

POLICY

Barn och ungdom
TKH - U 16



2020/2021

Policyns innehåll

Policyn avser verksamheten som Falu IF bedriver i grupperna TKH - U14. Policyn följs av hela den avsedda verksamheten och utgör därför den röda tråden i ungdomsverksamheten. Policyn består av följande delar:

Falu IF	4
Vision	4
Delaktighet	4
Glädje och gemenskap	5
Respekt	5
Allas rätt att vara med	5
Nolltolerans	5
Övergripande målsättning	5
Våra ledares utbildning och ansvar	6
Grundläggande värderingar	6
Registerutdrag	6
Ansvar	6
Utbildning	7
Säsongspanering	7
Säkerhet	8
Roller i lagen	9
Lagledare	9
Materialare	9
Representant till Ungdomskommittén	9
Föräldrar	10
Spelare	11
Gemensamma riktlinjer: Ungdom	12
24-timmarsregeln	12
Fysträning utanför is	13
Hög aktivitetsnivå	13
Syfte med träningen	14
Noggrannhet i utförandet	14
Närvaro	14
Träningsfilosofi	14
Spelet i Falu IF	14
Beröm och feedback	15
Utvecklingssamtal	15
Lagtilhörighet träning och match	16
Sällsynta undantag	16

Möjlighet till extra träning	16
Matchspel	16
Cuper, camper och annan förbundsverksamhet	17
Lokaler, förråd och omklädningsrum	18
Samsyn	18
Föreningsarbete	18
Ny i Falu IF	19
Konsekvenser	19
Konsekvenstrappa	19
Särskilda riktlinjer	21
Tre Kronors Hockeyskola	21
Flicklag (ingår för tillfället i Utvecklingslaget)	22
U 8 - U 10	23
Isträning	23
Koordination, snabbhet, rörlighet och styrka	23
U 11 - U 12	24
Isträning	24
Koordination, snabbhet, rörlighet och styrka	24
Utvecklingslag Dam	25
Isträning	25
Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet	25
U 13 - U 14	26
Isträning	26
Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet	26
Distriktets verksamhet	26
U 15 - U 16	27
Isträning	28
Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet	28
Distriktets verksamhet	28
Träning med äldre åldersgrupp	28
Mall: Säsongspanering	30
Målsättning för säsongen	30
Rollfördelning mellan ledare	30
Rollfördelning i laget	30
Eventuellt seriespel	30
Eventuella cuper	30
Utvecklingssamtal	30
Föräldramöten	31
Kommunikationsvägar med spelare och föräldrar	31

Falu IF

Falu IF är en förening med stort engagemang, många aktiva och en god hockeykultur. Föreningen vilar på dess vision, verksamhetsidé, grundläggande värderingar och målsättning. Dessa grundpelare är framtagna på gemensamma föreningsdagar (som startades 2016 tillsammans med SISU) där representanter från hela föreningen var inbjudna. Det har blivit ett ihållande arbete där de diskuteras kontinuerligt från säsong till säsong på utvärderingsdagar och i föreningens organisation.

Vision

Vår vision är drivkraften i vårt arbete framåt, vi strävar mot och jobbar aktivt för att uppfylla vår vision.

Falu IF är Dalarnas största ishockeyförening och Faluns attraktivaste idrottsförening.

Vi är ledande inom utbildning av spelare, ledare och funktionärer.

Verksamhetsidé

Falu IF skall verka för att alla som vill spela ishockey ska få de bästa förutsättningarna för att:

- Bli så bra som hon eller han vill och kan.
- Kunna vara med så länge som han eller hon vill.
- Utvecklas som enskild spelare, individ och lagmedlem.

Grundläggande värderingar

Våra värderingar utgår från Svenska Ishockeyförbundets kärnvärden, genomsyrar hela vår verksamhet och är grunden i vår föreningskultur. Hela föreningen arbetar aktivt och tillsammans för att värna om våra värderingar.

Alla i föreningen har en skyldighet att aktivt agera utifrån vår värdegrund, där Svenska Ishockeyförbundets Lilla Blågula är ett stöd för alla medlemmars agerande i klubben.

Delaktighet

Delaktighet och demokrati är utmärkande drag i arbetet för att utveckla vår förening. Vi värnar om varandra och det ideella engagemanget.

Glädje och gemenskap

En förlåtande miljö där deltagarna har roligt och trivs tillsammans stimulerar grupper och individers utveckling, vår verksamhet präglas därför av glädje och gemenskap.

Respekt

Vi respekterar och visar hänsyn till varandra genom ord och handling både på och utanför isen. Vi håller ordning på och är rädd om vår utrustning, föreningens egendom och de lokaler vi vistas i.

Allas rätt att vara med

Vi jobbar aktivt för att göra vår idrott tillgänglig för alla som vill delta. Vi arbetar aktivt för att barnkonventionen skall genomsyra all vår verksamhet.

Nolltolerans

Falu IF har nolltolerans mot mobbing och diskriminering. Vi accepterar inte fusk, doping eller våld.

Vi tillåter ingen användning av vare sig snus, tobak, alkohol eller narkotika i våra ungdomsgrupper. Vi tillåter inte heller energidryck innehållande koffein och/eller taurin i ungdomsgrupperna. Vi kan idag inte förbjuda våra ledare att bruka vare sig snus eller tobak, men ser naturligtvis ett stort signalvärde i att inte bruka dessa i närvaro av våra ungdomar, eller överhuvudtaget i samband med engagemang inom Falu IF.

Övergripande målsättning

Den övergripande målsättningen diskuteras fram i föreningens organisation och granskas från säsong till säsong. Målsättningen består både av långsiktiga mål och mål som ligger närmare i tiden, för att ta del av målsättningen, se dokumentet Falu IF.

Våra ledares utbildning och ansvar

Sportkommittén ansvarar för att inför varje säsong säkerställa att is- och fystränare finns för ungdomslagen. Sportkommittén har det yttersta ansvaret för att tillsätta och avveckla föreningens samtliga tränare, i ungdomslagen faller sig det dock ofta naturligt att någon av spelarnas föräldrar axlar rollen som ledare/tränare och ingen formell förhandling sker då med sportkommittén.

Som ledare i Falu IF är du först och främst lärare och instruktör. Med ledare avses de personer som har uppdrag eller tilldelas uppgifter som innebär direkt och regelbunden kontakt med barn. Med tränare avses de personer som är is-, målvakts- och fystränare.

Varje ledares roll är att se och utbilda samtliga spelare i den grupp ledaren är aktiv i och samtidigt bidra till hela föreningens utveckling.

Som ledare är du förberedd, engagerad och du sprider positiv energi. Du är en viktig ambassadör för föreningen och en god förebild för barn och ungdomar.

Grundläggande värderingar

Samtliga ledare ska agera i enighet med och utifrån föreningens grundläggande värderingar.

Registerutdrag

Alla ledare som har ansvar för och regelbunden kontakt med barn (upp till 18 år) i vår verksamhet är enligt lag skyldiga att lämna in registerutdrag. Detta utdrag ska lämnas in till kansliet inom det tidsspann som kansliet anger.

Mer information: <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Tryggidrott/fragorochsvaromregisterutdrag>

Ansvar

Samtliga ledare ansvarar för att vara väl införstådda i föreningens gällande handlingar såsom policy, värdegrund och verksamhetsidé och agera utifrån dessa. Ansvarig ledare säkerhetsställer att spelare följer de regler och riktlinjer som är gällande i föreningen.

Våra ledare ansvarar för att utbilda våra spelare i enighet med vår träningsfilosofi, verksamhetsidé och våra grundläggande värderingar. Våra ledare har som målsättning att det som lärs ut är meningsfullt, begripligt och hanterbart.

Det är ledarens ansvar att ta del av och tillämpa förbundets utbildningsmaterial om NPF (neuropsykiatriska funktionsnedsättningar) vilket finns här:

<http://www.swehockey.se/Hockeyakademin/Utbildningsmaterial/npfadhdaspergers>

Tränare för ungdomslagen skall alltid vara med och byta om i omklädningsrummet vid varje samling. På så sätt kan tränaren fånga upp det som händer och alltid vara nära spelarna och skapa trygghet för alla, rätt ljudnivå, rätt samtalsklimat, rätt språkbruk, m.m. I omklädningsrummet skapas även de goda vanor som blir viktiga för att verksamheten skall fungera.

Utbildning

Alla våra ledare skall ha minst Grundutbildning, minst en tränare i varje lag ska uppfylla Svenska Ishockeyförbundets utbildningskrav.

Falu IF vill alltid uppmuntra till sina ledares utveckling genom utbildning, föreläsningar, workshops och andra typer av utbildningstillfällen inom Svenska Ishockeyförbundet, Riksidrottsförbundet, SISU och andra relevanta utbildare.

Ledaren förbinder sig att vara aktiv i de möten och utbildningar som är relevanta (tränarmöten, årsmöten, ledarutbildningar arrangerade av klubben etc.).

Vid föreningsbesök och utbildningstillfällen arrangerade av förbundet och/eller föreningen är närvaro obligatoriskt för minst en tränare per lag.

Säsongspanering

Ansvariga tränare (is, mv- och fys) ska alltid göra en säsongspanering som utgår från "Träningsplan on-ice", "Träningsplan off-ice" samt "Träningsplan detaljplan" (Ishockeyns ABC) för respektive åldersgrupp.

Träningsplanerna i Ishockeyns ABC skall anpassas efter gruppens tillgång till istider och gruppens storlek. Säsongspaneringen skall ha fäste i de generella samt specifika riktlinjerna för aktuell åldersgrupp.

Säsongspaneringen skall innehålla (se mall som bilaga längst bak i dokumentet)

- En grovpanering (antal och innehåll) för säsongen, is och fys
- Målsättning för säsongen, is och fys
- Rollfördelning mellan ledare
- Bemanning av roller i laget
- Eventuellt seriespel
- Eventuella cuper
- Utvecklingssamtal (fokus och tid på säsongen) med spelare
- Föräldramöten (preliminära datum innan/i början av säsongen samt i slutet/efter säsongen)
- Kommunikationsvägar med spelare och föräldrar

Säsongspaneringen delges sportkommitté senast sista september, vilken ger feedback för att säkerställa spelarnas utvecklingsmöjligheter som individer och den gemensamma utvecklingen i laget.

Säkerhet

För samtliga Falu IFs spelare och ledare som beträder isen med skridskor är **hjälm på huvudet obligatoriskt**. Samtliga spelare ska alltid bära halsskydd under träning och match. Övrig utrustning skall bäras enligt Svenska Ishockeyförbundet (se <http://www.swehockey.se/tavling/Utrustning> samt http://www.swehockey.se/globalassets/svenska-ishockeyforbundet-hockeyakademin/dokument/utbildningsmaterial/foldrar--haften/f_foldern.pdf, Föräldrafoldern).

Vid resor till träningar, matcher och andra aktiviteter ska gängse trafikregler uppfyllas gällande exempelvis bilbälte, antal passagerare i bilen etc. Spelare bör inte själva köra till och från långväga bortamatcher.

Roller i lagen

Utöver is- och fystränare skall varje lag inför, eller i början av, varje säsong hålla lag och/eller föräldramöten där följande roller bemannas. I ungdomslagen är det möjligt att flera personer hjälps åt med samma roll eller att en person har flera roller. Tilldelad roll skall skötas i enlighet med föreningens policy.

Lagledare

- Utgör huvudkontakten för laget.
- Administrerar samt rapporterar lagmedlemmar till kansliet, om förändringar sker under säsongen skall detta löpande meddelas kansliet.
- Anmäler laget till de cuper och serier laget skall delta i under säsongen.
- Håller kontakt/hjälper lagets tränare att hålla kontakt med de övriga lagen i serien, tar emot det gästande laget vid hemmamatcher.
- Har social kontakt med spelarna för att säkerställa att alla har det bra.

Materialare

- Ansvarar för den utrustning laget lånar av föreningen, såsom matchtröjor och eventuell målvaktsutrustning, hålls och returneras i gott skick.
- Är ett stöd för både spelare och föräldrar i val och inköp av material.
- Är ansvarig för att slipa spelarnas skridskor.
- Ser över att verktygslåda och sjukvårdsväska är komplett och finns med vid varje match.
 - ◆ Verktöylåda: Skridskosnören, skruvmejslar, skiftnyckel, universaltång, skridskoskydd, tejp (för damasker/benskydd/klubba, eltejp), skruvar och muttrar för hjälm, spännen till hjälm samt morakniv.
 - ◆ Sjukvårdsväska: Plåster, sax, coachtejp, tryckförband, ögonskölj, gasbinda, elastisk binda, alvedon/ipren, sårtvätt, compeed eller annan skavsårsprodukt samt plastpåsar till is.
- Säkerställer att god ordning hålls i omklädningsrum och eventuellt förråd både vid träning och match.

Representant till Ungdomskommittén

- Deltar i ungdomskommitténs möten och är länken mellan laget och ungdomskommittén.
- Säkerställer att laget följer de direktiv som fastslås i ungdomskommittén.

Ekonomiansvarig

- Ansvarar för att informera kring och följa upp försäljning och betalning av beting.
- Kontrollerar att spelare betalar medlems-, tränings och eventuellt andra avgifter (t.ex. profilkläder) till rätt konto.
- Ansvarar för att lagkassan inte har ett negativt saldo, lägst -5000:- under pågående säsong, vid bokslut skall lagkassan vara positiv.

Bemanningsansvarig

- Fördelar arbetspass (kiosk, jobb tilldelade genom ungdomskommittén och/eller föreningen) på ett sådant vis att lagets medlemmar (aktiva ledare undantaget) jobbar lika många timmar under säsongen.

Föräldrar

- Är ett stöd för både spelare och ledare, låter barnet idrotta på sina villkor.
- Respekterar barnets egen målsättning.
 - ◆ Hjälper ert barn att ha målsättningar, visa att arbete lönar sig och att noggrannhet ger resultat samt att finna motivation.
- Kritiserar inte ditt eller andras barn, ge beröm!
- Under matcher och träningar är du som förälder stöttande mot samtliga spelare, även i motståndarlaget.
- Ser till att barnet kommer till aktiviteten förberedd (mat, sömn, utrustning, skolarbete).
- Synpunkter till ledare skall aldrig framföras i närvaro av barn.
- Tar del av samtliga dokument gällande Falu IFs verksamhet.
- Deltar i aktiviteter såsom arbete (kiosk, evenemang etc.), sekretariatbemanning och cupförberedelser.
- Säkerställer att medlems- och träningsavgifter, beting och eventuella profilkläder betalas till rätt konto i tid.
- Ställer inte övermänskliga krav på våra ledare utan inser att de är vanliga människor som lägger ner stora delar av sin fritid på att ge ditt och andras barn en meningsfull, rolig och utvecklande fritid.

Spelare

- Som spelare är du otroligt värdefull för Falu IF, det är dig vår verksamhet handlar om och vi som förening gör vårt bästa för att ge dig en rolig, utvecklande och värdefull hockeyutbildning.
- Du förväntas komma till träningen med rätt förutsättningar; mat, vila och skolarbete är tre viktiga områden som du som spelare måste sköta för att kunna utvecklas som hockeyspelare.
- Du respekterar föreningen och dess medlemmar och visar detta genom din attityd och inställning till föreningens samtliga spelare, ledare och motståndare.
- Du deltar i de arbetstillfällen du blir tilldelad och gör det med gott engagemang.
- Du är alltid en förebild för yngre spelare och dina lagkamrater. Visa vägen genom att agera utifrån våra grundläggande värderingar, vara hjälpsam och stöttande, alltid heja på andra spelare och självklart genom ditt agerande på isen.
- Du representerar vår förening och är en viktig del av vårt varumärke. Du ska visa ett gott beteende i enlighet med våra värderingar i alla situationer där du förknippas med vår förening.
 - ◆ När du använder våra profilkläder gör du det i sportsliga sammanhang där de hör hemma och/eller på representativt vis som ger vår förening god synlighet.
- Du gör alltid ditt bästa, kommunicerar med ord, är en god lagspelare med fokus på laget och föreningen.

Gemensamma riktlinjer: Ungdom

Ungdomsverksamheten i Falu IF präglas av våra grundläggande värderingar och stor vikt läggs vid glädje, gemenskap, respekt och delaktighet. Verksamheten bedrivs i utbildningssyfte och vi arbetar aktivt för att göra vår sport inbjudande och inkluderande för fler barn och ungdomar.

Utbildningen ska ha ett långsiktigt fokus som gagnar alla spelare. Vi strävar efter att ha så många aktiva som möjligt så länge som möjligt. Huvudtränare är tillsammans med assisterande tränare ansvariga för att ett långsiktigt tänkande finns med i planeringen av hockeyutbildningen.

Vår utbildning utgår från Svenska Ishockeyförbundets material, Ishockeyns ABC, och fokuserar på ishockeyns tekniska grunder.

- Skridskoåkning
- Passning och Mottagning
- Skott
- Närkampsspel
- Puckföring
- Utrustning

I vår träning säkerställer vi att ishockeyns samtliga fysiska egenskaper tränas.

- Snabbhet
- Uthållighet
- Rörlighet
- Koordination
- Styrka

24-timmarsregeln

Vi älskar alla hockeyn, farten och känslorna i sporten, gemenskapen och lagkänslan. I denna fartfyllda och intensiva sport uppkommer ibland frågor och synpunkter och vi råder då alla vuxna och ledare att avvakta 24-timmar innan dessa frågor och synpunkter framförs till ansvarig tränare eller föräldrarepresentant. Detta för att eftertanke och reflektion ofta ger tid till att formulera och framföra sina tankar på ett konstruktivt sätt.

Tillvägagångssättet visar även våra aktiva spelare ett moget och väl fungerande sätt att lösa eventuella konflikter.

Aktiva spelare, oavsett ålder, ska hållas utanför dessa meningsskiljaktigheter för att kunna behålla sitt engagemang och sin positiva syn på sin idrott.

Fysträning utanför is

I tidig ålder börjar vi med fysträning utanför is, i de yngre åldrarna handlar det om att skapa goda vanor genom lek och rörelseglädje. I de äldre grupperna är fysträningen en stor del av utvecklingen och en förutsättning för att bli en bättre ishockeyspelare. All fysträning bedrivs utifrån dokumentet "Riktlinjer kring fysträning TKH - U14" som finns under verksamhetsdokumenten på hemsidan samt de riktlinjer som återfinns i Ishockeyns ABC.

Hög aktivitetsnivå

Vi strävar efter att aktivitetsnivån ska vara så hög som möjligt. Hög aktivitetsnivå på träningar ger många repetitioner. Vi förordar i enlighet med Svenska Ishockeyförbundet stationsträningar och smålagsspel så att så många som möjligt är aktiva samtidigt.

Syfte med träningen

Utefter den godkända säsongsplaneringen planeras och genomförs meningsfulla träningar där övningarna har ett tydligt syfte. Träningarna ska vara lämpliga för den aktuella åldersgruppen.

Noggrannhet i utförandet

Utförandet är avgörande för en god teknik. Vi ser ett stort värde vid att övningar genomförs noggrant och med god teknik.

Närvaro

Tränare och/eller lagledare ansvarar för att närvaro registreras vid varje aktivitet via laget.se. Närvaro räknas för de spelare och ledare som är på plats vid aktiviteten. När fys- och ispass efterföljer varandra skapas en aktivitet för varje träningspass. Kortare uppvärmning (samling 60 minuter innan träning) innan ispass räknas ej som enskild aktivitet.

Träningsfilosofi

Vår träningsfilosofi bygger på lärande och delaktighet. Detta uppnår vi genom att kontinuerligt ge både den enskilda individen och laget feedback på ett begripligt och värdefullt vis.

All vår träning bedrivs enligt utbildning och riktlinjer från Svenska Ishockeyförbundet, Ishockeyns ABC, samt våra generella- och specifika riktlinjer.

I vår utbildning skall stor vikt läggas vid utbildning av ishockeyns tekniska grunder.

Spelet i Falu IF

- Alla lag i Falu IF skall sträva efter att spela med hög fart och hög arbetsintensitet
 - ◆ *Detta kräver stor skicklighet i skridskoåkning, vilja att arbeta för laget, hög arbetsmoral på träningar och matcher*

- Alla lag i Falu IF skall sträva efter att spela med många passningar och högt passningstempo med kvalitet
 - ◆ *Detta kräver att vi tränar på puckbehandling och att trycka iväg hårda platta passningar samt att kunna ta emot och leverera passningar samtidigt som spelaren är i rörelse. Detta kräver även en vilja och förmåga att passa pucken otvunget*

- Alla lag i Falu IF skall sträva efter att aldrig slå iväg pucken "utan adress"

Vi skall sträva efter att alla spelare alltid skall lösa uppkomna situationer med skridskoåkning, passningar, puckbehandling. På detta sätt kan vi arbeta med att alltid behålla pucken inom laget.

De viktigaste taktiska riktlinjerna genom barn och ungdomsåren skall vara att behålla pucken inom laget samt att vinna tillbaka pucken så fort som möjligt då vi förlorat den.

Beröm och feedback

Att bli sedd och få konstruktiv feedback på bra beteenden utvecklar varje individ.

Spelare i föreningen skall ges löpande konstruktiv feedback på isen, vid träningar, i teorisammanhang, i omklädningsrum och vid specifika utvecklingssamtal.

Feedback skall ges på ett begripligt vis för laget och individen. Det material Svenska Ishockeyförbundet tillhandahåller gällande feedback är avgörande för hur vi i Falu IF ger våra spelare feedback.

Föreningens grundläggande värderingar skall vara implementerade i feedbacken.

Utvecklingssamtal

I Falu IF är det viktigt att alla spelare är sedda. Vi utbildar individer, inte bara hockeyspelare. Därför förordar vi utvecklingssamtal i tidig ålder där samtalet läggs på en lämplig nivå. Det vi fokuserar på i våra utvecklingssamtal med spelare är:

- Intresse och motivation
- Attityd och inställning
- Ishockeyns tekniska grunder
- Ishockeyns fysiska egenskaper
- Spelarens målsättning, reflektioner och åsikter

Vid utvecklingssamtalet är det av högsta vikt att spelaren känner sig trygg och får begriplig feedback, vilken alltid skall ges på individens beteenden framför egenskaper. För att öka spelarens trygghet och mottaglighet bör samtal ej hållas "på varsin sida av bordet" utan vi förordar, i enlighet med Svenska Ishockeyförbundet, samtal axel mot axel eller i rörelse.

Som utgångspunkt inför samtalet finns följande material från Svenska Ishockeyförbundet att tillgå:
http://www.swehockey.se/globalassets/svenska-ishockeyforbundet-hockeyakademin/dokument/utbildning/individuell-spelarutveckling_web.pdf

Utvecklingssamtalen skall dokumenteras konfidentiellt och ledaren ansvarar för att dokument inte innehåller känsliga personuppgifter samt förvaras på ett sätt som gör dem oåtkomliga för andra än lagets ledare.

Lagtillhörighet träning och match

Att känna trygghet i det egna laget är viktigt under barnåren. Falu IF arbetar som utgångspunkt med ålderslag.

Genom att träna mycket på teknik och individuella färdigheter i mindre övningar samt att i vissa övningar nivåanpassar kan vi hålla ihop åldersgruppen även om vissa kan mer än andra. Därmed är behovet av att "tillhöra" ett äldre eller yngre lag litet och föreningen skall därför i första hand utbilda spelaren i den aktuella åldersgruppen.

Sällsynta undantag

I extrema undantag kan dispens sökas hos förbundet för spelare som är i behov av att träna med yngre eller äldre lag. Sportkommittén är beslutsfattande i dessa frågor efter bedömning av spelaren vid flertalet observationer samt argument från spelaren, tränare i både ursprungslag och tilltänkt lag samt föräldrar.

Uppflytt eller nedflytt av spelare i syfte att lättare vinna matcher får aldrig förekomma.

Möjlighet till extra träning

För att möta efterfrågan på att ha möjlighet att träna fler ispass än passen i det egna laget gäller följande: Varje lag har alltid plats för två extra spelare från det yngre laget och två från det äldre laget, detta gäller självklart både U-lagen och Dam Utvecklingslaget.

De två platserna är tillgängliga för spelare som själva vill ha och efterfrågar fler ispass.

Vilka spelare som tränar uppåt eller nedåt avgörs av berörda tränare i respektive lag

- Utifrån Intresse och motivation
- Attityd och inställning
- Spelarens tekniska grunder
- Spelarens fysiska egenskaper

bör variera från träning till träning för att alla som vill ska få chansen att träna extra.

Extra träning skall också uppmuntras genom att erbjuda träningsprogram gällande fysträning, puckhantering, träning på skottramp och annan "off-ice-träning".

Träning med det egna laget går alltid först, den extra träningen erbjuds utanför det egna lagets träningstillfällen.

Matchspel

Under ungdomsmatcher i Falu IF ligger fokuset på prestation och utveckling, inte resultat. Huvudsyftet med matchspel är att så många som möjligt ska spela så mycket som möjligt för att

möjliggöra utveckling för och utbildning av alla våra spelare. Alla spelare får lika stora möjligheter till utveckling – vare sig det gäller tränings- eller seriematch.

Vi strävar alltid efter att spela med flesta möjliga antal spelare (vid helplan 15 utespelare och en målvakt, vid poolspel och halvplan följs förbundets rekommendationer), alla anmälda spelare spelar matchen.

Vid fler tillgängliga spelare än rekommenderad truppstorlek deltar spelare i matchspel i förhållande till sin träningsnärvaro. Det innebär att den som tränar mycket även spelar mycket, dock ska hänsyn tas till långvarig sjukdom. Alla spelare ska erbjudas matchspel vid flertalet tillfällen varje säsong.

De spelare som deltar i match spelar lika mycket under matchen, vi toppar inte laget och låter ingen spelare "sitta på bänken". Om två målvakter är anmälda till matchen bör de spela halva matchen var eller ha tydligt uttalat att båda följer med till match men de spelar varannan match.

Kallelser till match skall skickas (via laget.se) ut av ansvarig ledare minst 5 dagar innan match. Laguppställning skall inte framgå i kallelsen utan presenteras under matchsamling.

Cuper, camper och annan förbundsverksamhet

Falu IF har precis som Svenska Ishockeyförbundet en klar inställning när det gäller selectverksamhet.

Spelare i Falu IF kan delta i selectverksamhet eller andra camper och hockeyläger när det lag man tillhör inte har några aktiviteter. Företrädesvis efter ordinarie säsong 1/4 - 15/8.

När det lag spelaren tillhör har träning, match eller cup är det självklart att spelaren är med sitt lag. Falu IF ska inte flytta seriematcher för att spela cuper eller delta i annan hockeyverksamhet.

Om spelare har funderingar på att åka på någon form av selectverksamhet eller annan hockeyverksamhet under ordinarie säsong vill Falu IF att spelaren tar upp det med lagets tränare i mycket god tid innan.

Dalarnas Ishockeyförbund kan bjuda in till öppna camper som spelare kan anmäla sig till. Dessa camper betalar spelaren själv för.

Lokaler, förråd och omklädningsrum

Samtliga medlemmar har ansvar över att våra lokaler sköts och hålls i gott skick. Omklädningsrum skall städas av laget efter varje träning och match. Falu IF tillåter ingen skadegörelse i våra lokaler (ishallar, omklädningsrum, förråd, gemensamma utrymmen).

Varje lag som arrangerar match är ansvarig för att bås, omklädningsrum för både eget lag och motståndarlag är i ordnat skick efter match och träning. Eventuell avgift pga. dålig städning kommer vidarebefordras till respektive lag. Säsongen 2019/20 är den avgiften 1000 kr.

Förrådsutrymmen för våra ungdomslag fördelas enligt nedan.

Lag	Förråd	Eget omklädningsrum
U 8 - U 10	-	-
U 11 - U 12	Barack utanför Halltec	-
U Dam	Barack utanför Halltec	-
U 13	Barack utanför Halltec	-
U 14	Förråd i ishallen	-
U 15 - U 16	Förråd i ishallen	-

Samsyn

Dalarnas ishockeyförbundet är del av Samsyn; ett initiativ av Dalarnas Idrottsförbund för att i möjligaste mån försöka undvika krockar mellan barn och ungdomars idrottsaktiviteter. Vår förening respekterar och följer de riktlinjer som Samsyn omfattar och våra ledare skall därför ta del av materialet om Samsyn.

Mer information: <http://www.dalaidrotten.se/Undermeny/fokusomraden/Samsyn>

Föreningsarbete

Samtliga medlemmar måste ställa upp vid arbetstillfällen för att föreningen ska få in pengar att bedriva och utveckla verksamheten. Exempel på arbeten är:

- Kiosk: Kiosktimmar fördelas löpande under säsongen mellan, i första hand, ungdomslagen (antal timmar beror på antal spelare i laget). Laget fördelar timmarna jämnt mellan spelarna. Ingen under 16 år får vara ensam i kiosken.
- Andra aktiviteter som initieras av föreningen eller det egna laget.

Ny i Falu IF

Vi välkomnar **alla** som vill spela ishockey. Fram till och med U11 så startar nya spelare tillsammans med sin ålderskull. Nya spelare i ålder med, eller äldre än, U12 erbjuds vara med i ett lag där spelaren utmanas och utbildas utifrån sina egna förutsättningar. Tränare gör en rekommendation till Sportkommittén som beslutar vart den nya spelaren ska erbjudas plats.

Konsekvenser

I händelse av att spelare, ledare eller förälder inte följer föreningens policy och övriga föreningsdokument kan föreningen, genom beslut av Disciplinnämnd, i yttersta fall, utesluta individen ur föreningen och hindra dess medverkan i verksamheten.

Om ledare eller annan vuxen knuten till föreningen avviker från policy kontaktas i första hand ungdomsansvarig i Sportkommittén.

Konsekvenstrappa

Händelse	Steg 1	Steg 2	Steg 3
<i>Skadegörelse i lokaler</i>	Skriftlig varning till spelaren. Är spelaren under 18 år meddelas även/endast föräldrar. Ersättningskyldig för skador. Hanteras av tränare/ledare i laget.	Vid grov skadegörelse eller upprepat beteende, anmäls detta till Sportkommittén.	Om Sportkommittén bedömer att agerandet ska få andra konsekvenser kan ärendet anmälas till disciplinnämnden. Disciplinnämnden fattar beslut om eventuell avstängning eller andra konsekvenser.
<i>Osportsligt beteende utifrån våra grundläggande värderingar</i>	Skriftlig varning till spelaren. Är spelaren under 18 år meddelas även/endast föräldrar. Hanteras av tränare/ledare i laget.	Vid grov överträdelse eller upprepat beteende anmäler tränare/ledare ärendet till Sportkommittén.	Om Sportkommittén bedömer att agerandet ska få andra konsekvenser kan ärendet anmälas till disciplinnämnden. Disciplinnämnden fattar beslut om eventuell avstängning eller andra konsekvenser.

<i>Avvikande från föreningsarbete utan godtagbart skäl</i>	1-match avstängning		
<i>Bristande betalning</i>	Påminnelse från ledare/ekonomiansvarig till spelaren. Är spelaren under 18 år meddelas även/endast föräldrar. Påminnelse ska kommuniceras inom 2 veckor från förfallen betalning.	Skriftlig påminnelse från kansliet skickas till spelare eller föräldrar om spelaren är under 18 år, när betalning är förfallen med tre veckor.	Efter en månads förfallen betalning stängs spelaren av från träning och match tills full betalning är erlagd.
<i>Annan överträdelse av föreningens policy</i>	Skriftlig varning till spelaren. Är spelaren under 18 år meddelas även/endast föräldrar. Hanteras av tränare/ledare i laget.	Vid grov överträdelse eller upprepat beteende anmäler tränare/ledare ärendet till Sportkommittén.	Om Sportkommittén bedömer att agerandet ska få andra konsekvenser kan ärendet anmälas till disciplinnämnden. Disciplinnämnden fattar beslut om eventuell avstängning eller andra konsekvenser.

Vid händelse av mycket allvarligt avvikande från föreningens policy kan föreningen utesluta spelaren med omedelbar verkan.

Vid anmälan till disciplinnämnden, har tränare/ledare och Sportkommitté rätt att beslut om spelaren ska vara avstängd från träning eller matcher under disciplinnämndens utredning.

Disciplinnämnden kan häva denna temporära avstängning eller själva besluta om en temporär avstängning under utredningen.

Särskilda riktlinjer

De särskilda riktlinjerna utgår från Svenska Ishockeyförbundets material samt föreningens vision, grundläggande värderingar, målsättning och verksamhetsidé. I planering av träningar skall ledare utgå från policyns riktlinjer (generella och särskilda) samt Svenska Ishockeyförbundets träningsplaner.

Tre Kronors Hockeyskola

För de allra yngsta hockeyspelarna ska fokus ligga på grundläggande allsidig skridskoträning med tyngdpunkt på grovmotorik och stora rörelser, gärna utan klubba. Träningen ska kännetecknas av lek och glädje och samtidigt skall viktiga moment övas på. Att samlas när ledarna blåser i visselpipan och att lyssna på tränaren är viktiga moment att träna på. Att vara en god kamrat och lära sig att fungera tillsammans är viktigt redan i den här åldern. Vi ser mycket positivt på att barnen även håller på med andra idrotter.

Gruppen samlas alltid vid starten av träningen och avslutar även med en kort samling för att lägga grunden till goda vanor och rutiner. Huvuddelen av träningarna skall vara uppbyggda med stationer så att alla är i rörelse och leker, spelar och övar så stor del av tiden som möjligt. I slutet av varje säsong kan de äldsta barnen samlas separat för att påbörja bildandet av nästa säsong U 8-lag.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Allas rätt att vara med Glädje och lek Kamratskap Lära nya saker Skapa goda vanor	Stationsövningar Hög aktivitet Smålagsspel Skridskoåkning Nivåanpassat	Minst grundkurs, THK-kurs Planera och skriva ned träningarna Visa - Öva - Positiv feedback TKH-overall finns att låna	1 isträning/v

Flicklag (ingår för tillfället i Utvecklingslaget)

Som en fortsättning av, eller ett alternativ till, Tre Kronors Hockeyskola är flicklaget nästa steg i hockeyutbildningen. Flicklaget är inte åldersbestämt utan här är alla nybörjare välkomna även om merparten av spelarna är 6-10 år. Även här ligger fokus på grovmotorik och stora rörelser. Träningen ska kännetecknas av lek och glädje och samtidigt skall viktiga moment övas på. Att samlas när ledarna blåser i visselpipan och att lyssna på tränaren är viktiga moment att träna på.

Gruppen samlas alltid vid starten av träningen och avslutar även med en kort samling för att lägga grunden till goda vanor och rutiner. Huvuddelen av träningarna skall vara uppbyggda med stationer så att alla är i rörelse och leker, spelar och övar så stor del av tiden som möjligt.

Utvecklingssamtal läggs på en nivå där spelarna förstår och kan diskutera, i den yngre åldern handlar utvecklingssamtalet främst om att stämma av spelarens trivsel och mående i laget.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Allas rätt att vara med Glädje och lek Kamratskap Lära nya saker Skapa goda vanor	Stationsövningar Hög aktivitet Smålagsspel Skridskoåkning Nivåanpassat Visseldisciplin - krav på uppmärksamhet	Minst grundkurs Planera och skriva ned träningarna Visa - Öva - Positiv feedback	1-2 isträning/v Någon form av fys (lek) i samband med minst ett av ispassen

U 8 - U 10

Träningen i den här åldersgruppen skall fokusera på koordination, motorik, teknik och snabbhet eftersom barnen befinner sig i den motoriska guldåldern. Även här skall träningen ska kännetecknas av lek och glädje samtidigt som viktiga moment övas in. Att samlas när ledarna blåser i visselpipan och att lyssna på tränaren är fortsatt viktiga moment att träna på. Att vara god kamrat och lära sig att fungera tillsammans är viktigt och arbetet med det skall prioriteras.

Utvecklingssamtal läggs på en nivå där spelarna förstår och kan diskutera, i den yngre åldern handlar utvecklingssamtalet främst om att stämma av spelarens trivsel och mående i laget.

Isträning

Teknikträningen skall innehålla enskilda moment och kombinationer av skridskoåkning, klubbhantering och puckföring. Träning och matcher skall bedrivas med målsättningen att alla skall vara aktiva så stor del av tiden som möjligt. Därför skall träningarna bedrivas som stationsträningar så att alla övar på olika moment många gånger och istiden utnyttjas till fullo. Spel på träning skall alltid ske i smålagsform, 1 mot 1, 2 mot 2, 3 mot 3. Vid spel och i övningar använder vi inga fasta roller, alla provar att spela både back och forward. De som vill kan även prova på att vara målvakt.

Koordination, snabbhet, rörlighet och styrka

I den här åldern börjar vi även med koordinations- och rörlighetsträning och/eller annan träning med inriktning på koordination, snabbhet, rörlighet och styrka. Vi gör någon form av fysisk aktivitet utanför isen varje gång vi träffas. Vi uppmanar alla att även hålla på med andra idrotter.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Allas rätt att vara med Träffa kompisar Glädje och kamratskap Lära sig nya saker Skapa goda vanor	Stationsövningar Hög aktivitet Smålagsspel Skridskoåkning Visseldisciplin - krav på uppmärksamhet	Minst grundkurs Föreningens overall Planera, skriva ner och arkivera träningsspassen Visa - Öva - Positiv feedback	1-2 ispass/vecka Någon form av fys (lek) i samband med minst ett av ispassen
Matcher	Cuper	Utrustning	
Poolspel med 4 lag Tvärplan utan resultat Alla spelar lika mycket	Närområdet 10-15 mil Alla erbjuds lika många cuper Alla spelar lika mycket	Träningströjor Matchtröjor Målvaktsutrustning	

U 11 - U 12

Här fortsätter guldåldern vad avser all inläring då nervsystemet och muskler är i harmoni. Viljan att träna och lära sig, att vara god kamrat och lära sig att fungera tillsammans är viktiga delar och arbetet med det skall fortsatt prioriteras. Normer och regler för laget är viktigt och skapar trygghet.

Utvecklingssamtal läggs på en nivå där spelarna förstår och där spelaren själv kan börja utvärdera sina styrkor och svagheter. Samtalet kan handla om vad spelaren kan göra bättre och vilka spelarens starka och goda egenskaper är. Feedbackmaterialet från Svenska Ishockeyförbundet är en tydlig utgångspunkt i utvecklingssamtalet.

Isträning

Träningen skall även fortsättningsvis lägga särskild vikt vid koordination, teknik och snabbhet. Tekniken som tränas skall vara noggrann. Även svårare motoriska övningar med balans, reaktion och rörelseprecision skall finnas med. Teknikträningen skall innehålla mest skridskoåkning klubbteknik och passningar. Huvuddelen av träningarna skall vara stationsövningar men här går det även att göra åk- och passningsövningar i form av små delar av spelet. Alla utespelare skall träna både som back och forward. Nu kan med fördel taktiktavlan användas som ett led i att utveckla speluppfattningen.

Koordination, snabbhet, rörlighet och styrka

I den här åldern fortsätter vi med koordinations- och rörlighetsträning och/eller annan träning med inriktning på koordination, snabbhet, rörlighet och styrka. Vi gör någon form av fysisk aktivitet utanför isen varje gång vi träffas. Vi uppmanar alla att även hålla på med andra idrotter.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Träffa kompisar Lagkänsla Lära sig nya saker Skapa goda vanor Normer och regler	Ombytta 10 min innan is Alltid fys i samband med ispass Viseldisciplin Stationsövningar Hög aktivitet Smålagsspel Skridskoåkning	Minst grundkurs + BU1 Föreningens overall Planera, skriva ner och arkivera träningspassen Visa - Öva - Positiv feedback	2-3 ispass/vecka 2-3 fyspass /vecka Sommarträning 1 maj - 30 jun 2 pass/vecka
Matcher	Cuper	Utrustning	Sommarträning
Seriespel Halvplan U 11 Ingen matchning/toppning Alla spelar lika mycket Mål: 1 match/vecka per spelare	2-3 cuper i regionen, max 3 timmars bilresa Vid övernattningscup sover inga barn utan vuxen i rummet	Träningströjor Matchtröjor Målvaktsutrustning	Skall erbjudas och uppmuntras maj - juni Koordination, snabbhet, rörlighet och styrka Även andra idrotter uppmuntras

Utvecklingslag Dam

Utvecklingslaget är fortsättningen från Flicklaget, inte heller här är laget åldersbestämt även om merparten av spelarna är 10-15 år och alltså inom spannet för guldåldern. Fokus ligger på ishockeyns tekniska grunder och den största delen av träningen är uppbyggd på så sätt att den blir nivåanpassad. Viljan att träna och lära sig, att vara god kamrat och lära sig att fungera tillsammans är viktiga delar och arbetet med det skall prioriteras. Normer och regler för laget är viktigt och skapar trygghet.

Utvecklingssamtal läggs på en nivå där spelarna förstår och där spelaren själv kan börja utvärdera sina styrkor och svagheter. Samtalet kan handla om vad spelaren kan göra bättre och vilka spelarens starka och goda egenskaper är. Feedbackmaterialet från Svenska Ishockeyförbundet är en tydlig utgångspunkt i utvecklingssamtalen.

Isträning

Träningen skall även fortsättningsvis lägga särskild vikt vid koordination, teknik och snabbhet. Tekniken som tränas skall vara noggrann. Även svårare motoriska övningar med balans, reaktion och rörelseprecision ska finnas med. Teknikträningen skall innehålla mest skridskoåkning klubbteknik, närkampspel och passningar. Huvuddelen av träningarna skall vara stationsträningar men här går det även att göra åk- och passningsövningar i form av små delar av spelet. Alla utespelare skall träna både som back och forward. Taktiktaflan kan med fördel användas som ett led i att utveckla speluppfattningen.

Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet

På fysträning läggs fokus vid koordinations- och rörlighetsträning och/eller annan träning med inriktning på koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet. Vi gör någon form av fysisk aktivitet utanför isen varje gång vi träffas. Vi uppmanar alla att även hålla på med andra idrotter.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Allas rätt att vara med Träffa kompisar Glädje och kamratskap Lära sig nya saker Skapa goda vanor	Stationsövningar Hög aktivitet Smålagsspel Skridskoåkning Spelövningar Visseldisciplin - krav på uppmärksamhet	Minst grundkurs + BU1 Föreningens overall Planera, skriva ner och arkivera träningsspassen Visa - Öva - Positiv feedback	2-3 ispass/vecka Minst 1 fyspass/vecka
Matcher	Cuper	Utrustning	Sommarträning

Träningsmatcher Helplan Ev framtida poolspel/serie Alla spelar lika mycket	Kullacupen Eventuellt ytterligare cup i närområdet Alla spelar lika mycket	Träningsströjor Matchtröjor Målvaktsutrustning	Skall erbjudas maj - juni Koordination, motorik, teknik och snabbhet Även andra idrotter uppmuntras
--	---	--	--

U 13 - U 14

Spelarna är i pubertetsperioden; den fysiska tillväxtperioden. Under denna period är längdtillväxten och viktökningen stor, vilket påverkar och kan försvåra rörligheten och koordinationen hos spelaren. Träningen skall innehålla koordination, teknik, snabbhet, styrka och rörlighet. Tränarna skall ha förståelse för att den fysiska utvecklingskurvan sker "trappstegsvis" och inte får stressas fram. Uppmärksamma att det kan skilja mellan 3-5 år i fysisk utveckling då vissa spelare tidigt födda på året och spelare med tidig pubertet uppfattas ha "ett försprång" i sin utveckling som ishockeyspelare.

Utvecklingssamtal läggs på en nivå där spelarna förstår och där spelaren själv utvärderar sina styrkor och svagheter vilka diskuteras tillsammans med tränare. Samtalet kan handla om vad spelaren kan göra bättre och vilka spelarens starka och goda egenskaper är samt vad spelaren kan bidra med till laget. Feedbackmaterialet från Svenska Ishockeyförbundet är en tydlig utgångspunkt i utvecklingssamtalet. Spelarens egna målsättningar och drivkrafter diskuteras i samtalet.

Isträning

Tekniken som tränas skall vara noggrann. Även svårare motoriska övningar med balans, reaktion och rörelseprecision ska finnas med. Teknikträningen skall innehålla mest skridskoåkning, närkampsspel, klubbteknik och passningar samt kombinationer av detta. En stor del av träningarna skall fortfarande vara stationsträningar men här går det även att göra åk och passningsövningar i form av delar av spelet. Taktiktavlan användas som ett led i att utveckla speluppfattningen. Kraven på övningarnas utförande höjs. Tävlning är en viktig del och naturlig i träningarna.

Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet

I den här åldern genomför vi koordinations och rörlighetsträning och/eller annan träning med inriktning på koordination, snabbhet, rörlighet och styrka. Vi gör någon form av fysisk aktivitet varje gång vi träffas. Föreningens ledare skall också ställa krav på att sommarträna. Det kan med fördel även röra sig om andra idrotter, för att ge variation och allsidig träning.

Distriktets verksamhet

Spelare kommer att kunna anmäla sig till U14 utvecklingscamp där distriktets sportchef och hockeykonsulent är ledare. Tonvikten kommer att ligga på utbildning både på is och fys. Spelare betalar själva för de utvecklingsdagar de deltar på.

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Lagkänsla Lära sig nya saker Skapa goda vanor Normer och regler Disciplin Tävling Taktik	Ombytta 10 min innan is Skridskoåkning Krav på full fart Kreativitet Spelbarhet Blicken Vinna spelsituationer Kampmoment	Minst grundkurs + BU1 Föreningens overall Planera, skriva ner och arkivera träningsspassen Visa - Öva - Positiv feedback	3-4 ispass/vecka 3-4 fyspass /vecka Sommarträning 1 maj - 30 jun 4 pass/vecka
Matcher	Cuper	Utrustning	Sommarträning
Seriespel DM Ingen matchning/toppning Alla spelar lika mycket Mål 1 match/vecka per spelare	3 cuper varav en kan ha längre bilresa än 3-4 timmar	PTräningströjor Matchtröjor	Obligatorisk fysträning med tyngdpunkt på koordination, rörlighet, snabbhet uthållighet och styrka med både den egna kroppen och lättare vikter som belastning

U 15 - U 16

De spelare som är tillgängliga för match finns i den ordinarie träningstruppen.
I både u15 och u16 spelar vi med 3 femmor.

Detta är spelarens sista år i ungdomsverksamheten och spelaren börjar förbereda sig för spel med juniorlag. Laget består av två åldersgrupper och det är därför viktigt att tydliggöra förutsättningarna för spelarna. Spelarna är fortsatt i den pubertala tillväxtperioden och den fysiska tillväxten kan skilja mycket från individ till individ, vilket tränare behöver ha i beaktning i både träning och tävling.

Utvecklingssamtalen bör beröra förväntningar och förutsättningar för att kunna delta vid distriktscamper och eventuell uttagning till TV-puckslag. Spelaren kan med fördel bedöma sina färdigheter och med hjälp av begriplig feedback från tränaren komma fram till vad spelarens styrkor är samt vad spelaren behöver utveckla för att komma vidare i sin hockeyutbildning.

Isträning

Tävling är en viktig och naturlig del i träningen, kraven på övningarnas utförande och noggrannhet är höga. Spelarna behöver ta eget ansvar för sin utveckling, både på gemensamma och egna träningar.

I seriespel anmäls två lag, U 15 och U 16. I U 16-serien spelar de spelare som för tillfället är längst fram i sin utveckling, de spelare som ej spelar U 16 erbjuds match i U 15-serien. Målet är att alla ska spela en match per helg på "sin nivå". Vilka spelare som spelar vilka matcher avgör lagets tränare, vilka alltid ska se till spelarnas individuella utbildning. Inga spelare låses i respektive serie utan spelarna kan komma att gå emellan serierna beroende på utveckling.

Koordination, snabbhet, rörlighet, styrka och uthållighet

Träningen behöver fortsatt innehålla rörlighet och koordination för att förebygga skador och möjliggöra spelares fortsatta, och ökade, fysiska träning och belastning.

Distriktets verksamhet

Spelare kommer kunna anmäla sig till U 15-utvecklingscamp där distriktets sportchef och hockeykonsulent är ledare. Tonvikten ligger där på utbildning både på is och fys. Spelare betalar själva för de utvecklingsdagar de deltar på.

När spelare blir uttagen i sommartruppen U 16 står föreningen för kostnaden som förbundet fakturerar föreningen. Dessa kostnader avser fystester, läger i juli, träningar och matcher fram till slutspelet i TV-pucken är slut. Övriga kostnader som förbundet kräver av spelarna, står spelarna själva för - däribland reklam.

Träning med äldre åldersgrupp

De spelare som blir uttagna i TV-puckstruppen erbjuds att träna med J 18 region eller Elit beroende på kompetens, detta bedöms av tränare i J 18 och U 16 i samråd.

Även spelare som ej kommit med i denna trupp, som utvecklas och tar kliv framåt under säsongen, ska kunna erbjudas träning med J 18, även det utvärderas i samråd kontinuerligt av berörda tränare kopplat till nedanstående kriterier.

- Utifrån Intresse och motivation
- Attityd och inställning
- Spelarens tekniska grunder
- Spelarens fysiska egenskaper

Verksamheten	Träningen	Ledaren	Antal träningar
Lagkänsla Lära sig nya saker Skapa goda vanor Normer och regler Disciplin Tävling Taktik	Ombytta 10 min innan is Skridskoåkning Krav på full fart Kreativitet Spelbarhet Blicken Vinna spelsituationer Kampmoment	Minst grundkurs + BU1 Föreningens overall Planera, skriva ner och arkivera träningspassen Visa - Öva - Positiv feedback	3-4 ispass/vecka 3-4 fyspass /vecka Sommarträning 1 maj - 30 jun 5-6 pass/vecka
Matcher	Cuper	Utrustning	Sommarträning
<p>Serie/Cuper U15 Ingen matchning/toppning Alla spelar lika mycket DM - laget kan matcha och toppa för att vinna matcher</p> <p>Serie/DM U16 Toppning och matchning kan förekomma på match för att vinna</p> <p>Cuper U16 Toppning och matchning kan förekomma på cup för att vinna</p>	3 cuper varav en kan ha längre bilresa än 3-4 timmar	Träningströjor Matchtröjor	Obligatorisk fysträning med tyngdpunkt på koordination, rörlighet, snabbhet uthållighet och styrka med både den egna kroppen och vikter som belastning

Mall: Säsongspanering

Målsättning för säsongen

Is	Fys
<i>Beskriv målsättningen med isträningen.</i>	<i>Beskriv målsättningen med fysträningen.</i>

Rollfördelning mellan ledare

Huvudtränare:

Assisterande tränare:

Fystränare:

Rollfördelning i laget

Lagledare:

Materialare:

Representant till ungdomskommittén:

Ekonomiansvarig:

Bemanningsansvarig:

Eventuellt seriespel

Beskriv typ av seriespel samt tankar kring hur seriespelet skall genomföras.

Eventuella cuper

Beskriv de cuper laget planerar att delta i samt tankar kring hur cupdeltagandet ska genomföras.

Utvecklingssamtal

Genomförs vecka:

Beskriv tankar kring hur utvecklingssamtalen skall genomföras samt vilka fokusområden som kommer beröras under samtalen.

Föräldramöten

Beskriv när ni planerar att hålla föräldramöten samt ev. inriktningar på mötena (t.ex. speciella möten inför cuper eller liknande).

Kommunikationsvägar med spelare och föräldrar

Beskriv hur kommunikation med spelare och föräldrar kommer att ske (förutom kallelser till träning via laget.se), t.ex. hur kommuniceras plötsliga schemaändringar?