Thomas Fröberg

Examinationarbete

Etu special

- Vägen från Nor ik – Elit och Hockeygym

Handledare Johan Andersson

Innehåll

1.1 Bakgrund

1.2 Presentation

1.3 Mitt ledarskap

1.4 Syfte

1.5 Frågeställning

2 Metod

2.1 Genomförande

2.2 Urval

3 Resultat

3.1 Andra idrotter

3. 2 Vid vilken ålder satsade du enbart på hockeyn?

3.3 Har du varit på många sommarhockeyskolor ?

3.4 Hur upplevde du din tid i Nor ?

3.5 Kände du någon gång att det var för tuff träning för dig så du mådde dåligt av det ?

4 Diskussion

Referenser

1.1 Bakgrund

Mitt ledarskap bygger mycket på egna värderingar och normer utifrån egen spelar karriär, upplevda situationer från andra ledares ledarskap.

Jag har drivit en träningsfilosofi med mycket träning som innebär att man från tidig ålder tränar mycket allsidig träning.

Har tränat denna grupp födda 93 med en inriktning på elit , där jag alltid lagt träningen efter den som ligger längst fram i sin utveckling.

Den här kullens spelare träder nu in i elitseriespel och även potentiella

till NHL spel.

Finns även väldig lovande spelare som idag har slutat med ishockeyn som

Idag kanske hade fortsatt med ishockeyn om inte satsningen varit så hård.

1.2 Presentation

Jag heter Thomas Fröberg , är 45 år och gift med Susanne . Tillsammans har vi tre barn , Linus Sanna och Moa.

Min idrottskarriär är att jag spelat i Nor och i Grums , slutade när jag var 28 år . Tränade 93 kullen i Nor från det de var 6-7 år tills de var 16 år. Tog sedan klivit in till FBK , där jag idag är ansvarig för J 20.

1.3 Mitt ledarskap

Jag är en tränare med en klar målbild vad jag ville med det här laget, vi lade ribban väldigt högt från början med lek och träning.

Engagemang / Lidelse
Ge grabbarna från en tidig ålder klart för sig vad träning och passion innebär, hålla glöden på varje träning.

Tydlighet
Att vi inom gruppen litar på varann , att man är rak o ärlig.

Trygghet
Att vi känner en trygghet i omklädningsrum där vi växer olika i puberteten , acceptera samt respektera varandra.

Förtroende
Att alla accepterar att någon inte tränar så hårt som många andra gör , att det är fint att vara bäst och ödmjuk.

1.4 Syfte

Frågan har framkommit nu på senare tid vad jag gjort med 93 kullen när gamla elitspelare som Magnus Arvidsson , Totto Rhodin samt Peter Nordström frågar hur vi gjorde när våra killar var yngre. Intresset växte fram hos mig och jag har börjat analysera detta . Det är ändå 7 st från kullen som spelat i våra kära ungdomslandslag samt A-landslag.

Vid vilken ålder man kan kalla det elit , hur hårt vi tränade , hade Jonas Brodin blivit bra ändå ?
Syftet med arbetet blir därför att undersöka hur vi på bästa sätt kan hjälpa andra tränare med en målsättning som vi hade att tänka på vissa saker.Trampar man andra idrotter på fötterna eller blir killarna lidande med mycket träningar och matcher.

1.5 Frågeställning

Följande frågeställning ligger till grund för mitt arbete:
Hur upplevde grabbarna sin tid i Nor?
Frågeställningen kommer att undersökas genom kvalitativa intervjuer som beskrivs närmare i nästa kapitel.

2. Metod

2.1 Genomförande

I min undersökning har jag använt mig av kvalitativa intervjuer med grabbarna som flytt länet samt 2 st som är kvar i Värmland.

När jag ringde grabbarna inledde jag med ett kort information om mitt syfte och att jag skulle använda deras namn i min rapport.

2.2 Urval

I undersökningen har fem spelare intervjuats . Dessa är:

Spelare 1 : Jonas Brodin.

Spelare 2 . Erik de la Rose

Spelare 3. Linus Fröberg

Spelare 4 . Henrik Messfeldt

Spelare 5 . Jakob de la Rose

3 . Resultat

3.1 Har du sysslat med andra idrotter förutom Hockey.

Jonas

Fotboll

Erik

Fotboll , golf , friidrott , bandy och basket.

Linus Fröberg

Fotboll , bandy, inlines och innebandy

Henrik

Fotboll , bandy och Inlines

Jakob

Fotboll , innebandy , bandy och golf.

3.2 Vid vilken ålder satsade du enbart på hockeyn?

Jonas

14- 15 års åldern

Erik

14 år

Linus

14-15 års åldern

Henrik

Jag bestämde mig för hockeyn vid 13 års ålder.

Jakob

14 år

3.3 Har du varit med på många hockeyskolor på sommaren?

Jonas
En sommarskola och vissa somrar var det inga.

Erik
En varje sommar

Linus
Två – tre varje sommar

Henrik
En varje sommar.

Jakob
Två per sommar

3.4 Hur upplevde du din tid i Nor ?

Jonas

Det var en bra tid, jag utvecklades mycket och fick spela mycket med/mot äldre.

Erik

Lärorikt, spelade med bra spelare, träningarna var bra med bra ledare.

Ställde höga krav på varandra och hade alltid kul på träningarna.

Linus

Min tid i Nor var lärorik. Jag fick spela mycket och mot äldre, fanns alltid istid om man ville träna extra.

Henrik

Extremt kul, alla gav alltid max och det var en bra grupp.

Jakob

Bästa laget jag spelat med! Sammanhållningen var enormt bra. Det är ett lag jag aldrig kommer att glömma.

3.5 Kände du någon gång att det var för tuff träning för dig så du mådde dåligt av det

Jonas

Nej absolut inte , vi sporrade varann.

Erik

Nej , jag visste vad som krävdes för att bli bra.

Linus

Nej , vi sporrade varann.

Henrik

Nej , bara bra!

Jakob

Nej , trött blev jag men jag mådde aldrig dåligt av det.

4 Diskussion

Följande frågeställning har legat till grund för min frågeställning.

Har vi kört för hårt från tidig ålder?

Hur skulle det sett ut med spelarna om vi kört för bredden i stället för de starkaste i gruppen?

I fråga om hur dessa spelare resonerar är det ganska klart vad de tycker.

Det finns en kille som var bättre än alla dessa ovan och slutade vid 14 års ålder.

Det är fortfarande grabbar som spelar men inte på toppnivån , vad är det som skiljer ?

Jag kan se skillnaden på att de som är längst fram i hockeyn nu är de som tränade mest även vid låg ålder och har en stor mängd fys bakom sig.

Vi bestämde oss tidigt att vi skulle träna mer än Stockholmsklubbar som då låg i framkant i Sverige , vi spelade mellan 80 - 100 matcher per säsong.

Vi hade ett bra samarbete med fotbollen där Jonas Brodins pappa var tränare så vi även kunde köra fysen på sommartid.

Det mest intressanta i denna grupp var att de var målinriktade från första början tills de lämnade föreningen. Vi betonade vad viktigt det var att vara förberedd för varje match och träning. De hade en klar bild vad de ville bli i hockey livet, ja säger många nu, men den träningsmängd de lade ner vid ung ålder var imponerande.

Trots att de är så unga och relativt oerfarna är jag överraskad över deras iver än idag när jag möter dem i olika ishallar att bli bättre och bättre.

När grabbarna kom upp till U 16 så lämnade Jonas Nor och gick till Färjestad. Vi gick till Semifinal i SM mot AIK med Mika Zibanjed i spetsen. Vi slutade 4.

Året som följde var det många gymnasium som jobbade hårt på att få våra spelare.

2 till Brynäs

3 till Leksand

2 till Färjestad

4 st till Mora.

Det som jag ser som viktigt med killarna när de var små var att hitta en fys tränare som är duktig och vet vad hon sysslade med , i vårt fall valde vi Emma Reinas.

I framtiden tror jag att för att få fram riktigt bra spelare måste vi ha riktigt bra utbildade ledare från tidig ålder , mycket lek och inte bara isträning.

Referenser

Spelare som var med i ett av Sveriges ledande lag från en liten klubb som Nor.