



MÄLVAKTSUTBILDNING

SÄSONGEN 2023-24

MÄLVAKTSTRÄNARMÖTE 2023-08-22

AGENDA

- **Organisation av målvaktstränare**
- **Roller och ansvar**
- **Röd tråd i utbildningen**
- **Stockholms hockeyförbunds målbild**
- **Målvaktsträning off- och on-ice under säsongen**



Organisation av målvaktstränare

Ledarorganisation

Sportchef: Jacob Bäckström

Målvaktsansvarig: Peter Jansson

Inhyrda målvaktstränare

Stefan Persson

Sofia Reiderborn

Målvaktstränare i lagen

-

Axel Billter

Christoffer Hedlund

Rickard Markusson

-

TBD

A-lag

U16

U15

U14

U13

U12

U11-09

Flick F16-12

Målvaktsledare i lagen

TBD

Axel Billter

Christoffer Hedlund

Rickard Markusson

Fler?

TBD

TBD



Roller och ansvar

Målvaktsansvarig

Målvaktsansvarig ansvarar för att målvaktsträningen organiseras och leds på ett kvalitativt sätt inom föreningen. Målvaktsansvarig ansvarar även för kontakten med Sveriges- och Stockholms hockeyförbund i målvaktsfrågor.

Målvaktsansvarig samordnar med Sportchefen i föreningen.

Målvaktsansvarig samordnar och koordinerar målvaktsfrågor med tränare och målvaktledare i respektive lag.

Målvaktansvarig ansvarar även för kontakten med målvaktstränare i omgivande föreningar. Stockholms ishockeyförbund har som ambition att skapa tårtbitsmöten inom olika områden i Stockholm med närliggande föreningar. Målvaktsansvarig skall delta vid dessa möten.

Roller och ansvar

Målvaktstränare

Målet i föreningen är att ha en målvaktstränare per lag för de äldre barnen (U16-U13) med ansvar för målvakterna i sitt lag. Rollen som målvaktstränare syftar till att ansvara för att målvakterna tas om hand och ges samma förutsättningar till utbildning som utespelarna får.

Målvakterna skall utbildas enligt den röda tråden som finns i föreningen så alla får samma bas i sitt målvaktsspel.

Målvaktstränaren/målvaktsledaren är även länken till målvaksansvarig och sportchef i föreningen.

Roller och ansvar

Målvaktsledare

Målet i föreningen är att ha en ledare per lag i rollen som målvaktsledare med ansvar för målvakterna i sitt lag. Detta är en del i det arbete som Stockholms Hockeyförbund driver med mål att detta implementeras i alla stockholmsklubbar. Rollen som målvaktsledare syftar till att ansvara för att målvakterna tas om hand och ges samma förutsättningar till utbildning som utespelarna får.

Detta kan röra sig om både träning och mer praktiska saker som att hantera skydd och att vara ett extra stöd till målvakterna.

Målvaktsledarna är även länken till målvaksansvarig och sportchef i föreningen.

En av målvaktsledarna kommer även stötta med att samordna kallelser till de målvaktsträningar som genomförs.

Målvaktstränare kan även inneha rollen som målvaktsledare

Röd tråd i utbildningen

Personliga egenskaper

- Motivation och glädje
- Tänka positivt
- Träna hårt, tävla på varje puck
- Lugn och tålamod
- Fokus och seriositet
- Självförtroende, kunna ta motgångar och gå vidare
- Positivt kroppsspråk

Teknik och träning (Röda tråden)

- Skridskoåkning och förflyttningar
- Fysisk träning, rörlighet, atlet
- Följa pucken med blicken (Track the puck)
- Läsa spelet
- Fokus på att ta alla skott man skall ta och därefter några till
- Klubbteknik
- Etc. enligt utbildningsplanen
- Återhämtning

Mälarös målvakter tränar med äldre lag i föreningen (vid behov även matchspel)

10 min mv träning varje ispass

Stockholms hockeyförbunds målbild

I samarbete med Svenska Ishockeyförbundet

I Svenska Ishockeyförbundets tävlingsbestämmelser är det stipulerat att varje förening ska ha en utbildad Målvaktstränare/Målvaktsansvarig som ansvarar för långsiktig utveckling av föreningens samtliga målvakter (samt rekrytering)

Syfte:

Att ungdomsföreningarna i Stockholm säkerställer att man bedriver en modern och utvecklande verksamhet för alla individer oavsett position i laget.

Mål:

- Att i linje med intentionen i SIF TB ska samtliga föreningar ha en utbildad och i föreningen kontinuerligt hemmahörande huvudmålvaktsansvarig 1:a juni 2023.
- Att vi på sikt har en namngiven målvaktsansvarig i samtliga lag som startas upp från säsongen 2021-22.
- Att det är lika självklart att utse en målvaktsansvarig som övriga ledare när man startar upp ett nytt lag i föreningen.

Målvaktsträning off-ice under säsongen

Off ice

- Målvakterna tränar i regel med sina respektive lag
- Målvaktsprogram för off-ice finns framtaget för de lite äldre målvakterna medan de yngre uppmanas bara genomföra off-ice tillsammans med sitt lag.
- Öga hand koordinering och reflexträning etc. kan tränas av alla
- Off-ice träning genomförs under hela säsongen.
- Målet är att genomföra ett antal teoripass med målvakterna under säsongen.
- Specifik utbildning i rörlighet kommer att genomföras under säsongen med extern hjälp

Målvaktsträning on-ice under säsongen

On-ice

- Målvaktsträning på is kommer att bedrivas varje vecka hela säsongen (**målbild**).
- Målvaktsträningen är uppdelad i ett yngre och ett äldre block och genomförs direkt efter varandra.
- Ett av passen per månad kommer att fokuseras på utveckling av skridskoåkning och klubbteknik och på dessa pass behövs inga skyttar
- Målvaktstränare i föreningen genomför majoriteten av dessa pass (arvoderas per pass)
- Externa gästmålvaktstränare: Stefan Persson och Sofia Reiderborn tas in mht budget och tillgänglighet

Målvaktsträning on-ice under säsongen

Lagträningar

Varje huvudtränare ansvarar att det avsetts ca 10–15 minuter varje träning till målvakternas egen träning på samma sätt som ges till utespelarna. Lämpligtvis avdelas en zon åt målvakterna då individuell teknikträning genomförs med utespelarna på andra sidan. **Detta är väldigt viktigt för och en av de viktigaste delarna i målvaktsutbildningen.**

Fokus på denna tid skall vara skridskoåkning, förflyttningar och klubbteknik. Förslag på övningar kommer att ges till målvakterna på målvaktsträningen.

Även viss typ av skotträning kan genomföras i samband med förflyttningsövningar.

Målvaktsträning on-ice under säsongen

Matcher

Målet med matchspel är att utbilda målvakterna i målvaktsspel.

Målvaktspelet handlar om bra teknik, psykologi och fysik. Målvakterna behöver tränas i alla dessa delar under hela sin utbildning.

En målvakt utvecklas långsammare än utespelarna och är som bäst i 25–30 års åldern och ett stort tålamod efterlyses i hela föreningen med målvakternas utbildning. Fokus skall läggas på grunder hela vägen upp till A-laget samt att bygga stabila målvakter med gott självförtroende.



Tack för idag!

Mälarö Hockeyförening

