

Spelaranalys SHC J18			
Konfidentiellt mellan spelare och lagledare			
Datum			
Namn			
Vikt			
Längd			
Fattning			
Målvakt			
Tröjnummer			
Varför spelar du hockey?			
Hur många ggr i veckan vill du träna? Förutom match.			
Om du själv fick bestämma – vart skulle du spela då?			
Tränar du annan idrott?			
Tränar du på egen hand?			
Vad vill du att SHC ska göra för dig?			
Vilken målsättning har du med din hockey?			
Vilken målsättning vill du att J18 ska ha?			
Vad kan SHC göra för dig så att du fortsätter spela med SHC även i framtiden?			
Vilka krav kan SHC ställa på dig?			
Går det bra i skolan?			
Vilken skola kommer du gå på när isträningen drar igång och vilken linje?			
Går du och ser andra lags matcher i högre serien? Isåfall hur många ggr i månaden?			
Har du de senaste två åren sett någon SHC A-lagsmatch?			
Skulle du vilja spela ishockey även under dagtid typ ishockeygymnasium? Elitsatsning.			
Analyserar du spelet?			
Tycker du analys (video) och teori är viktigt eller ska man spela och lära sig av det?			
Ska man matcha ett lag?			
Om ja, på frågan ovan. I vilka situationer ska man matcha?			
Om ja, på frågan ovan. Skulle du ta illa upp om du då blev bänkad?			
Om du fick bestämma lagkapten vem skulle det vara? Och två assisterande.			
Vad är din bästa egenskap på isen?			
Vad är din sämsta egenskap?			
Vad vill du bli bättre på?			

Beeptest			
Coopertest			
Ställning	Hur bra? 1 till 5	På match (aldrig, ibland, ofta)	Kommentar
Stående			
Stående på knä			
Position			
Rätt position i förhållande till puck och mål			
Förflyttning i olika riktningar			
Sidled, djupled			
Vrid/Rotera, Kombinera			
Förflyttning i olika positioner			
Stående			
Knästående			
Förflyttningsteknik			
T-push			
Korta i sidled (shuffle)			
Bågar (Sculling, C-cuts)			
-framåt			
-bakåt			
Fart bakåt (skapa fart, glid)			
Övergångar, bakåt till sidled			
-Tårtbitar (sök mitten)			
-Ostbågar (sök mitten)			
Tryck och förflytta nere på isen			
Vrid, tryck och förflytta nere på isen			
Tryck/Glid ner (Butterfly slide)			

Stående (hur bra är du att använda:)			
Kropp			
Plock			
Stöt			
Benskydd			
Klubba			
Ner på isen i sidled			
Kropp			
Plock			
Stöt			
Benskydd			
Klubba			
Rakt ned i butterfly			
Kropp			
Plock			
Stöt			
Benskydd			
Klubba			
Efter räddning			
Full kontroll			
-Sätta i spel			
-Blockera			
Returkontroll			
-Styra undan kontrollerat			
-Närspel			
Flygande anfall			
<i>Lika många hem</i>			
En mot en plus målvakt			
Två mot två plus målvakt			
Tre mot tre plus målvakt			
Fyra mot fyra plus målvakt			

Målvakt

Fem mot fem plus målvakt			
Numerär underlägsen			
Friläge			
Två mot en plus målvakt			
Tre mot två plus målvakt			
Fyra mot tre plus målvakt			
Fem mot fyra plus målvakt			
Avslut högt i slot			
Fri sikt			
Skymda lägen			
Styrningar			
Returer			
Situation med ursprung bakom mål			
Inspel			
Inbrytning bakifrån			
Nära bur, trä in puck bakifrån (köksvägen)			
Puckförare får vandra ut			
Följa puck bakom mål			
Sidledspel			
Pass rakt i sidled			
Pass snett framåt			
Pass snett bakåt			
Spelförståelse (Taktik)			
Överblick situation			
Förstå lagets spelsätt			
Värdera möjligheter risker/hot			
Skridskoteknik			
Åka			
Vrida			
Vända			
Klubbteknik			
Stoppa nerlägg och lösa puckar			

Målvakt

På mål			
Vid sidan om buren			
Vid sargen bakom buren			
Lämna pucken			
Vid sidan av buren			
Vid sargen bakom buren			
Spela pucken			
Kort eller lång pass			
Blad till blad (ej via sarg)			
Pass via sarg			
Rensa pucken ur zon			
På isen			
Via sarg			
Via glaset			
Lyft			
Avlasta på ytan			
Till hörn			
Till ficka			