

Verksamhetsberättelse U11 – Team 15

Ledarstab

Huvudtränare

Kenneth Noaksson

Istränare/coacher

Christoffer Noaksson, Patric Karlsson, Christian Merdal, Christoffer Artler och Gustav Lilliehöök

Lagledare

Jimmy Jonson

Materialare

Jens Lund, Patric Karlsson, Tomas Rapp och Fredrik Nygren

Inköpsansvarig Patric Karlsson

Ekonomi Therese Rudslätt Debou

Spelartrupp

17 spelare födda 2015

5 spelare födda 2016/2017

Under säsongen har vi lånat in de fem yngre spelarna till poolspel och cuper. Vi har också skickat ner tre spelare till U10 för matcher och träningar. Samtidigt har vi skickat 12–14 spelare till U12 enligt ett rullande schema för träningar samt omkring tio spelare till matcher.

Jag tycker att detta har fungerat bra och att vi på ett tydligt sätt har följt den så kallade Järfällavägen mellan lagen.

Under den senare delen av säsongen har vi fått in fem nya spelare från Bålsta. Det har höjt nivån på vår verksamhet, även om det bör tilläggas att övergångarna ännu inte är helt klara. Det är mycket positivt eftersom vi tidigare haft en liten trupp.

Vi har även tagit in Niklas Skoglund som istränare och coach. Han var även tränare i Bålsta.

Karolina Parkkila har också tillkommit som lagledare tillsammans med Jimmy. Hon har tidigare varit lagledare i Bålsta.

Aktiviteter

114 isträningar

25 matcher i form av poolspel och träningsmatcher

7 cuper: 3 under hösten och 4 under våren

Fysträning kontinuerligt under säsongen

Vi har lagt in fysträning även efter säsongen och fortsätter fram till midsommar. Under dessa pass arbetar vi med olika spelmoment, såsom presspel, försvarsspel samt powerplay och boxplay. Vi genomför övningarna på barmark för att ge spelarna en bättre förståelse för momenten och tanken bakom dem. Jag är övertygad om att detta ger dem större förståelse även på isen. Spelarna har också fått ett program för sommarfysen. Dessutom har vi haft spelarsamtal med samtliga, där vi gått igenom deras utveckling och pratat om deras egna mål med hockeyn.

Status nu:

- Fysträning 2 ggr i veckan.
- Ispass 1 ggn i veckan
- Tränar boxning som extra fys, där kommer vi ha hunnit med 3 pass under våren.
- Vi hade ett avslutningsläger i Rimbo den 9–10/5–26. Samt en avslutande cup på Lidingö den 2026-05-26.

Verksamheten säsongen 25/26

Under säsongen har vi haft ett uppstartsläger i augusti i Rimbo, där vi berättade för spelarna om vår plan för säsongen 25/26 och vilka områden vi skulle arbeta extra med. Eftersom spelarna fortfarande är unga och inte alltid mottagliga för längre genomgångar har vi försökt hålla informationen tydlig och konkret. Vi har följt vår plan under säsongen, och den har visat sig fungera bra.

1. Varje träning börjar med skridskoteknik, klubbteknik och avslutsteknik. Vi lägger 15–20 minuter på detta vid varje träning. Vi går även igenom övningarna i omklädningsrummet för att få så effektiv istid som möjligt. I början hade barnen svårt att ta till sig mer än de första övningarna, men vi har fortsatt att arbeta med detta och i dag klarar de av att ta till sig 4–6 övningar per pass, vilket ger en mer effektiv istid. Målsättningen innan säsongen är slut är att nå 40–45 minuters effektiv istid på ett 50-minuterspass, vilket vi nu närmar oss.
2. Vi har arbetat mycket med zonspel, framför allt uppspel, presspel, backchecking och placering på banan. Det har varit en utmaning att få bort dribblingar och individuella lösningar. Under matcher fungerade det stundtals bra, men spelarna föll ofta tillbaka i gamla vanor. (hålla pucken själv) Vi såg också svårigheter med placering på banan,

där spelarna ofta hamnade i passningsskugga eller blev stillastående. Vi tog upp detta både under och mellan matcherna, men utvecklingen gick inledningsvis långsamt. Efter jul har vi däremot sett en tydligt positiv utveckling, med bättre speluppfattning och ett avsevärt bättre passningsspel.

3. I november valde vi att köra helplansövningar med fokus på passningar, bredd, djup och timing. Det var svårt i början, men det lossnade successivt. Detta gav spelarna en helt annan fart och ett bättre fokus i övningarna. Spelförståelsen och tempot i spelet förbättrades, liksom förståelsen för placering på banan

4. Vi började även arbeta med presspel över hela banan, både i anfall och försvar. Efter jul har detta visat sig fungera bra, och spelarna förstår nu innebörden av det samt hur de ska placera sig både framför eget och motståndarnas mål. Vi har även börjat arbeta med uppspelsövningar på helplan, där vi lägger stor vikt vid timing, passningskvalitet, rörelse och spelförståelse.

5. Under senare delen av säsongen har vi fortsatt arbeta med dessa delar och även lägga in mer 1 mot 1-teknik. Fokus ligger på hur man möter upp motståndaren med den egna klubban och håller blicken i brösthöjd för att kunna stoppa motståndaren. På träningarna använder vi en så kallad fejkad stödkrage för att spelarna hela tiden ska ha blicken uppåt och samtidigt kunna hantera pucken för att läsa spelet över hela banan. Även detta utvecklas mycket positivt. Vi kommer också att börja utbilda spelarna i att ta emot och ge tacklingar.

6. Vi har valt att inte ha separata teorigenomgångar på 15–30 minuter. I stället lägger vi teorin i samband med genomgången inför varje träning. Då förklarar vi syftet med övningarna och hur de kan överföras till matchsituationer. Jag upplever att detta arbetssätt ger spelarna en bättre förståelse för det teoretiska innehållet, samtidigt som de håller fokus bättre och tar till sig informationen på ett tydligare sätt.

7. Efter jul har jag vid vissa tillfällen delat in spelarna i nivågrupper om tre för att ge varje spelare ett större eget ansvar. Det har tidigare funnits en tendens att vissa spelare gömmer sig bakom dem som ligger längre fram i utvecklingen. Målet är att varje spelare ska ta större ansvar för sin egen utveckling. Detta sker endast under vissa övningar och syftar både till att anpassa utvecklingen efter individens nivå och till att stärka varje spelares egen drivkraft. Under säsongen har jag också nivåindelat laget vid tre tillfällen: två poolspel och en cup. I övrigt spelar vi med blandade lag både på matcher och träningar.

Jag tycker att vi har haft en fantastisk utveckling i laget, och det har hänt mycket efter jul. Jag ser med stor tillförsikt på resten av säsongen. Samtidigt måste vi ha i åtanke att spelarna

bara är tio år, men de visar tydligt att det finns både utveckling i gruppen och glädje i det de gör.