort sett likadant ut nu vad det gäller att lägga tid på tekningsstrategier. I och med att det är i snitt 55 tekningar på en match så känns det dumt att inte ska skapas tid för att utveckla dessa.

Litteraturlista

<http://stats.swehockey.se/?mobile=false>

C more hockey

http://old.swehockey.se/ImageVaultFiles/id_17075/cf_113/2.PDF

http://old.swehockey.se/ImageVaultFiles/id_26505/cf_113/15.PDF

Bilaga 7 – Intervjuer

Mikael Håkansson Djurgårdens IF SHL

- 1 .Alldeles för lite, mest i samband med matcher.
2. Vi försöker påpeka motståndarens styrkor. Det vi tittar mest på är hur motståndarna sätter press när dem förlorar en tekning. Nästan ingenting i deras vinster. Alla spelare ska veta sin uppgift vid förlust.
- 3.Nej, det finns jättemycket att göra i det momentet. Tyvärr är just tekningsituationer något som blir lidande när man ska hinna träna på så mycket annat.
4. Skapa tid under träningarna. Det är tyvärr just det som inte sker. Ett sätt skulle ju vara att träna på de olika varianterna när det är målvaktsträning på andra sidan isen.

Tony Zabel Kallinge/Ronneby IF Hockeyettan

- 1.I samband med matcher är det en del av genomgången, framför allt i försvarssyfte. På träningarna är det kanske 2-3 gånger i månaden som vi fokuserar på tekningsvarianter.
- 2.Har motståndarna en eller fler skickliga tekare så nämner vi det och hittar motmedel, även där mest i defensivt syfte. Har inte motståndarna någon tekare som sticker ut med bra statistik lägger vi ingen tid runt tekningarna.
- 3.Nej, det finns massor att göra. Tyvärr på hockeyettan nivå finns det inte tillräckligt med tid för att hinna med allt du vill under träningarna.
- 4.Video är ett riktigt bra sätt att analysera och hitta lösningar. Fast i hockeyettan är det inte så vanligt att jobba med video pga olika anledningar. Ett annat sätt kan vara att göra grupparbeten i laget, där spelarna får ta ansvar att hitta lösningar. Nu är det mest att det ska komma lösningar från tränaren och inte så stort ansvar läggs på spelarna

Michael Johansson HC Vita Hästen Hockeyallsvenskan

- 1.Inte många minuter. Vi har genomgång när vi går igång innan säsongen. Men vi tränar nästan aldrig på tekningar. Det blir mest i teorin som vi pratar om tekningar
- 2.Vi pratar med spelarna inför matcher om motståndarna har några återkommande varianter, annars ingenting.
- 3.Nej, vi har några fasta varianter som de flesta lagen använder.
- 4.Skapa tid för att kunna träna mycket mer på olika varianter.