



# Verksamhetsplan för Borås Hockey Club

Hockeyskolan

Utvecklingsverksamheten

Elitverksamheten – Elitjunior och A-lag



# MOT NYA MÅL



©2015 Borås Hockey

Titel: Verksamhetsplan för Borås Hockey –  
*Hockeyskolan, Utvecklingsverksamhet,  
Elitverksamhet – Elitjunior och A-lag.*

Författare: Borås Hockeys sportgrupp

Upplaga: 4

Tillhörande webbplats: <http://borashockey.se>



# Innehållsförteckning

<b>INNEHÅLLSFÖRTECKNING</b>	<b>3</b>
<b>1. ALLMÄN DEL</b>	<b>5</b>
1.1 Verksamhetsbeskrivning	5
1.2 Syfte med verksamheten	5
1.3 Mål med verksamheten	5
1.4 Organisationsplan – Borås Hockey	6
<b>2. ANSVARSFÖRDELNING</b>	<b>7</b>
2.1 Arrangera cuper	8
2.2 Arrangera camper	8
2.3 Kiosk	8
2.4 Filmning A-lagsmatcher	Error! Bookmark not defined.
2.5 Ungdomskommité	Error! Bookmark not defined.
<b>3. HOCKEYSKOLAN</b>	<b>9</b>
3.1 Träningsgruppers indelning	10
3.2 Match	10
3.2.1 Definition av begrepp	10
3.3 Matchspel med äldre träningsgrupp	10
3.3.1 Förhållningsätt	11
3.4 Ansvarsfördelning/styrning	11
3.4.1 Förhållningsätt	11
3.4.2 Ansvarsfördelning	11
3.5 Utbildningsplan – Hockeyskolan	13
3.5.1 - Hockeyskolan	13
3.5.2 – D-pojk (U9/U10)	14
<b>4 UTVECKLINGSVERKSAMHETEN</b>	<b>15</b>
4.1 Generellt om ålder- och Individanpassad träning och match	16
4.2 Ny ishockeyspelare som kommer till vår verksamhet	16
4.3 Träningsgruppernas indelning	17
4.4 Träning och match med annan träningsgrupp	17
4.4.1 Match - Laguttagning	17
4.4.1 Definition – Matchning/topping	17
4.5 Flyttning till annan träningsgrupp	17

<b>4.6 Ansvarsfördelning/styrning</b>	
4.6.1 Förhållningssätt	18
4.6.2 Ansvarsfördelning	18
<b>4.7 Utbildningsplan – Utvecklingsverksamheten</b>	<b>20</b>
4.7.1 – C-pojk (U11/U12)	20
4.7.2 –B-pojk (U13/U14)	22
4.7.3 – A-pojk (U15/U16)	25
4.7.4 – J18 Bredd (J18)	27
4.7.5 Knights	28
4.7.6 Dam	28
<b>5 ELITVERKSAMHETEN</b>	<b>31</b>
<b>5.1 Verksamhetens syfte:</b>	<b>30</b>
<b>5.2 Mål</b>	<b>30</b>
<b>5.3 Nyintagning av spelare</b>	<b>31</b>
<b>5.4 Träningsgruppers indelning</b>	<b>31</b>
<b>5.5 Träning med annan träningsgrupp</b>	<b>31</b>
<b>5.6 Flyttning till annan träningsgrupp</b>	<b>31</b>
<b>5.7 Match – Prioritering</b>	<b>31</b>
<b>5.8 Match – Matchning</b>	<b>32</b>
<b>5.9 Ansvarsfördelning/styrning</b>	<b>32</b>
5.9.1 Förhållningssätt	31
5.9.2 Ansvarsfördelning	33
<b>5.10 Utbildningsplan</b>	<b>34</b>
5.10.1 J18-elit (J18)	35
5.10.2 J20-elit (J20)	36
5.10.3 A-lag (Senior/representation)	37
• Att spela på elitnivå (lägst div.1)	36

# 1. Allmän del

## 1.1 Verksamhetsbeskrivning

Vår verksamhet sträcker sig från barn i åldern 4-6 år som tillhör hockeyskolan upp till vårt representationslag (a-laget) som tillhör elitverksamheten och som spelar på seniornivå. Verksamheten är indelad i tre sektioner, hockeyskolan (hockeyskolan-U10), Utvecklingsverksamheten (U11-U16, J18 Utveckling och Knights) samt elitverksamheten som innefattar föreningens elitjuniorverksamhet och föreningens representationslag a-laget.

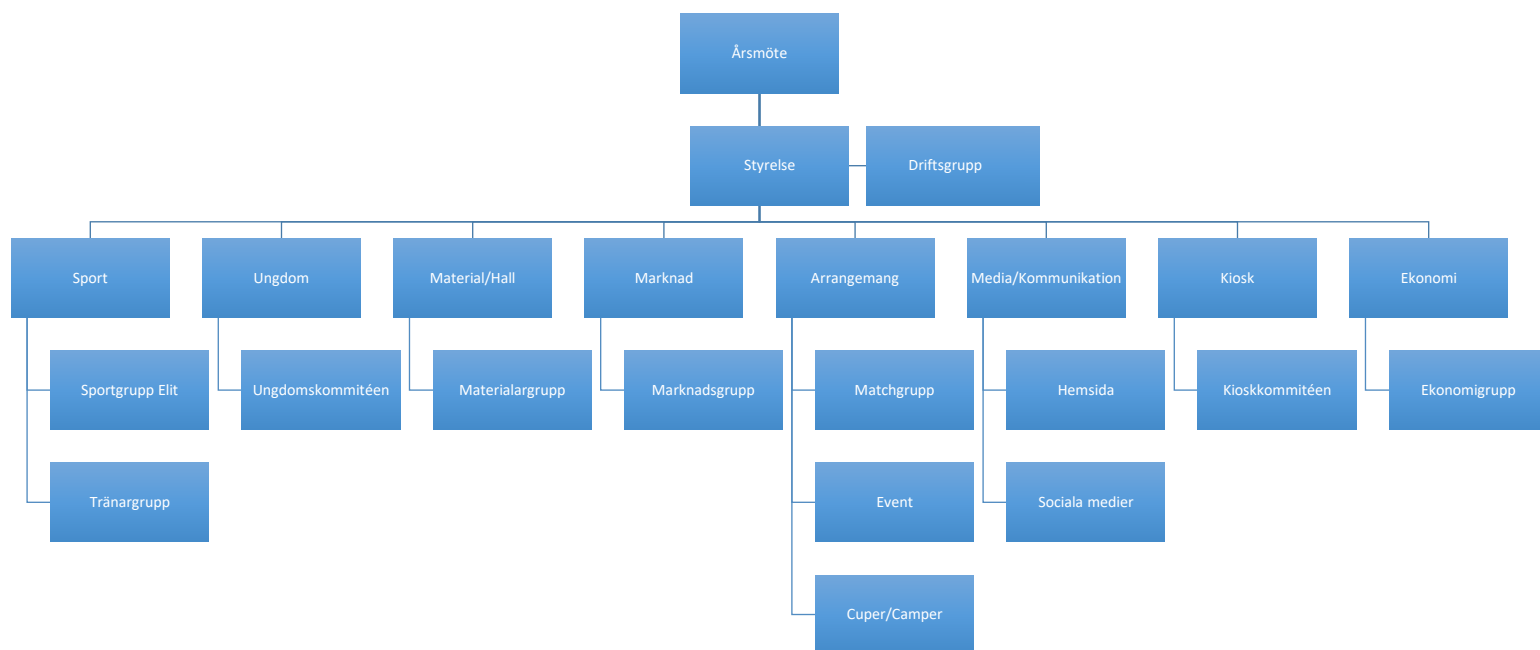
## 1.2 Syfte med verksamheten

- Att bedriva en sund föreningsverksamhet för att utveckla ishockeyn samt att öka intresset för ishockeyn i Borås
- Att vara en inspirerande och motiverande förening för att skapa ishockeyintresse för barn, ungdomar och vuxna.
- Att genom glädje, entusiasm, beröm och uppmuntran skapa möjligheter för en idrottslig och social utveckling och förbättring för alla delaktiga.
- Att vara en förening för alla, så väl bredd, som elit, som spelare, som domare, som ledare eller som funktionär.

## 1.3 Mål med verksamheten

- att utbilda och utveckla spelare till vårt eget representationslag.
- att alla aktiva medlemmar och föräldrar skall känna till vår verksamhetsplan och mål kopplade till denna.
- att efter varje säsong med aktiva medlemmar utvärdera och redovisa vår verksamhet.
- att spelare, föräldrar och ledare i en årlig utvärdering i huvudsak anger sig vara nöjda med vår verksamhet.
- att ha en träningsgrupp/åldersgrupp om minst 30-40 spelare/åldersgrupp.
- att minst 75 % av spelarna/åldersgrupp fullföljer hela utvecklings- och utbildningstiden inom Borås Hockey.
- att ha ett seniorlag (A-laget) som ger möjlighet för en fortsatt utveckling mot elitishockey.
- att ha seniorlag som ger möjlighet för en fortsatt utveckling med seniorishockey.

## 1.4 Organisationsplan – Borås Hockey



\*För information och kontaktuppgifter till respektive kommitté, se hemsida under förening.

## 2. Ansvarsfördelning

### *Vår hockeyskola/utvecklingsverksamhet*

Följer de grundprinciper för barn- och ungdomsverksamhet som är fastlagda av Svenska Ishockeyförbundet genom "Ishockeyn vill" och "Ishockeyns ABC".

I syfte att skapa en enhetlig syn kring hur vi bedriver vår verksamhet ger vi här föreningens tolkning av de viktigare vägledande principerna som vi använder i vår verksamhet.

***(Tolkningsrätt ligger hos föreningens sportgrupp om oenighet kring något begrepp skulle uppstå.)***

### *Styrelsen*

- Är ytterst ansvarig och representerade i sportgruppen.

### *Sportgruppen*

- Ansvarar för att verksamhetsplanen revideras årligen och ny handlingsplan tas fram
- Ansvarar för att verksamheten kvalitetssäkras och utvecklas.
- Delaktig i tillsättning av ansvarig tränare, assisterande tränare, målvaktstränare, lagledare, materialförvaltare.
- Ansvar för att tränare deltar i Svenska ishockeyförbundets utbildningar.

### *Ansvarig tränare*

- Ansvarar för att gruppen följer klubbens verksamhets- och utbildningsplan
- Planerar och genomför träningar
- Ansvarar för nivåindelning under träning och lagindelning till poolspel/match/cuper.
- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Deltar i tränarrådets möten och rapporterar om gruppens aktiviteter och utveckling
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

### *Assisterande tränare/målvaktstränare*

- Delaktig i planering och genomförande av träningar
- Assisterar ansvarig tränare under matcher
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

### *Materialförvaltare*

- Ansvarar för material och utrustning
- Ansvarar för ordning och reda i förrådet
- Ansvarar för inventering av allt material
- Servar laget på träningar och under poolspel/match/cup med material och slipning
- Minst en materialförvaltare skall vara närvarande vid träning och poolspel

### *Lagledare*

- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen

- Hanterar informationen till och från kansliet
- Deltar i föreningens lagledarmöten

### **2.1. Arrangera cuper**

För lageneheter som har spelare tillhörande träningsgrupperna C2-B1 (U11-U14) så skall man organisera och arrangera två cuper/säsong. En på hösten i början på säsongen (augusti/september) och en i slutet av säsongen (mars/april). Att organisera och arrangera cuperna är den grundläggande faktorn för att varje lagenhet ska kunna få ut sitt lagbidrag för att finansiera cuper.

### **2.2. Arrangera camper**

För lagenheter som har spelare tillhörande träningsgrupperna A2-A1 (U15-U16) så skall man organisera och arrangera tre utvecklingscamper i samarbete med föreningen och Svenska ishockeyförbundet. Att organisera och arrangera camperna är den grundläggande faktorn för att varje lagenhet ska kunna få ut sitt lagbidrag för att finansiera cuper.

### **2.3. Kiosk**

För lagenheter som har spelare tillhörande träningsgrupperna D-pojk till och med A-pojk skall man driva kiosken enligt schema från kioskkommittén. Lagenheten ansvarar även för att utse ansvariga inom lagenheten som ser till att kiosktoppass delas ut jämt mellan familjerna i laget.

### **2.4. Filmning A-lagsmatcher**

J18U ansvarar för filmning av A-lagets hemmamatcher

### **2.5. Ungdomskommitté**

Ungdomskommittén ska verka för att ungdomssektionen ska fungera och utvecklas i en positiv riktning. Varje lagenhet ska bland föräldrarna i uppstarten av varje säsong utse 1st ordinarie och 1st ersättare till ungdomskommittén.

Inom Ungdomskommittén ska sedan nedan ansvarsuppgifter fördelas. Vilka ansvarsuppgifter som finns inom ungdomskommittén kan komma att förändras efter vad kommittén och föreningen anser.

- Material (Ansvarar för att driva materialfrågor för ungdomslagen och har kontakt med materialansvarig i föreningens styrelse)
- Cuper (Ansvarar för dialog med resp lags cupansvarig angående de ungdomscuper föreningen arrangerar. Bokning av datum för cuper, beställning av priser osv.)
- Hockeyskola (Ansvara för hur nyrekrytering av spelare sker till föreningens hockeyskola och dialog med ledarna i Hockeyskolan kring det)
- Utbildning (Tillse att våra tränare i ungdom har rätt utbildningar och anmäler sig till utbildningar vid behov)
- OVR (Ansvara för att resp lag får den utbildning som krävs för att sköta onlinerapportering på matcher)





*Välkommen till familjen!*

### 3. Hockeyskolan

Vår *hockeyskola* följer de grundprinciper för barn- och ungdomsverksamhet som är fastlagda av Svenska Ishockeyförbundet genom "Ishockeyn vill" och "Ishockeyns ABC".

I syfte att skapa en enhetlig syn kring hur vi bedriver vår verksamhet ger vi här föreningens tolkning av de viktigare vägledande principerna som vi använder i vår verksamhet. **(Tolkningsrätt ligger hos föreningens sportgrupp om oenighet kring något begrepp skulle uppstå.)**

#### 3.1 Träningsgruppers indelning

Indelning till träningsgrupper görs efter beskrivna principer, samma som Västergötlands ishockeyförbund tillämpar (ålders- och individanpassning). Nuvarande träningsgrupper:

##### **Hockeyskolan:**

- Hockeyskolan Grupp 1 (Spelare som är i åldern 4 till 6 år)
- Hockeyskolan Grupp 2 (Spelare som under året efter nyår fyller 8 år)
- D-pojk (Spelare som under året efter nyår fyller 9 och 10 år)

Hockeyskolan Grupp 1 och Grupp 2 bildar gemensam träningsgrupp och när utrymme finns kan de erbjudas separata ispass.

#### 3.2 Match

Individuell spelar- och lagutveckling prioriteras före resultat i tränings- och cup-matcher. Syftet är att använda tävlings- och kampmomentet som en del i alla spelarens utbildning.

- Alla som är med och tränar ges möjlighet att spela match utifrån en rättvis princip, vilket menas att ingen får spela fler matcher än någon annan.
- Förutsättning för match- och cupspel är att man uppfyllt sina medlemsåtagande så som medlemsavgift, aktivitetsavgift, kiosk tjänst etc.
- Under matcher så får inte toppning eller matchning förekomma utan alla spelare ska i så stor utsträckning som möjligt få lika mycket speltid.

##### **3.2.1 Definition av begrepp**

Kring matcher kan följande begrepp förekomma "matchning" och "toppning". Vår tolkning kring begreppen beskriver hur tränaren använder laget och spelarna i laget under match. I toppningen sker ett mer ensidigt användande av spelare oavsett situation, tränaren gör här bedömningen att oavsett situation så använder han i princip samma spelare. I matchningen är det situationen i förhållande till spelares enskilda kvaliteter och förberedelser som avgör vem eller vilka som tränaren spelar.

#### 3.3 Matchspel med äldre träningsgrupp

Spel med äldre träningsgrupp kan förekomma. Om det äldre laget har behov att flytta upp spelare från det yngre laget så skall alla ges möjlighet att delta enligt rättvis principen.

### 3.4 Ansvarsfördelning/styrning

#### **3.4.1 Förhållningsätt**

*En ledare i Borås Hockey.....*

- är prestigelös och positiv till utvärdering och utveckling
- är lyhörd för nya kunskaper och impulser
- är engagerad
- kan leda gruppen både på och utanför isen
- ser till alla spelares bästa, idrottsligt såväl som socialt
- medverkar till att skapa en bra klubbkänsla i föreningen
- är aktiv i sitt sätt att leda
- representerar Borås Hockey på ett föredömligt sätt i alla lägen

*En spelare i Borås Hockey...*

- är en bra kompis som visar hänsyn till alla i laget
- berömmar och uppmuntrar sina lagkamrater
- uppträder sportsligt gentemot lagkamrater, ledare, domare och motståndare
- hejar på det egna laget och hånar aldrig motståndarna
- kommer i god tid till träningar och matcher
- gör sitt bästa under både träning och match

**Tänk på att just du som både ledare och spelare är en ambassadör för Borås Hockey, en representant för idrotten och ett föredöme för andra.**

*Att vara hockeyförälder*

- Föräldrar ska stötta och uppmuntra sina barn. Tränarna ansvarar för träningar, laguttagning och coachning. Föräldrarna har också viktiga uppgifter som funktionärer i samband med poolspel i form av sekretariat, sargbygge, kiosk etc.
- Det är viktigt att Du som hockeyförälder ger Ditt barn egen tid att umgås med sina hockeykompisar och föreningen vill därför att det i största utsträckning är föräldratomt i omklädningsrummet.
- Under träning och poolspel vill vi endast ha ledare i avbytarbåsen, alla föräldrar är hänvisade till läktaren.
- I den allra yngsta åldersgruppen finns det möjlighet för föräldrar att vara med på isen vid träning om så önskas, men detta behöver diskuteras och godkännas av ansvarig tränare för åldersgruppen.
- För att vi ska kunna hålla nere kostnaderna för barn- och ungdomar att spela ishockey så är det viktigt att du som förälder ställer upp att stå i kiosken och hjälper till vid cuper/poolspel och camper.

#### **3.4.2 Ansvarsfördelning**

*Styrelsen*

- Är ytterst ansvarig och representerade i sportgruppen.

*Sportgruppen*

- Ansvarar för att verksamhetsplanen revideras årligen och ny handlingsplan tas fram

- Ansvarar för att verksamheten kvalitetssäkras och utvecklas.
- Delaktig i tillsättning av ansvarig tränare, assisterande tränare, målvaktstränare, lagledare, materialförvaltare.
- Ansvar för att tränare deltar i Svenska ishockeyförbundets utbildningar.

#### *Ansvarig tränare*

- Ansvarar för att gruppen följer klubbens verksamhets- och utbildningsplan
- Planerar och genomför träningar
- Ansvarar för nivåindelning under träning och lagindelning till poolspel.
- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Deltar i tränarrådets möten och rapporterar om gruppens aktiviteter och utveckling
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

#### *Assisterande tränare*

- Delaktig i planering och genomförande av träningar
- Assisterar ansvarig tränare under matcher
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

#### *Materialförvaltare*

- Ansvarar för material och utrustning
- Ansvarar för ordning och reda i förrådet
- Ansvarar för inventering av allt material
- Servar laget på träningar och under poolspel med material och slipning
- Minst en materialförvaltare skall vara närvarande vid träning och poolspel

#### *Lagledare*

- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Hanterar informationen till och från kansliet
- Deltar i föreningens lagledarmöten

### 3.5 Utbildningsplan – Hockeyskolan

Träningen genomförs med god kvalitet där hög aktivitet efterfrågas (Mycket aktivitet – lite köer). Träningen utgår ifrån svenska ishockeyförbundets riktlinjer som finns i ABC-pärmarna samt tre kronors hockeyskola.

Att tänka på som ledare:

- Nämn spelarnas namn när du instruerar dem.
- Var observant på spelarnas glädje och glöd, var alltid beredd på att förändra och förbättra
- Var aktiv och engagerad, se alla individer, placera dig på olika ställen.
- Förstärk positiva händelser.
- Sträva efter att ha en hög aktivitetsnivå, undvik köer och lång väntan
- Tänk på att de som tränar ska lyckas med det de gör.

#### **3.5.1 - Hockeyskolan**

Vi eftersträvar en träningsgrupp på ca 30-40 spelare.

*Mål*

- Erbjud en kvalitativ ishockeyutbildning utifrån svenska ishockeyförbundets riktlinjer (ABC-pärmarna)
- Bibehålla och utöka träningsgruppen med spelare.

*Aktivitetsnivå under försäsong:*

- Ingen

*Aktivitetsnivå under issäsong:*

- Issäsongen startar v36 och avslutas v16
- Antal aktivitetstillfällen per vecka: 1-2 (Vi eftersträvar att ha samma istid minst en gång/vecka)

*Utbildningsmål riktas mot:*

- Teknikträning skall dominera samtliga träningspass
- Skridskoåkningens grunder
- Lekar
- Glädje till sporten

### 3.5.2 – D-pojk (U9/U10)

Vi eftersträvar träningsgrupper på cirka 30-40 spelare. Matcher spelas i form av poolspel, framförallt i Västergötland. Antal lag bestäms av träningsgruppens storlek. Skall även finnas möjlighet att delta i någon cup.

#### Mål

- Erbjuder en kvalitativ ishockeyutbildning utifrån svenska ishockeyförbundets riktlinjer (ABC-pärmarna)
- Bibehålla och utöka träningsgruppen med spelare
- Utveckla spelarnas ishockeytekniska grunder

#### Aktivitetsnivå under försäsong:

- Frivilligt men vi uppmanar att spelarna håller på med andra idrotter.

#### Aktivitetsnivå under issäsong:

- Issäsongen startar v34 och avslutas v16
- Totalt antal aktivitetstillfällen för lagträning i genomsnitt/vecka: 2-3, varav 1-2 ispass ink. poolspel

#### Utbildningsmål riktas mot:

- *Teknikträning skall dominera samtliga träningspass.*
- Grundläggande teknikträning.
- Skridskoåkning.
- Puckföring.
- Sveppass.
- Svepskott.
- Passningsmottagning.
- Smålagsspel.
- Mycket koordinationsträning
- Balansövningar



*Alla ska med*

## 4 Utvecklingsverksamheten

Vår *utvecklingsverksamhet* följer de grundprinciper för barn- och ungdomsverksamhet som är fastlagda av Svenska Ishockeyförbundet genom "Ishockeyn vill" och "Ishockeyns ABC".

I syfte att skapa en enhetlig syn kring hur vi bedriver vår verksamhet ger vi här föreningens tolkning av de viktigare vägledande principerna som vi använder i vår verksamhet.

***(Tolkningsrätt ligger hos föreningens sportgrupp om oenighet kring något begrepp skulle uppstå.)***

### 4.1 Generellt om ålder- och Individanpassad träning och match

- Åldersanpassad träning: träning som utgår från kunskap om optimal mottaglighetsålder d.v.s. under den period i livet när en individ anses få störst positiv utveckling i förhållande till nedlagd tid i träning av fysisk och/eller psykisk kvalitet.
- Individanpassad träning: träning som utgår från en bedömning av individens förmåga att möta och förbättras av specifik inriktning av träning mot fysisk och/eller psykisk kvalitet.

I en lagidrott som ishockey är det oundvikligt att det trots spelares skilda utvecklings- och färdighetsnivåer sker en viss generalisering i planering och genomförande av träning och match. Att möta varje spelare på rätt utvecklingsnivå med en genomtänkt och välplanerad verksamhet i träning och match är alltid vår ambition. I detta utgår vi från antagna tränings-principer om ålders- och individanpassning i barn- och ungdomsträning.

### 4.2 Ny ishockeyspelare som kommer till vår verksamhet

Ansvarig tränare i aktuell träningsgrupp skall före det att spelaren aktivt deltar i träning eller match ha ett inledande samtal med spelaren och förälder där det förklaras om det tillvägagångssätt som gäller när man kommer som ny till föreningen.

Spelaren börjar sedan med att delta i träning med den grupp man åldersmässigt tillhör. I samband med detta gör ansvarig tränare tillsammans med assisterande tränare en bedömning av spelarens aktuella färdighetsnivå. Efter att ha förmedlat sin bedömning till spelaren och spelarens föräldrar görs sedan en placering av spelaren i den träningsgrupp som enligt tränaren bäst gynnar spelarens i den fortsatta utvecklingen. Tränaren skall förankra detta beslut hos sportgrupp.

Vid placering i annan träningsgrupp än den egna ålderskullen görs en kontinuerlig uppföljning av spelarens utveckling av föreningen genom tränare och sportgrupp. Spelarens utvecklingsnivå ställs där i förhållande till egen åldersgrupp.



### 4.3 Träningsgruppernas indelning

- C-Ungdom - U11/U12 (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 11 och 12 år)
- B-Ungdom - U13/U14 (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 13 och 14 år)
- A-Ungdom - U15/U16 (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 15 och 16 år)
- J18 Bredd\* (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 17-18 år)
- Knights (Spelare som är i junior- eller seniorålder och vill spela ishockey mest som hobby/nöje)
- Dam/Flick

*Med reservationer för sammanslagning av grupper efter beslut från sportgruppen/styrelsen beroende på spelarantal eller träningstid för spelare.*

*\*J18 breddlaget finns som träningsgrupp om spelarunderlaget är tillräckligt stort. Beslut från sportgruppen om gruppen ska vara aktiv eller inte efter att sportgruppen rådfrågat styrelsen*

### 4.4 Träning och match med annan träningsgrupp

Vi har åldersblandade träningsgrupper och åldersspecifika tävlingsgrupper. Vid behov av lån av spelare skall det alltid ske av åldersgruppen underifrån. Alla i åldersgruppen under ska vid behov tillfrågas. Alla som vill skall vid behov ges möjlighet att enligt rättvisprincipen träna med den äldre åldersgruppen. Det är lagledaren i den yngre åldersgruppen som administrerar rullningen.

Vid upplån till träning med äldre träningsgrupp så ska det vara merträning utöver ordinarie träning med sin egen träningsgrupp.

Vid upplån till match får träningsflit premieras om det är stort intresse, men en så rättvis rullning som möjligt eftersträvas.

#### **4.4.1 Match – Laguttagning**

Individuell spelar- och lagutveckling prioriteras före resultat i tränings-, cup- och serie matcher. Syftet är att använda tävlings- och kampmomentet som en del i alla spelares utbildning. Vid match- och cupspel får inte toppning eller matchning förekomma. Vi spelar med **minst** tre femmor plus målvakt. Alla laguttagningar ska läggas upp på hemsidan.

#### **4.4.2 Definition – Matchning/toppning**

Kring matcher kan följande begrepp förekomma ”matchning” och ”toppning”. Vår tolkning kring begreppen beskriver hur tränaren använder laget och spelarna i laget under match. I toppningen sker ett mer ensidigt användande av spelare oavsett situation, tränaren gör här bedömningen att oavsett situation så använder han i princip samma spelare. I matchningen är det situationen i förhållande till spelares enskilda kvaliteter och förberedelser som avgör vem eller vilka som tränaren spelar.

### 4.5 Flyttning till annan träningsgrupp

När en spelare bedöms ha utvecklings- och färdighetsnivå som markant är över eller under **föväntad för sin ålder** kan flyttning till annan träningsgrupp bli aktuell utifrån den princip som presenterats angående individanpassning.

En sådan flyttning föregås alltid av ett samråd med spelare, föräldrar, lagets ansvarige tränare samt föreningens sportgrupp. En flyttning görs alltid på prov och ska kontinuerligt utvärderas.

Flyttas man upp eller ner så tillhör man den nya gruppen och spelar och tränar enbart med dem.

## 4.6 Ansvarsfördelning/styrning

### **4.6.1 Förhållningssätt**

*En ledare i Borås Hockey.....*

- är prestigelös och positiv till utvärdering och utveckling
- är lyhörd för nya kunskaper och impulser
- är engagerad
- kan leda gruppen både på och utanför isen
- ser till alla spelares bästa, idrottsligt såväl som socialt
- medverkar till att skapa en bra klubbkänsla i föreningen
- är aktiv i sitt sätt att leda
- representerar Borås Hockey på ett föredömligt sätt i alla lägen

*En spelare i Borås Hockey...*

- är en bra kompis som visar hänsyn till alla i laget
- berömmar och uppmuntrar sina lagkamrater
- uppträder hövligt gentemot lagkamrater, ledare, domare och motståndare
- hejar på det egna laget och hånar aldrig motståndarna
- uppträder sportsligt
- kommer i god tid till träningar och matcher
- gör sitt bästa under både träning och match

**Tänk på att just du som både ledare och spelare är en ambassadör för Borås Hockey, en representant för idrotten och ett föredöme för andra.**

*Att vara hockeyförälder*

Föräldrar ska stötta och uppmuntra sina barn. Tränarna ansvarar för träningar, laguttagning och coachning. Föräldrarna har också viktiga uppgifter som funktionärer i samband med poolspel i form av sekretariat, sargbygge etc).

Det är viktigt att Du som hockeyförälder ger Ditt barn egen tid att umgås med sina hockeykompisar och föreningen vill därför att det i största utsträckning är föräldratomt i omklädningsrummet.

Under träning och match vill vi endast ha ledare i avbytarbåsen, alla föräldrar är hänvisade till läktaren.

I den allra yngsta åldersgruppen finns det möjlighet för föräldrar att vara med på isen om så önskas, men detta behöver diskuteras och godkännas av ansvarig tränare för åldersgruppen.

### **4.6.2 Ansvarsfördelning**

*Styrelsen*

- Är ytterst ansvarig och representerade i sportgruppen.

*Sportgruppen*

- Ansvarar för att verksamhetsplanen revideras årligen och ny handlingsplan tas fram
- Ansvarar för att verksamheten kvalitetssäkras och utvecklas.
- Delaktig i tillsättning av ansvarig tränare, assisterande tränare, målvaktstränare, lagledare, materialförvaltare.
- Ansvar för att tränare deltar i Svenska ishockeyförbundets utbildningar.

#### *Ansvarig tränare*

- Ansvarar för att gruppen följer klubbens verksamhets- och utbildningsplan
- Planerar och genomför träningar
- Ansvarar för nivåindelning under träning och lagindelning till poolspel.
- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Deltar i tränarrådets möten och rapporterar om gruppens aktiviteter och utveckling
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

#### *Assisterande tränare*

- Delaktig i planering och genomförande av träningar
- Assisterar ansvarig tränare under matcher
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

#### *Materialförvaltare*

- Ansvarar för material och utrustning
- Ansvarar för ordning och reda i förrådet
- Ansvarar för inventering av allt material
- Servar laget på träningar och under poolspel med material och slipning
- Minst en materialförvaltare skall vara närvarande vid träning och poolspel

#### *Lagledare*

- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Hanterar informationen till och från kansliet
- Deltar i föreningens lagledarmöten

## 4.7 Utbildningsplan – Utvecklingsverksamheten

### **4.7.1 – C-pojk (U11/U12)**

**Steg ett i den långsiktiga isdrottsutvecklingen, ofta benämnd rekryteringsperioden.**

*Mål - Stärka hälsa och allsidig fysisk potential*

- C-pojk(U11/U12) bildar i huvudsak gemensam träningsgrupp. Separata träningar kan förekomma. Individanpassning kring kampmoment.
- I match följer vi den matchform som förbundet erbjuder för respektive åldersgrupp. Vi deltar i seriespel i Västergötland, men det kan även ges möjlighet till seriespel i Göteborg. Antal seriespelande lag bestäms i samverkan mellan gruppens tränare och föreningens sportgrupp.
- Barmarksträning med betoning på spel och lek rekommenderas och erbjuds under perioden Maj – augusti.
- Vi uppmuntrar att spelarna håller på med andra idrotter

*Aktivitetsnivå under försäsong:*

- Antal aktivitetstillfällen per vecka: 1-2.

*Aktivitetsnivå under issäsong:*

- Issäsongen startar v34 och avslutas v16
- Totalt antal aktivitetstillfällen för lagträning i genomsnitt/vecka: 2 - 3 (inklusive match- och teoriträffar). Utöver lagträning erbjuds Hockeyfritids och Teknikträning.
- Allmänfysisk träning i anslutning till isträning i syfte att introducera "goda vanor". Detta sker genom uppvärmning före och rörlighetsträning före eller efter huvuddelen av träningspasset - isträningen.
- På C-pojknivå introduceras en utökad allmänfysisk barmarksträning i anslutning till ispassen med inriktning mot koordination, rörlighet och styrka.

*Utbildningsmål riktas mot:*

- Grundläggande färdigheter (skridskoåkning, puckföring, pass och skott).
- I spelträning prioriteras småplansspel framför helplansspel.
- I spelträning roterar utspelare mellan olika "positioner".
- I spelträning betonas individuell spelförståelse i anfalls- och försvarspel
- I spelträning övas grundläggande spelregler i helplansspel.
- I fysisk träning prioriteras träning av koordination och rörlighet.
- Det skall finnas möjlighet för alla som vill prova på målvaktsspel.
- Målvaktsträning under ordinarie träning samt i specifik målvaktsträning.
- Inställningen mot att agera utifrån en tanke om lagspel förstärks
- Introducering av kamp- och tävlingsinriktad träning med nivåanpassning

För fördjupning läs Ishockeyns ABC-pärm, blå flik.

*Match enligt:*

- Spela med minst tre hela femmor + 2 målvakter.
- Matchspel som en del i spelares utveckling.
- Spelar- och lagutveckling prioriteras. Resultat är av underordnad betydelse i cup- och seriespel.
- Alla som tränar kontinuerligt erbjuds att spela matcher.
- Alla spelare uttagna till match spelar i princip lika mycket.
- Möjlighet för spelare att utifrån vilja och intresse prova spel på olika positioner.
- Alla spelare erbjuds möjlighet att delta i match i de serier som lag/träningsgrupp anmälts till.
- Ingen matchning eller toppning får förekomma.

#### 4.7.2 – B-pojk(U13/14)

Steg två i den långsiktiga idrotts-utvecklingen, benämnd talangutvecklingsperiod (grundläggande idrottsspecifik träning).

##### *Mål*

Allsidig utveckling av fysiska grundegenskaper samt inriktning mot grundläggande idrottsspecifika tekniska färdigheter.

- B-pojk(U13/U14) bildar i huvudsak gemensam träningsgrupp. Separata träningar kan förekomma. Individanpassning kring kampmoment.
- I match följer vi den matchform som förbundet erbjuder för respektive åldersgrupp. Vi deltar i seriespel i Västergötland, men det kan även ges möjlighet till seriespel i Göteborgs. Antal seriespelande lag bestäms i samverkan mellan gruppens tränare och föreningens sportgrupp.
- Vi vill få spelarna att börja tänka, planera och verka kring individuellt ansvar gällande den egna utvecklingen idrottsligt och socialt. En grund till denna självständighet introduceras i specifika teorigenomgångar och utvecklingssamtal. Spelare utbildas under dessa om idrottens allmänna och ishockeyns speciella kravprofil som ställs på individen utifrån de fysiska och psykiska egenskaperna.
- Utifrån den fysiska kravprofilen erbjuds alla spelare under perioden maj-augusti kontinuerlig barmarksträning.
- Spelarna genomgår fyra delar inför och under säsong som en del i att skapa en ökad förståelse för utveckling av den individuella kapacitetsprofilen i förhållande till ishockeyns fysiska kravprofil. En annan del är en regelbunden, planerad, anpassad och progressiv träning och en tredje del i denna kedja är teoretiska genomgångar kring träningslära.
- Vi uppmuntrar att spelarna håller på med andra idrotter

##### *Aktivitetsnivå under försäsong:*

- Antal aktivitetstillfällen per vecka: 3-4.
- En allmän fysisk barmarksträning introduceras. För dem som håller på med annan idrott bör ishockeyns kravprofil finnas med som utgångspunkt i planeringen.

##### *Aktivitetsnivå under issäsong:*

- Issäsongen startar v34 och avslutas v16
- Totalt antal aktivitetstillfällen för lagträning i genomsnitt/vecka: 3 - 5 (inklusive match- och teoriträffar). Utöver lagträning erbjuds Hockeyfritids, Teknikträning och Hockeyhögstadiet.
- Kontinuerlig allmänfysisk träning i anslutning till isträning i syfte att etablera "goda vanor" uppvärmning före, snabbhets-, styrke- och rörlighetsträning (före eller efter isträning)

##### *Utbildningsmål riktas mot:*

- Grundläggande färdigheter (skridskoåkning, puckföring, pass och skott).
- Spelträning i form av småplans- och helplansspel.
- I spelträning så roterar utspelare på olika "positioner".
- Principer från individuell spelförståelse förs över till individuellt agerande i små enheter och slutligen individuellt agerande i "femman"
- I spelträning övas grundläggande spelmoment i gemensamt anfalls- och försvarspel.
- Specifik teorigenomgång inför träning/matcher introduceras.
- Specifik rollträning (back/forward) i ordinarie träning samt i "Tematräningar"



- Målvaktsträning under ordinarie träning samt i specifik målvaktsträning.
- Inställningen mot att agera utifrån en tanke om lagspel förstärks.
- Utveckling av kampana genom tävlingsinriktad träning med nivåanpassning
- Alla spelare i åldersgrupp U13 och U14 genomgår föreningsdomarkurs och ges möjlighet att döma

***För fördjupning läs Ishockeyns ABC-pärm, orange flik.***

*Match enligt:*

- Spela med minst tre hela femmor + 2 målvakter.
- Matchspel som en del i spelares utveckling.
- Spelar- och lagutveckling prioriteras. Resultat är av underordnad betydelse i cup- och seriespel.
- Alla som tränar kontinuerligt erbjuds att spela matcher.
- Träningsflit får premieras. De som tränar mycket kan få spela fler matcher.
- För att vara aktuell för match bör man delta på minst hälften av lagträningarna veckan innan match
- Alla spelare uttagna till en match spelar i princip lika mycket.
- Möjlighet för spelare att utifrån vilja och intresse prova spel på olika positioner.
- Alla spelare erbjuds möjlighet att delta i match i de serier som lag/träningsgrupp anmälts till.
- Ingen matchning eller toppning får förekomma.



#### **4.7.3 – A-pojk(U15/U16)**

Fördjupning i talangutvecklingsperioden genom att verka mer koncentrerat mot det idrottspecifika.

##### *Mål*

Vidareutveckling av fysiska grundegenskaper med introduktion av grenspecifik träning. Utveckla en personlig stil utifrån tekniska och taktiska färdigheter.

- U15 och U16 bildar gemensam träningsgrupp, individanpassning i träningsgrupper kan göras.
- Vi följer den matchform som förbundet erbjuder för respektive åldersgrupp. Vi deltar i seriespel i Västergötland, men det kan även ges möjlighet till seriespel i Göteborgsdistriktet. Antal seriespelande lag bestäms i samverkan mellan gruppens tränare och föreningens sportgrupp.
- En målmedveten satsning på ishockey utifrån tanken om det egna ansvaret i tränings- och tävlingsprocessen som introducerats under B-pojk förutsätts. Utifrån kravprofil erbjuds alla spelare under perioden maj-augusti kontinuerlig barmarksträning. En uppföljning sker av de tester som gjorts av spelares allmänfysiska kapacitetsprofil utifrån en mer specifik kravprofil riktad mot ishockey.
- Utifrån spelares önskan om delaktighet i verksamhet med inriktning mot kvalificering till U16 Elit förutsätts högsta möjliga träningsnärvaro.

##### *Aktivitetsnivå under försäsong:*

- Totalt antal aktivitetstillfällen per vecka: 4 -6.
- En mer hockeyspecifik barmarksträning introduceras. För dem som håller på med annan idrott bör ishockeyns kravprofil finnas med som utgångspunkt i planeringen.

##### *Aktivitetsnivå under issäsong:*

- Issäsongen startar v34 och avslutas v16
- Totalt antal aktivitetstillfällen för lagträning i genomsnitt per vecka: 4 - 6 (inklusive match + teori). Utöver lagträning erbjuds Hockeyfritids, Teknikträning och Hockeyhögstadiet.
- Specifik fysisk träning i anslutning till isträning i utbildningssyfte att förstärka "goda vanor". Uppvärmning före, snabbhets- styrke- och rörlighetsträning i anslutning till isträning.

##### *Utbildningsmål riktas mot:*

- Grundläggande färdigheter (skridskoåkning, puckföring, pass och skott).
- Spelträning i form av småplans- och helpplansspel.
- I spelträning indelas spelare i specifika roller (back/forward) utifrån egen vilja och tränares bedömning.
- Principer från individuell spelförståelse förs över till individuellt agerande i små enheter/ individuellt agerande i "femman".
- I spelträning övas grundläggande spelmoment i gemensamt anfalls- och försvarspel.
- Specifik rollträning(back/forward) i ordinarie träning samt i specifika "Tematräningar"
- Målvaktsträning under ordinarie träning samt i specifik målvaktsträning.
- Inställningen betonas mot att agera utifrån en tanke om lagspel
- Utveckling av kampana genom tävlingsinriktad träning med nivåanpassning
- En förståelse för mer specifik rollfördelning i olika spelmoment utifrån färdigheter och mognad introduceras hos spelare.

**För fördjupning läs Ishockeyns ABC-pärm, gul flik.**

*Match enligt:*

- Spela med minst tre hela femmor + 2 målvakter.
- Matchspel som en del i spelares utveckling.
- Spelar- och lagutveckling prioriteras. Resultat är av underordnad betydelse i cup- och seriespel.
- Alla som tränar kontinuerligt erbjuds att spela matcher.
- Träningsflit får premieras. De som tränar mycket kan få spela fler matcher.
- För att vara aktuell för match bör man delta på minst hälften av lagträningarna veckan innan match
- Alla spelare uttagna till en match spelar i princip lika mycket.
- Möjlighet för spelare att utifrån vilja och intresse prova spel på olika positioner.
- Alla spelare erbjuds möjlighet att delta i matcher i de serier som lag/träningsgrupp anmälts till.
- A1 - Viss matchning får förekomma, ej toppning (Se ABC-pärmen, flik gul, blad 15) Värdera spelarnas beslutsamhet, ishockeyattityd och disiplin. De spelare som uppvisar bästa träningsfliten, högsta arbetsmoralen, ödmjukhet inför uppgifterna och en god lagmoral, de förtjänar att spela mycket.
- A2 – Ingen matchning får förekomma.

#### **4.7.4 – J18 Bredd (J18)**

##### *Verksamhetens syfte:*

Att möjliggöra för spelare att fortsätta med ishockey på juniornivå där glädje till sporten är grunden i verksamheten

##### *Mål*

- Behålla spelare som aktiva utövare av ishockey
- Att behålla glädjen och lusten till ishockey.

##### **Aktivitetsnivå under issäsong:**

Aktivitetsnivå under issäsong ska vara i snitt 1-2 kvällsträningar/vecka .

*Vid träning kan samträning med Knights vara aktuellt beroende på träningsgruppens storlek.*

*Matchspel kan erbjudas i J18 div 2 om förutsättningar gällande antal spelare, ledare, istider osv finns.*

*Matchspel ihop med Knights kan även vara ett alternativ.*



#### **4.7.5 Knights**

*Verksamhetens syfte:*

Att möjliggöra för spelare att fortsätta med ishockey där glädje till sporten är grunden i verksamheten

*Mål*

- Behålla spelare som aktiva utövare av ishockey
- Att behålla glädjen och lusten till ishockey.

#### **Aktivitetsnivå under issäsong:**

Aktivitetsnivå under issäsong ska vara i snitt 1-2 kvällsträningar/vecka .

#### **4.7.6 Dam**

*Verksamhetens syfte:*

TBD

*Mål*

TBD

#### **Aktivitetsnivå under issäsong:**

TBD



*Vägen mot toppen*

## 5 Elitverksamheten

*Elitverksamheten* bedriver en verksamhet som syftar till att utveckla elitidrottare och ishockeyspelare som ska kunna vara med och tävla på elitnivå inom ishockey som gren. Verksamheten följer de olika utbildningsmaterialen och de riktlinjer för elitishockeyspelare som Svenska Ishockeyförbundet tagit fram och publicerat. Ishockeygymnasiet som är ett LIU gymnasium bedrivs i största möjliga utsträckning som ett NIU gymnasium.

### 5.1 Verksamhetens syfte:

Att utbilda juniorspelare till framtida elitidrottsmän. För att möjliggöra detta så ska J18 och J20 spela på högsta möjliga nivå i seriespel för respektive åldersgrupp åldersgrupp.

### 5.2 Mål

- Att utbilda juniorspelare till att bli elitspelare.
- Erbjuder kvalitativt bra träning i en positiv och stimulerande idrottsmiljö.
- Att förbereda Juniorspelare för livet som hockeyspelare på elitnivå
- Att utbilda juniorspelare för att gå vidare till seniorspel på så hög nivå som möjligt.

*”Vi skall utveckla spelare från framförallt Borås och Sjuhärad som är en del av Västergötlands Ishockeyförbund, men även kringliggande distrikt, till elitspelare på junior och seniornivå (J20 Superelit, HockeyAllsvenskan och SHL)\_samt till vårt eget a-lag.”*

### 5.3 Nyintagning av spelare

Intagning av spelare till *elitverksamheten* genomförs i de flesta fall efter ansökan till föreningens ishockeygymnasium som bedrivs som elitishockeygymnasium. Intagningen sker enligt LIU och spelare som tas in måste vara berättigade till alla bidrag.

Vid spelarrekrutering skall vi välja spelare efter följande kriterier:

- Attityd/Träningsvilja
- Att se spelet
- Grundläggande tekniska färdigheter i skridskoåkning, passningar, klubbteknik.
- Vilja och kunskap att spela pucken otvunget
- Mindre prioritet skall läggas på spelare som har tillfälliga fördelar i form av styrka och snabbhet beroende på att de är tidigt fysiskt utvecklade

### 5.4 Träningsgruppers indelning

- J18-elit (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 17-18 år).
- J20-elit (Spelare som under säsongen efter nyår fyller 19-20 år).
- A-lag (Spelare som enligt bedömning/beslut av Sportchef/sportkoordinator/a-lagstränare anses kunna spela på seniornivå).

### 5.5 Träning med annan träningsgrupp

Spelare som tillhör elitverksamheten utgår ifrån den träningsgrupp den åldersmässigt hör hemma i. Det är tränare som är utsedda av föreningen som beslutar efter dialog om spelare ska lyftas upp eller ner till någon grupp för träning eller match.

## 5.6 Flyttning till annan träningsgrupp

Spelare som tillhör elitverksamheten utgår ifrån den träningsgrupp den åldersmässigt hör hemma i. Det är tränarna som är utsedda av föreningen som beslutar efter dialog med sportgruppen om spelare ska lyftas upp eller ner till någon grupp för träning och/eller match.

## 5.7 Match – Prioritering

Det är tränaren som tar ut laget som tränaren/tränarna tror har störst chans till att vinna matchen. Att alla är delaktiga är viktigt för lagets sammanhållning. Däremot behöver alla spelare inte få samma roller i matcherna.

## 5.8 Match – Matchning

Målet är alltid att vinna i matcherna. Det gör att tränaren väljer hur den använder spelare under match och när/om spelaren spelar under match.

## 5.9 Ansvarsfördelning/styrning

### **5.9.1 Förhållningssätt**

*En ledare i Borås Hockey.....*

- är prestigelös och positiv till utvärdering och utveckling
- är lyhörd för nya kunskaper och impulser
- är engagerad
- kan leda gruppen både på och utanför isen
- ser till alla spelares bästa, idrottsligt såväl som socialt
- medverkar till att skapa en bra klubbkänsla i föreningen
- är aktiv i sitt sätt att leda
- representerar Borås Hockey på ett föredömligt sätt i alla lägen

*En spelare i Borås Hockey...*

- är en bra kompis som visar hänsyn till alla i laget
- berömmar och uppmuntrar sina lagkamrater
- uppträder hövligt gentemot lagkamrater, ledare, domare och motståndare
- hejar på det egna laget och hånar aldrig motståndarna
- uppträder sportsligt
- kommer i god tid till träningar och matcher
- gör sitt bästa under både träning och match

**Tänk på att just du som både ledare och spelare är en ambassadör för Borås Hockey, en representant för idrotten och ett föredöme för andra.**

*Att vara hockeyförälder*

Föräldrar ska stötta och uppmuntra sina barn. Tränarna ansvarar för träningar, laguttagning och coachning. Föräldrarna har också viktiga uppgifter som funktionärer i samband med match i form av sekretariat, etc).

### **5.9.2 Ansvarsfördelning**

#### *Styrelsen*

- Är ytterst ansvarig och representerade i sportgruppen.

#### *Sportgruppen*

- Ansvarar för att verksamhetsplanen revideras årligen och ny handlingsplan tas fram
- Ansvarar för att verksamheten kvalitetssäkras och utvecklas.
- Delaktig i anställning av tränare, målvaktstränare, lagledare, materialförvaltare för juniorlagen..
- Ansvar för att tränare deltar i Svenska ishockeyförbundets fortbildningar.
- Gör upp en handlingsplan för hjälp till boende för HG-Juniorer.

#### *Ansvarig tränare i Borås Hockey*

- Ansvarar för att en årsplanering tas fram för laget enligt de riktlinjer som föreningen tagit fram.
- Ansvarar för att verksamhetsplanen följs och att träning och matcher genomförs enligt de riktlinjer som finns.
- Ansvarar för laguttagningar och matchning
- Ansvarar för att dokumenterade utvecklingssamtal genomförs med samtliga spelare två gånger per säsong.
- Ansvarar för att spelarna lever upp till föreningens kravprofil för den aktuella åldern.

#### *Assisterande tränare*

- Delaktig i planering och genomförande av träningar
- Assisterar ansvarig tränare under matcher
- Följa de utbildningskrav som ställs av Svenska Hockey Förbundet
- Medverka på internutbildningar som genomförs av klubben.

#### *Materialförvaltare*

- Ansvarar för material och utrustning
- Ansvarar för ordning och reda i förrådet
- Ansvarar för inventering av allt material
- Servar laget på träningar och under poolspel med material och slipning
- Minst en materialförvaltare skall vara närvarande vid match och i så stor utsträckning som möjligt vid träning

#### *Lagledare*

- Hanterar kontakter med andra lag och klubbar
- Bokar bussar och mat vid bortamatch
- Hanterar informationen till föräldragruppen
- Hanterar informationen till och från kansliet
- Deltar i föreningens lagledarmöten



### Spelaren

- Spelaren skall ta ansvar för och ha en livsstil som är anpassad till de krav som livet som elitidrottare kräver. Detta innefattar träning, studier, kost, sömn, återhämtning, social miljö, prestationsutveckling m.m. 24 timmar om dygnet och 365 dagar om året.
- Spelaren ska vara ett gott föredöme på idrottsarenan, i skolan och privat.
- Spelaren skall följa skrivna och oskrivna regler gällande etik och moral inom idrotten.
- Spelaren skall avhålla sig från doping, narkotika, alkohol och tobak och följa de riktlinjer föreningen har när det gäller kosttillskott o.dyl.
- Spelaren skall tillsammans med tränare genomföra dokumenterade utvecklingsamtal.
- Spelaren skall försöka tänka positivt i alla situationer och delge det till övriga spelare och ledare i föreningen samt kämpa och alltid gör bästa i alla situationer.
- Spelaren skall sköta kontakten med sina tränare och övriga ledare. T.ex. meddela frånvaro.
- Spelaren gör tränare och övriga ledare uppmärksamma på eventuella problem även om de är små.
- Spelaren skall spela med den utrustning som föreningen tillhandahåller.
- Spelaren skall vara lojal mot klubben.
- Spelaren äger inte rätt att träna med annan förening/camp utan Borås Hockeys godkännande.

### Föräldrar

- Tar del av information om hur föreningens mål med verksamheten ser ut.
- Stöttar samtliga spelare och ledarna i laget. Om problem uppstår kommer jag att prata med ledarna i laget och eller de sportsligt ansvarig för juniorverksamheten. Jag är medveten om att en splittring i föräldragruppen eller bland ledare alltid går ut över spelarna i laget.
- Föräldrar i Borås Hockey skriver inte om eller omnämner spelare, ledare eller andra föräldrar i sms, E-post, bloggar, twitter, facebook eller på hemsidor.
- Är medvetna om att vägen till att bli hockeyspelare på hög seniornivå är lång och att det är vad som presteras i den vardagliga träningen som kommer att ha betydelse och inte så mycket vad som händer i den enskilda matchen.
- Uppehåller sig inte i omklädningsrum och i korridorer. Föräldrar coachar heller inte från läktaren.
- Skall vara beredda att hjälpa till i sekretariat och kiosk vid matcher.

#### 5.9.2.1 Konsekvenser

Om någon spelare mot förmodan inte lever upp till de kraven som vi ställer kommer det att få konsekvenser. Det kan vara allt från enskilt samtal till kortare eller längre avstängning från match/träning. Vid längre avstängning tas beslut av sportgruppen. Spelaren kan hänskjuta frågan till styrelsen för prövning.

## 5.10 Utbildningsplan

### **5.10.1 J18-elit (J18)**

#### *Verksamhetens syfte:*

Att utbilda juniorspelare till framtida elitidrottsmän. För att möjliggöra detta så ska J18 spela på högsta möjlig serienivå för deras åldersgrupp.

#### *Mål*

- Att utbilda juniorspelare till att bli elitspelare.
- Erbjuder kvalitativt bra träning i en positiv och stimulerande idrottsmiljö.
- Att förbereda Juniorspelare för livet som hockeyspelare på elitnivå
- Att utbilda juniorspelare för att gå vidare till seniorspel på så hög nivå som möjligt.

#### *Aktivitetsnivå under försäsong:*

Under försäsong så ska spelarna genomföra 9-11 fyspass/vecka förlagt på hockeygymnasieträning samt träning på kvällstid. Spelare som inte går ishockeygymnasium ska i största möjliga mån försöka träna på egen hand på de pass som denna person missar under hockeygymnasiepassen.

#### *Aktivitetsnivå under issäsong:*

Aktivitetsnivå under issäsong ska vara 3-4 kvällsträningar/vecka (+ 3 hockeygymnasiepass) samt 2 matcher i veckan under seriespel. Utöver isträningen så ska 6-7 fyspass genomföras i anslutning till isträning eller hockeygymsträning.

#### *Utbildningsmål riktas mot:*

- En hundra procentig inställning av alla spelare på varje träning.
- Träning är tävling.
- Hög intensitet i övningar och agerande
- Noggrannhet och kvalitet i allt vi gör
- Hög passningstempo
- Fullfölj alla övningar och alla avslut. Gå på mål
- Lär ut hur spelarna blir ett hot i anfallszon
- Extra skotträning
- Aggressivitet i närkamperna
- Alltid blicken upp
- Hantera puck utan onödigt dribblande
- Tajming

### 5.10.2 J20-elit (J20)

#### *Verksamhetens syfte:*

Att utbilda juniorspelare till framtida elitidrottsmän. För att möjliggöra detta så ska J20 spela på högsta möjlig serienivå för deras åldersgrupp.

#### *Aktivitetsnivå under försäsong:*

Under försäsong så ska spelarna genomföra 9-11 fyspass/vecka förlagt på hockeygymnasieträning samt träning på kvällstid. Spelare som inte går ishockeygymnasium ska i största möjliga mån försöka träna på egen hand på de pass som denna person missar under hockeygymnasiepassen.

#### *Aktivitetsnivå under issäsong:*

Aktivitetsnivå under issäsong ska vara 3-5 kvällsträningar/vecka (+ 3 hockeygymnasiepass) samt 1-2 matcher i veckan under seriespel. Utöver isträningen så ska 6-7 fyspass genomföras i anslutning till isträning eller hockeygymsträning.

#### *Utbildningsmål riktas mot:*

- En hundra procentig inställning av alla spelare på varje träning.
- Träning är tävling.
- Hög intensitet i övningar och agerande
- Noggrannhet och kvalitet i allt vi gör
- Högt passningstempo
- Fullfölj alla övningar och alla avslut. Gå på mål
- Lär ut hur spelarna blir ett hot i anfallszon
- Extra skotträning
- Aggressivitet i närkamperna
- Alltid blicken upp
- Hantera puck utan onödigt dribblande
- Tajming

### **5.10.3 A-lag (Senior/representation)**

#### *Verksamhetens syfte*

Erbjuda hockey på så hög nivå som möjligt i Borås.

#### *Mål*

- Att spela på elitnivå (lägst div.1)
- Ett attraktivt lag att spela i och se på.

#### *Aktivitetsnivå under försäsong:*

Aktiviteter 5 dagar/vecka.

#### *Aktivitetsnivå under issäsong:*

#### *Utbildningsmål riktas mot:*

