

SPILLET INN MOT OG FORAN MÅL

Norges Ishockeyforbund



Engasjert – Raus – Ekte





NORSK STANDARD

AMBSJON

Spillere med høye **mål** og som tørr å si det høyt. Du er **sulten** etter å bli bedre, og utvikle deg selv og laget. Du våger å spille, våger å prøve, og du **våger** å gjøre feil.

GJENNOMFØRE

Spillere som tar **eierskap** til egen utvikling. Du følger opp ord og planer, med **handlinger** – hver gang. Du forstår- og viser at hver treningsdag og økt, over lang tid, er avgjørende for å nå toppen. Du viser vilje og evne til å lytte og **lære**.

Norsk standard

SAMARBEID

Du er bevisst din **rolle** i laget og gjør de rundt deg gode. Du bidrar til et sterkt **samhold** og kameratskap i verdensklasse. **Sammen** skaper vi et topp utviklingsmiljø og sammen skaper vi progresjon og **resultater**.

KONKURRERE

Vi ser etter spillere som elsker å **konkurrere**, vinne sin kamp i kampen. Gjennom å konkurrere med deg selv og de andre jobber du for å alltid være den **beste** versjon av deg selv. Du liker **utfordringer**, vokser på motstand og **gir aldri opp**!

«Spillet inn mot og rundt mål»

Først og fremst mener vi at det er viktig at både spillere og ledere forstår at spillet i og rundt målet både offensivt og defensivt handler om å vinne 1v1-dueller. Det er definitivt visse ferdigheter og teknikker vi ønsker å fremheve, men når det er sagt, mener vi at "grit" og en enorm innstilling til å "slå spilleren din" er helt avgjørende for hvordan hver unike situasjon vil utvikle seg. I både trenings- og matchmiljøer må vi være klar over at kampsituasjoner vil være en naturlig del av miljøet, og det er opp til oss ledere å veilede spillerne gjennom disse situasjonene som kan være veldig tøffe. Vi oppmuntret til tøft og hardt spill der det vil oppstå situasjoner der utvisninger er i spill, og da er det svært viktig at vi kontrollerer situasjonene og lærer spillerne hva som er tillatt og ikke tillatt.



Offensivt

I utgangspunktet er det den offensive spillerens oppgave å skape kontroll over pucken, dette betyr ikke at spilleren må ha pucken på bladet, men puckkontroll for oss betyr å kontrollere hvor pucken er og at vi har den offensive fordel. Å "gjemme" pucken er helt avgjørende for å skape den offensive fordel, og her ser vi akkurat nå at den største grunnen til at vi ikke får kontroll på pucken, eller mister den, er fordi puckføreren eksponerer pucken for motstanderen. Derfor coacher vi spillerne til alltid å ha sin egen kropp mellom pucken og motstanderen.



Offensivt

Når vi har kontroll på pucken, er den neste og viktigste ferdigheten å være i bevegelse. Dagens yngre spillere trenger hjelp til å forstå at skøytegåing og bevegelse er den ferdigheten som skaper mest problemer for forsvarsspillerne dypt i offensiv sone. Så lenge vi er i bevegelse, blir det vanskeligere for motstanderne å få kontroll over den defensive situasjonen, og "vi stiller spørsmål" til forsvarsspillerne der vi hele tiden utfordrer ved å bevege føttene. Her finnes det flere ulike typer teknikker i form av cutbacks, stutter steps, Tarasenko og Crosby, som berøres mer under temaet "Forward-profil".



Offensivt

Det tredje steget, etter å ha skapt kontroll over pucken og at vi er i bevegelse, er den siste og avgjørende faktoren å **invadere** området foran motstanderen og komme seg inn i området foran mål. "Space invader" er et konsept som beskrives nærmere under "Forward-profil". Men for å være en "space invader" i disse situasjonene er det en fordel å få motstanderen ut av balanse. Dette gjøres ved å angripe kølla og hendene til forsvarsspilleren. Dette skaper en situasjon der motstanderen kan komme i ubalanse eller tvinges til å ta et valg om å stoppe den offensive spilleren med fare for utvisning, eller rett og slett slippe spilleren videre.

For å være en funksjonell forward som "vinner innsiden" og skaper offensive fordeler både med og uten puck, må du være i konstant bevegelse. Igjen vil vi fremheve viktigheten av "speed kills", og i denne sammenhengen betyr det at så lenge våre offensive spillere er i konstant bevegelse, vil det være vanskeligere å få stopp i spillet.



Offensivt

Til slutt handler mye av spillet i og rundt målet om å vinne dueller, og da er mindset like viktig som teknikkene du velger å bruke. Flere av ferdighetene som spiller inn for å være en effektiv offensiv spiller i disse situasjonene, er beskrevet nærmere under "Forward-profil".

Som en siste del av dette avsnittet må vi ikke glemme at det er like vanlig å spille til en medspiller på innsiden. Forventningen offensivt vil alltid være å vinne sin 1v1-situasjonen, men når det er sagt, er det å "spille gjennom" motstanderen også en ferdighet som kan brukes. Det krever imidlertid at du har en medspiller som har invadert rommet innenfor motstanderen uten puck.



Defensivt

Det vi ønsker å oppnå med forsvarsspillet inn mot og rundt eget mål, er å minimere motstandernes offensive muligheter. På internasjonalt nivå ser vi at de beste lagene som går langt i turneringer, gir fra seg svært få sjanser, enten det er i 5 mot 5-spill eller i undertallsspill. Vi ser også at forsvarsspillet mot og rundt mål er noe de beste lagene og spillerne behersker bedre enn de lavere rangerte lagene. I løpet av to år med Landslagsskolen har vi sett et stort potensial i hvordan spesielt backene og centerne våre opptrer i disse situasjonene.

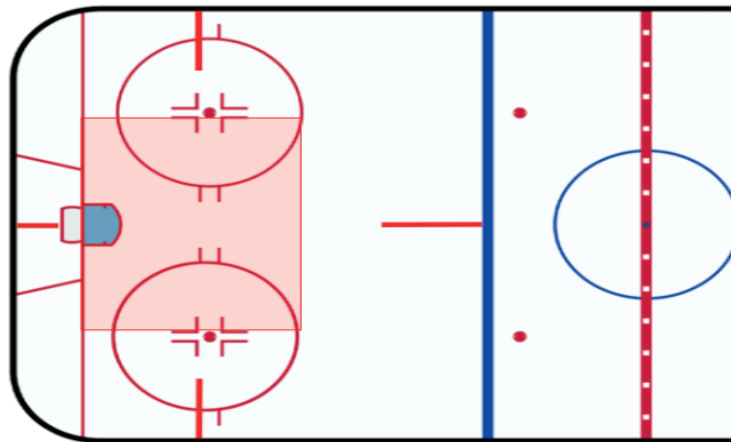


Defensivt

Vi vil gjøre det klart at det er forskjell på hvordan en større og en mindre spiller bør håndtere disse situasjonene, men det finnes likevel noen generelle teknikker som skaper defensive fordeler. I utgangspunktet bør forsvarsspilleren alltid ha kølla på isen for å ta bort tid og rom fra puckføreren eller for å stenge av ulike pasningsmuligheter.



DEFENSIV SONE

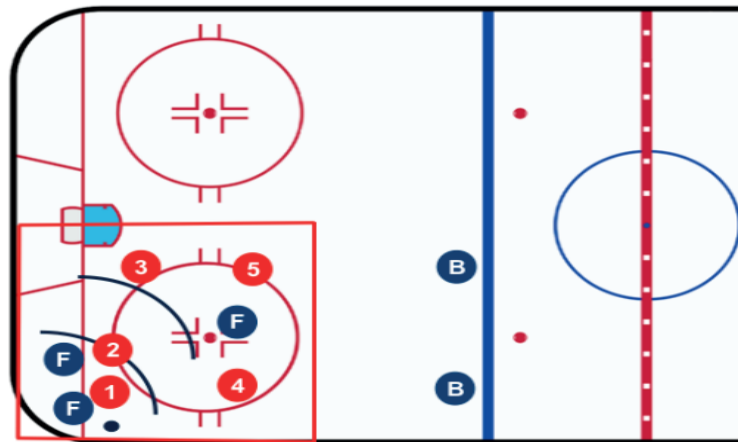


Prinsipper i forsvarssonen

- Forventningen i defensiv sone er få ett brudd i spillet innen fem sekunder og skape separasjon mellom puck og motstander.
- Ved skudd fra blå - boks alltid ut. Ta alltid bort køller.
- Forwards forventes alltid å dekke skudd.



DEFENSIV SONE



NORGES ISHOCKEYFORBUND

22

1. Hardt press mot puckfører. Få brudd i spillet, skap separasjon mellom puck og motspiller.

2. Ligg nærme og kommuniser ut 1. Plukk opp løse pucker.

3. Gir støtte til 1 og 2. Fungerer som et «sikkerhetsnett» i tredje ledd. Utgangspunkt foran mål.

4. Utgangspunkt innenfor sirkelkant. Klar til å agere mot offensiv høy tredje mann og kommer opp i skuddlinja for å ta bort tid og rom for offensiv back på sterk side. Dekke skudd.

5. Utgangspunkt sentralt i banen. Klar til å agere mot offensiv høy tredje mann og kommer opp i skuddlinja for å ta bort tid og rom for offensiv back på svak side. Dekke skudd.

