



Röda tråden

IFK Hallsberg

Innehåll

Inledning.....	3
Klubbens idé	4
Övergripande mål.....	5
Verksamhet	5
Barnishockey (till och med 12 år).....	5
Några ledord för barnishockey.....	6
Ledare barnhockey.....	6
Hockeyskolan/Skridskoskola(Tre Kronors Hockeyskola).....	7
U9	8
U10	9
U12:2	10
U12:1	11
Ungdomshockey (13-16 år).....	12
Några ledord för ungdomshockey	12
Ledare ungdomshockey	12
U14:2	13
U14:1	14
16:2.....	15
U16:1.....	16
Principer för barn och ungdomshockeym (Hockeyskolan-U16).....	17
Viktiga undantag.....	17
Flytt av spelare	17
Lån av spelare	18
Att tänka på vid flytt av spelare	18
Nybörjare.....	18
Träning.....	18
Omklädningsrum	19
Toppning (aktiv coachning)	19
Ledare i IFK Hallsberg Hockey	21
Spelare i IFK Hallsberg Hockey	21
Förälder/anhörig till spelare i IFK Hallsberg Hockey	21
Utrustning och material	22
Bytarbod	22

Försäkring.....	22
Övrig Policy.....	23
Etik och moral.....	23
Skolan.....	23
Droger och doping.....	23
Andra idrotter.....	23
Resepolicy.....	23

Inledning

Röda tråden är en vägledning för alla ledare och en information till alla andra om hur vi vill att vår barn/ungdomsverksamhet ska bedrivas.

Hallsbergs Hockey är en klubb som skall spela ishockey som lägst i division 2 och med målsättning att från egen ungdomsverksamhet producera spelare till A-laget.

Det gör vi bäst genom att utveckla vår egen verksamhet så långt det är möjligt.

Ledarna är vår viktigaste resurs i arbetet att nå dit. För att lyckas ska vi, ge våra ledare förutsättningar och de rätta verktygen så att de kan utveckla våra spelare.

Detta ställer naturligtvis stora krav på alla. Till Dig som är förälder vill vi gärna säga att Din roll kanske är den viktigaste av alla. Med kunskap om våra mål och en förståelse för vår grundsyn på verksamheten flyter samarbetet smidigare. Det är viktigare att vara stödjande än drivande när det gäller Ditt barns utveckling inom vår sport. Vi vill att denna ungdomspolicy ska vara ett stöd för spelare, ledare och föräldrar. En självklar uppslagsbok som rakt och ärligt beskriver vårt syfte och kraven för att vi ska nå dit.

Varje åldersgrupp har en speciell ram som träningsinriktning, en kursplan, innehållande en mängd olika delmoment. Syftet med detta är att i så stor utsträckning som möjligt bedriva rätt träning i rätt ålder, och därmed skapa en **RÖD TRÅD** att följa, från Hockeyskolan till A-lag.

Vägen kan många gånger vara krokig och innehålla uppförsbackar men det är bara tillsammans vi kan nå framgång i det vi gör!

Ordförande IFK Hallsbergs Hockey

Klubbens idé

- IFK Hallsbergs Hockey ska bedriva idrottslig verksamhet inom ishockey. Omfattningen ska vara barn, ungdomar, juniorer och ett representationslag (A-Lag).
- All verksamhet ska utgå från tydliga och högt ställda mål, engagemang och delaktighet, konkreta handlingsprogram, ordning och reda samt en god ekonomi.
- Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt, psykiskt som socialt. För att ge så många som möjligt tillfälle att delta försöker vi att hålla medlemsavgiften på en jämförelsevis låg nivå. Detta innebär å andra sidan att mycket av vårt arbete med att bedriva hockeyverksamhet och ishall måste ske på ideell basis där vi är beroende av såväl anhörigas frivilliga insatser som välvilliga sponsorer för att klara av det ekonomiska.
- Varje lag är en liten del av föreningen, vilket betyder att ledare, spelare och föräldrar måste arbeta efter de gemensamma riktlinjer styrelsen och årsmötet beslutat om och inte enbart se till det egna laget. Utan en fungerande förening får man heller inga fungerande lag för spelarna att spela hockey i.
- Vi är många som arbetar i verksamheten, alla med olika bakgrund, kunskap och utbildning. Ibland gör vi rätt och ibland blir det fel. Det är fullständigt mänskligt och det är av felet man, utan att klandra någon, lär sig att ständigt förbättra. Det ska vara ett av våra ledord i föreningen.
- Vi ska alltid sträva efter att ha högt i tak för nya tankar och idéer som kan gagna verksamheten.
- Från Hockeyskolan till U16 spelar vi barn och ungdomshockey. Där skall lek, glädje, fostran och bredd vara vägledande. Därefter tar Juniorhockeyn vid med inriktning på prestation och tävling.
- Hallsbergs Hockey skall ha välutbildade ledare med god kompetens som vägleder och skapar förutsättningar till optimal utveckling.
- Träningssinriktningen är Svenska Ishockeyförbundets *"Ishockeyns ABC"* och ska tillsammans med vår *"Röda Tråden"* skapa de förutsättningar som behövs för att fostra egna spelare till A-laget.

Övergripande mål

Målet för IFK Hallsbergs Hockeys hockeyverksamhet för ungdomar är att:

- *Ge våra ishockeyungdomar en meningsfull fritidssysselsättning i en god miljö.*
- *Bedriva en riktig ishockeyundervisning.*
- *Låta deltagarna känna glädjen och tillfredsställelsen att utvecklas som ishockeyspelare.*
- *Skapa ett livslångt intresse för ishockeyn, som spelare, ledare, domare.*
- *Genom kontakt med spelarnas föräldrar skapa engagemang för vår verksamhet.*
- *Lära ut spelets grunder, så att det blir naturligt för våra spelare.*
- *Utveckla hela gruppen så att samtliga spelare känner framgång.*
- *Hjälpa varje spelare till att bilda sig en positiv självuppfattning som individ och ishockeyspelare.*
- *Leda ungdomar till ärlighet, noggrannhet och punktlighet.*

Att vinna är inget primärt mål för en ungdomsledare. Däremot bör man fostra sådana spelare, som klarar både med- och motgångar. Detta kräver dock att Du startar från grunden, så att våra spelare inte bara vinner på mininivå, utan först och främst när de uppnår vuxen ålder.

Verksamhet

Hallsbergs Hockeys verksamhet omfattar barnhockey, ungdomshockey, juniorhockey och seniorhockey.

Barnhockey (till och med 12 år)

Barnhockey avses i allmänhet till och med tolv års ålder. I barnhockeyn är leken det viktigaste och barnets allsidiga idrottsutveckling skall vara normgivande för verksamheten. Tävlning är en del av eken och skall alltid ske på barnets villkor.

Nedanstående lag representerar barnhockey.

- **Ishockeyskola/Skridskoskola (Tre Kronors Hockeyskola)**
- **U9**
- **U10**
- **U12:2 (U11)**
- **U12:1 (U12)**

Några ledord för barnishockey

- Här ska grunden läggas för ett framtida idrottsintresse. God kamratskap betonas.
- Inläring genom lek och rörelse ska skapa rörelseglädje och nyfikenhet att lära mer.
- Syftet är att se till att alla barn får lyckas, med början med det enkla för att gå mot det svåra.
- Grunden ska vara teknikträning, framförallt skridskoteknik men även koordination – se ABC-pärmen åldrarna 7-12 år.
- Många barn ska vara i rörelse samtidigt – i bra övningar är många delaktiga.
- Alla som deltar i träning ska delta i matcher om det spelas några.
- Alla spelar lika mycket och platserna i laget alterneras.
- Fostran i ordning och reda påbörjas

Ledare barnhockey

Alla ledare ska genomgå rätt utbildning för sin uppgift i laget och därmed följa den utbildningsstege som Svenska Ishockeyförbundet tagit fram.

Istränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1

Materialare: Grundkurs + Materialutbildning

Lagledare: Grundkurs + Lagledarutbildning

Det är också att föredra om man har en tränare som genomgått Grundkursen och Målvakt 1.

Som istränare deltar man aktivt i Örebro Läns Ishockeyförbunds verksamhet för aktuell ålderskull.

Samtliga ledare ska jobba aktivt med ABC-pärmen samt tillsammans med föreningens utbildningsansvarige och SISU Idrottsutbildarna söka nya utbildningsvägar. Som ledare är man självklart med på de ledarträffar som föreningen anordnar.

Hockeyskolan/Skridskoskola(Tre Kronors Hockeyskola)

Huvudmål:	Rekrytera spelare, tränare och ledare till föreningen Börja utbildningen av Ishockeyns grunder Utbilda tränare, ledare och föräldrar
Säsongslängd:	Se isträning
Isträning:	Från mitten av oktober till att isen tas bort 1 pass/vecka
Matcher:	Hockeyskolan har någon träningsmatch mot närliggande klubb.
Övrig träning:	Uppmuntra spelarna att åka skridskor på allmänhetens åkning
Tränare:	Ansvarig tränare: Tre Kronors Hockeyskola Assisterande tränare: Tre Kronors Hockeyskola
Övrigt:	Prova skridskoåkning Lekfull träning i grupp bedrivs och "matcherna" spelas internt och enligt svenska hockeyförbundets rekommendationer. Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm", Tre Kronors Hockeyskola, när det gäller träning och teori. Alla spelar lika, spela på tvären i smålag Låta spelarna prova alla platser i laget Inget närvarokrav ställs Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. <u>Arrangera bytardag !!!</u>

U9

Huvudmål:	Rekrytera spelare till föreningen. Utbilda och behålla spelare för att övergången mellan årskullarna ska vara så smidig som möjligt. Huvudinriktning på skridskoåkning, puckföring och passningar.
Säsongslängd:	Se isträning.
Isträning:	Från det att is finns till dess att isen tas bort. 1 pass/vecka.
Matcher:	Träningsmatcher mot närliggande klubbar. "Toppning får ej förekomma". Alla spelar lika.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Uppmuntra spelarna att åka skridskor på allmänhetens åkning.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs Assisterande tränare: Grundkurs
Övrigt:	Lekfull träning i grupp bedrivs och matcherna spelas enligt svenska hockeyförbundets rekommendationer. Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Alla spelar lika, spela på tvären i smålag. Låta spelarna prova alla platser i laget. Inget närvarokrav ställs. Dock ska längre tids frånvaro meddelas Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Uppmuntra spelarna att träna andra sporter Börja personlig träning av: Hygien, kamratskap och uppträdande på och utanför isen. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att till ungdomsgruppen lämna fortlöpande information angående laget. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong.

U10

Huvudmål:	Rekrytera spelare till föreningen. Utbilda och behålla spelare för att övergången mellan årskullarna ska vara så smidig som möjligt. Bygger vidare på skridskoåkning, puckföring, passningar, dribblingar och skott.
Säsongslängd:	Se isträning.
Isträning:	Från det att is finns tills dess att isen tas bort. 1-2 pass/vecka.
Matcher:	Deltar i poolspel i Örebro Län och träningsmatcher mot närliggande klubbar. "Toppning får ej förekomma" . Alla spelar lika i matcher oavsett om det är lokalt eller i deltagande cuper. Eventuellt en cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Uppmuntra spelarna att åka skridskor på allmänhetens åkning.
Teori:	Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Åstadkomma platsrotation i matcherna. Uppmuntra spelarna att träna flera sporter. Obligatorisk frånvaroanmälan. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

U12:2

Huvudmål:	Utbilda och behålla spelare för att övergången mellan årskullarna ska vara så smidig som möjligt.
Säsongslängd:	Mitten av augusti till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av augusti till slutet av september. 1 pass per vecka med inriktning på lek.
Isträning:	Från det att is finns tills dess att isen tas bort. 1-2 pass/vecka.
Matcher:	Spela i U12 div 2 serien i Örebro Län med ett alt. två lag. Träningsmatcher mot närliggande klubbar. Alla spelar lika. "Toppning får ej förekomma" gäller både serie och cuper. En cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Uppmuntra spelarna att åka skridskor på allmänhetens åkning.
Teori:	Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Åstadkomma platsrotation i matcherna. Uppmuntra spelarna att träna flera sporter. Obligatorisk frånvaroanmälan. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

U12:1

Huvudmål:	Utbilda och behålla spelare för att övergången mellan årskullarna ska vara så smidig som möjligt.
Säsongslängd:	Mitten av augusti till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av augusti till slutet av september. 1 pass per vecka med inriktning på lek.
Isträning:	Från det att is finns till dess att isen tas bort. 1-2 pass/vecka.
Matcher:	Spela i U12 div 1 serien i Örebro Län med ett alt. två lag. Träningsmatcher mot närliggande klubbar. Alla spelar lika. "Toppning får ej förekomma" gäller både serie och cuper. Cup om lagets ekonomi tillåter. Arrangera en CUP under säsongen.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Uppmuntra spelarna att åka skridskor på allmänhetens åkning.
Teori:	Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Åstadkomma platsrotation i matcherna. Uppmuntra spelarna att träna flera sporter. Obligatorisk frånvaroanmälan. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att ha kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

Ungdomshockey (13-16 år)

Ungdomshockey är för tonåringar till och med 16 år. I ungdomshockeyn blir träning och tävling mer prestationsinriktad och goda resultat mer vägledande. Fortfarande ska den dock vara breddorienterad där trivsel och välbefinnande ska få ett mycket stort utrymme.

- **U14:2 (U13)**
- **U14:1 (U14)**
- **U16:2 (U15)**
- **U16:1 (U16)**

Några ledord för ungdomshockey

- Här tränas mycket nivåindelad, olika situationer kan kräva olika indelningar.
- Träningsfokus ska ligga på TEKNIK samt att spelförståelse och koordination förs in i träningen.
- Övningar skapas så att många deltar samt att noggrannhet i genomförandet betonas.
- Endast i U16:1 ska seriematcher ha syftet att viss toppning för seger får ske då denna serie är SM-kvalificerande. Från och med U14:2 får viss toppning ske i samband med cupspel.
- Det är bra med många kombinationsträningar exempelvis is/fys, is/teori etc.

Ledare ungdomshockey

Alla ledare ska genomgå rätt utbildning för sin uppgift i laget och därmed följa den utbildningsstege som Svenska Ishockeyförbundet tagit fram.

Istränare U14:1 & 2: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 + Träningslära A

Istränare U16:1 & 2: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 & 2 + Träningslära A

Materialare: Grundkurs + Materialareutbildning

Lagledare: Grundkurs + Lagledarutbildning

Som istränare deltar man aktivt i Örebro Läns Ishockeyförbunds verksamhet för aktuell ålderskull.

Det är också att föredra om man har en tränare som genomgått Grundkursen och Målvakt 1.

Samtliga ledare ska jobba aktivt med ABC-pärmen, Respekt och Attityd samt tillsammans med föreningens utbildningsansvarige och SISU Idrottsutbildarna söka nya utbildningsvägar. Som ledare är man självklart med på de ledarträffar som föreningen anordnar.

U14:2

Huvudmål:	Utbilda och behålla spelare för att övergången mellan årskullarna ska vara så smidig som möjligt.
Säsongslängd:	Mitten av augusti till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av augusti till slutet av september. 1 pass per vecka
Isträning:	Från det att is finns tills dess att isen tas bort. 2 pass/vecka.
Matcher:	Spela i lokala U14 Div2 serien med ett till två lag och träningsmatcher mot närliggande klubbar. Delta i distriktets läns cup med 1 alternativt 2 lag. Alla spelar lika. ”Toppling”, se separat avsnitt. Cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Fysträning bedrivs under säsongen
Teori:	Föreningens Alkohol och drog policy skall gås igenom. Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 + Träningslära A Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 + Träningslära A
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets ”ABC-pärm” när det gäller träning och teori. Varje spelare spelar minst en match per vecka. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Åstadkomma platsrotation i matcherna. Obligatorisk frånvaroanmälan. Uppmuntra spelarna att träna flera sporter. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

U14:1

Huvudmål:	Fortsätta utbilda och behålla spelarna för att övergången till U 16 skall bli så lättsam som möjligt.
Säsongslängd:	Mitten av augusti till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av augusti till slutet av september. 2 pass per vecka
Isträning:	Från det att is finns till dess att isen tas bort. 2 pass/vecka.
Matcher:	Spela i lokala U14 Div1 serien med ett alt två jämna lag. Träningsmatcher mot närliggande klubbar. ”Toppning”, se separat avsnitt. Cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med annan grupp. Fysträning bedrivs under säsongen
Teori:	Föreningens Alkohol och drog policy skall gås igenom. Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 + Träningslära A Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 + Träningslära A
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets ”ABC-pärm” när det gäller träning och teori. Varje spelare spelar minst en match per vecka. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Obligatorisk frånvaroanmälan. Individuella utvecklingssamtal med samtliga spelare med förälder. Uppmuntra spelarna att träna flera sporter. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

16:2

Huvudmål:	Fortsätta utbilda och behålla spelarna för att övergången till juniorhockey skall bli så lätt som möjligt. Kvalificera så många spelare som möjligt till det regionala länslägret för U16.
Säsongslängd:	Mitten av maj till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av augusti till slutet av september. 2 pass per vecka.
Isträning:	Från det att is finns till dess att isen tas bort. 2-3 pass/vecka.
Matcher:	Spela i lokala U16 Div2 serien. Träningsmatcher mot närliggande klubbar. Spela DM med bästa laget oavsett ålder. "Toppling", se separat avsnitt. Delta i distriktets läns cup. Cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	1 pass per vecka tillsammans med U16 Div1. Fysträning under hela säsongen.
Teori:	Föreningens Alkohol och drog policy skall gås igenom. Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 och 2 + Träninglära A Assisterande tränare: Grundkurs + Barn och Ungdom 1 och 2 + Träninglära A
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Varje spelare spelar minst en match per vecka. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Obligatorisk frånvaroanmälan. Individuell utbildningsplan på samtliga spelare. Individuella samtal med samtliga spelarna minst 2 gånger. Andra idrotter går före ishockeyn under försäsongen. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

U16:1

Huvudmål:	Att vinna serien. Fortsätta utbilda spelarna för att kunna ta en plats i föreningens J18 lag.
Säsongslängd:	Mitten av maj till mitten av mars.
Barmarksträning:	Mitten av maj till ispremiären. Minst 3 pass per vecka organiserade av klubben. Individuell träning under semester.
Isträning:	Från det att is finns till dess att isen tas bort. 2-3 pass/vecka.
Matcher:	Spela i lokala U16 Div1 serien. Träningsmatcher mot närliggande klubbar och spela DM med bästa laget oavsett ålder "Toppning", se separat avsnitt. Delta i distriktets läns cup. Cup om lagets ekonomi tillåter.
Övrig träning:	Fysträning under hela is säsongen. Ledarledd fys under veckan.
Teori:	Spelsystem, Kost, Fysiologi, Mental träning Föreningens Alkohol och drog policy skall gås igenom. Åldersanpassat SISU material och enligt klubbens egna utbildningsplan.
Tränare:	Ansvarig tränare: BU 2/JS 1 Assisterande tränare: BU 2/Träningslära B
Övrigt:	Följ svenska hockeyförbundets "ABC-pärm" när det gäller träning och teori. Varje spelare spelar minst en match per vecka. Uppmuntra spelarna att prova alla platser i laget. Obligatorisk frånvaroanmälan. Individuell utbildningsplan på samtliga spelare. Individuella samtal med samtliga spelarna minst 2 gånger. Andra idrotter går före ishockeyn under försäsongen. Viktigt med sociala aktiviteter vid sidan om ishockeyn. Ledarna skall även hålla sig informerade om föreningens verksamhet i övrigt. Föreningen har också ett ansvar att bibehålla kontinuerlig kontakt med ledarna under säsongen. I god tid innan säsongen är slut bör också kontakt tas med ansvariga ledare gällande fortsatt engagemang för klubben. Ansvarig tränare/lagledare är skyldig att i god tid till årsmöte lämna en verksamhetsberättelse för säsongen och en säsongsplanering för kommande säsong

Principer för barn och ungdomshockeym (Hockeyskolan-U16)

- Hallsbergs Hockey försöker behålla ungdomarna så länge som möjligt oavsett hur de utvecklas som ishockeyspelare.
- Vi har som grundprincip att **följa åldersgrupperna**. Dvs. spelaren tillhör laget i sin egen årskull. Detta för att vi anser att ett lag mår bäst av en blandning av olika utvecklade spelare. *Ett bra lag utvecklar också de bästa spelarna.* Deltagande i annat ålderslag kan dock ske, om spelare av tränare och ungdomsgrupp anses utvecklas snabbare i en annan åldersgrupp, eller om en spelare kan tillföra en annan åldersgrupp spelmässiga kvaliteter. Deltagande i annat ålderslag ska alltid ske efter samråd med berörda parter.
- Spelare ska i första hand **tillhöra ett lag**. För att öka möjligheterna till isträning kan tränare i respektive åldersgrupp ge spelare möjlighet att träna ytterligare med annat ålderslag. Antalet spelare som ges denna möjlighet kan variera. Huvudregeln är att de som flyttas mellan olika nivåer har möjlighet att tillgodogöra sig övningarna. Tränare och berörda parter ska alltid diskutera saken tillsammans så att rätt beslut fattas. Huvudregeln att "tillhöra ett lag" gäller också vid matcher.

Viktiga undantag

En "ordinarie" spelartrupp består av 25 spelare. Ofta ser verkligheten annorlunda ut, dvs det är fler eller färre aktiva spelare i ett ålderslag. Detta innebär att sammanslagning av åldersgrupper kan ske. Beslut om detta tas i samverkan med ungdomsgruppen. Detta kan också medföra ett behov av att skapa fler matchtillfällen. För att skapa denna möjlighet, kan spelare listas för spel i lägre serier. Sådant beslut skall ske i samverkan mellan tränarna i berörda lag, aktuella spelare och deras föräldrar. Dispensansökan sker genom tränare för det lag i vilket spelaren har sin grundtillhörighet.

Flytt av spelare

För de spelare som markant avviker från sin egen ålder vad gäller mognad och kunnande kan flytt både uppåt och nedåt i åldersgrupperna bli aktuell.

Eventuell flyttning av spelare mellan lag skall ske i samråd med spelare, föräldrar, ansvariga tränare och ungdomsgruppen motsvarande.

Ungdomsgruppen fattar beslutet.

Ex: När en spelare besitter mognad och kvalitéer väl utöver det normala för sin åldersgrupp kan oppflyttning till äldre lag bli aktuellt.

Ex: För att återvinna en spelare som ex. varit borta en tid, p.g.a. skada kan nedflyttning bli aktuellt (nedflyttning bör dock användas mycket restriktivt)

Det är alltså spelarens mognad, förmåga och möjlighet att utvecklas/stimuleras som avgör flyttning och initieras i första hand av lagets tränare, inte av föräldrar.

Det kan även finnas praktiska och/eller sociala skäl till bedömningen.

En spelare betalar avgift i den träningsgrupp man tillhör.

OBS: Samtliga inblandade måste dock vara medvetna om att bara för att en spelare en gång flyttats mellan olika åldersgrupper innebär inte detta att han/hon automatiskt alltid blir kvar där, utan detta omprövas löpande.

Lån av spelare

Det **SKALL** förekomma lån av spelare mellan olika åldersklasser, framförallt vid träning, men även vid match. Syftet skall alltid vara individens bästa och ska främja olika spelares utbildningsbehov.

Detta är **INTE** ett medel för att toppa laget i syfte att vinna matcher. Här ska lån ske i bägge riktningar, dvs både upp och ned i åldrarna. Att prova på att träna eller spela med yngre är **INTE** negativ särbehandling!

Det kan ge en spelare en kick att t.ex. få tillhöra de snabbaste eller starkaste i laget och få lyckas!

Lån av spelare måste tidigt och tydligt kommuniceras av huvudtränaren i det lag som är i behov av lån av spelare. Huvudtränaren i det lag som behöver låna spelare kan med andra ord inte ringa in enbart till match. Det är huvudtränaren i det lag där spelare ska lånas ifrån som ska tillfrågas.

Beslut om lån tas alltid i samråd med respektive huvudtränaretränare, spelare och förälder.

Innan spelare lånas till match måste detta meddelas i tid till det lags huvudtränare det berör för att man på bästa sätt skall kunna avgöra vilka/vilken spelare som är mogen att spela och träna med de äldre. Innan match ska spelaren som är tänkt att vara med i annat lag träna med detta lag för att på så sätt komma in i gruppen innan match. Detta för att spelaren skall känna sig trygg och vara väl förberedd.

Att tänka på vid flytt av spelare

Det finns en risk att s.k. talanger erbjuds att både träna och spela med både ett och flera år äldre spelare, samtidigt som de tränar och spelar för fullt med sitt ordinarie lag. Det kan i vissa fall innebära flera träningspass samma dag och flera matcher i veckan med olika lag.

Risken är stor att:

- Berörda spelare bränner ut sig och tappar sugen
- Berörda spelare drabbas av skador pga. för lite vila.
- Andra spelare i de berörda lagen tappar speltid till fördel för de s.k. talangerna. De erbjuds därmed inte den utbildning de har rätt till och det kan i värsta fall innebära att vi tappar spelare.
De s.k. talangerna "äter övriga spelare ur boet" – Gökungeeffekten

Ledarna har ansvar för att detta inte händer.

- Frestelsen att låna duktiga spelare i syfte att förbättra laget får inte bli så stor att man sliter ut vissa spelare samtidigt som andra får alldeles för lite istid.

Nybörjare

Spelare som tillkommer och som inte tränat ishockey tidigare skall starta i Hockeyskolan. Tränarna i Hockeyskolan bedömer tillsammans med tränare i aktuell åldersgrupp när spelaren uppnått en nivå som motsvarar den åldersgruppen. Aktuell spelare och dennes föräldrar ska medverka i arbetet. Först då sker uppflyttning till aktuell åldersgrupp.

Träning

Spelarna skall finnas på plats i god tid före träning så att uppvärmning, ombyte och genomgång av träningen kan klaras av utan onödig stress. Undantag görs för träningar som startar innan 17.00, där alla skall vara på plats så fort som möjligt.

Efter träningen gäller viss typ av nedvarvning och från U12 och uppåt även obligatorisk dusch.

Vid frånvaro från träning skall lagledare eller tränare meddelas, vilket skall vara rutin från och med U12.

Från och med U12, skall inga föräldrar befinna sig i spelarbåset under träning, utan hänvisas till läktaren eller till kafeterian. Grovstädning av båset skall ske efter varje träning. Ansvariga är materialförvaltarna.

Under träning ställer vi höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och att de uppför sig mot varandra och mot ledarna på ett för alla godtagbart sätt.

Omklädningsrum

Enbart en förälder/spelare (gäller Hockeyskolan och U10-11) bör hjälpa till med snörning och liknade, därefter skall det vara föräldratomt i omklädningsrummet. Allt för att ge spelarna och lagledningen bästa möjliga förutsättningar till förberedelser utan störningsmoment. Från och med U9 ska en viss skolning i omklädningsrummet inledas som syftar till att spelarna så småningom klarar sig utan föräldrar och vet vad ordning och reda innebär. Varje spelare håller ordning på sin utrustning och sina ombyteskläder.

Förbrukad tejp, isoleringsband m.m. skall kastas i avsedda kärl och omklädningsrummet grovstädas efter avslutad träning.

Toppning (aktiv coachning)

Toppning är en del av spelet på högre nivå, och ingår som någon form av utbildning även i ungdomshockeyn, men skall inte nyttjas i tidig ålder utan stegras något med stigande ålder, och får absolut inte missbrukas.

Toppning till två femmor

- Förbud till och med U12.
- Max sista 5-6 minuterna för U14:2 och U14:1
- Max 8-10 minuter för U16:2 och U16:1. Kan användas när som helst under matchen.
- Beror på matchens status (se nedan).
- Endast när laget ligger under och chansen finns att komma ikapp.
- Om standarden på några spelare är ungefär lika, kan man variera till nästa match.

Spel vid numerärt underläge

- Beror på matchens status (se nedan).
- Beror på läget i matchen.
- Om matchen är avgjord, spela med de som tidigare stått över.
- Om standarden på några spelare är ungefär lika, kan man variera.

Spel vid numerärt överläge

- Spel vid numerärt överläge är ett helt annat sätt att spela hockey, och är ett led i utbildningen, men kräver en hel del tekniskt kunnande hos spelarna, som alla inte har uppnått. Av den anledningen kan man utse en eller två speciella "power-playfemmor" vid lägst U14. Det är viktigt att man först måste träna på detta spel vid ett flertal träningar innan man låter dessa femmor spela i match. Om man endast tar ut de bästa spelarna för att spela power-play, utan att ha tränat på spelet power-play, är detta att betrakta som en vanlig toppning utan betydelse ur utbildningssyfte.

- Dessa femmor bör användas sporadiskt t ex högst en gång per period. Vid många utvisningar skulle annars vissa spelare få spela alltför lite.
- Om standarden på vissa spelare är ungefär lika kan man variera.
- Beror på matchens status (se nedan).

Matcher med status för toppning

- Matcher i en cup med status, dvs en cup med deltagande lag även utanför distriktet. Cupen kan äga rum såväl hemma som borta. Toppning får förekomma om matchen är av semifinal- eller finalkaraktär, samt att ledarna i förväg har kommit överens om denna cup inte är att betrakta som träningsmatcher, utan som cup och laget har som målsättning att vinna.
- Slutspelsmatcher.
- Seriematcher som har betydelse för om laget går till slutspel eller inte.

Toppning av målvakter

I U9-U10 resp U12:2 låter vi alla som vill stå i mål prova på träning, och med ett visst urval även på matcher. Från U12 gör vi ett urval på max fyra spelare vilka man tror verkligen vill bli målvakter. Vi måste sträva efter att matcha målvakterna i respektive lag, på ett sådant sätt att de fortsätter att vilja stå i mål. Detta innebär att de får stå ungefär lika många matcher, men att matcherna kan väljas så att det passar på ett naturligt sätt.

Ledare i IFK Hallsberg Hockey

Ansvarar för:

- *Att Ungdomspolicyn följs*
- *Att beslut av ungdomsgrupp och styrelse följs*
- *Att information från ungdomsgrupp och styrelse förs vidare ut i verksamheten*
- *Att idéer och synpunkter diskuteras mellan ledare, ungdomsgrupp och styrelse*
- *Att ledare löser ev. konflikter och synpunkter med ungdomsgrupp i rätt forum*

Vidare skall ledare verka för en positiv atmosfär mellan ledare, spelare och föräldrar.

Ledarbesättning (minimum):

- Huvudtränare
- Assisterande tränare
- Lagledare
- Materialförvaltare
- Föräldrarepresentat

OBS!

Det är föreningen som utser tränare och ledare. Dessa tränare tar ut lag och coachar laget efter bästa förmåga och efter föreningens riktlinjer. Frågor, eventuell kritik och/eller krav på förändringar, förbättringar, laguttagningar, spelsystem eller något annat som rör själva ishockeyn tas upp med ungdomsansvarig.

Spelare i IFK Hallsberg Hockey

Som spelare är du en grund för vår verksamhet.

Därför är vi tacksamma om du:

- *Deltar regelbundet i lagets aktiviteter*
- *Ser till att din utrustning är i ordning för träning och match*
- *Rättar dig efter din ledares anvisningar på träning och match*
- *Vid förhinder till någon form av samling, snarast kontakta din ledare*
- *Uppträder hövligt gentemot motståndare, domare och andra i anslutning till match*
- *Uppträder gentemot lagkramrater som du själv vill bli behandlad*

Förälder/anhörig till spelare i IFK Hallsberg Hockey

Som förälder/anhörig har du en viktig och värdefull funktion i vår verksamhet.

Därför är vi tacksamma om du:

- *Skapar en trygg och harmonisk stämning genom att samarbeta med andra föräldrar, lagets ledare samt andra grupper inom Hallsbergs Hockey. Splittring mellan ledare och föräldrar går alltid ut över barnen/ungdomarna.*
- *I samband med träningar och matcher inom vår verksamhet, hemma såväl som borta, uppträder på ett för klubben hedervärdt och sportmannamässigt sätt.*

- *Lämnar dina* eventuella åsikter om hur verksamheten bedrivs till de ansvariga inom föreningen, dvs. ordförande, sportansvarig eller utbildningsansvarig.
- *Undviker att* kritisera lagledningen negativt i direkt anslutning till match eller träning. Spara i så fall kritiken till dagen efter och vänd dig då till tränaren, ordförande eller ungdomsansvarig.
- *Verkar för* att föräldramöten blir ett forum där kreativa idéer och synpunkter diskuteras.
- *Ser till* att ditt barn har godkänd och funktionsduglig utrustning. Tala med våra ledare som gärna hjälper dig med goda råd.
- *Hjälper till* som funktionär vid matcher och cuper
- *Hjälper ditt* barn att sköta sin kosthållning på bästa sätt.
- *Undviker att* sätta negativ press på ditt barn, utan istället uppmuntrar och berömmar för den han/hon är och för det han/hon gör.
- *Stöttar domarna* i deras svåra och viktiga roll som matchledare. Tänk på att ungdomsdomare är under utbildning då de dömer ditt barns matcher.
- *Ställer upp* på vår förenings policy och riktlinjer.

Utrustning och material

- Obligatorisk utrustning för att delta är skridskor, godkänd hjälm med galler, godkänt halsskydd och minst ett par grova handskar.
- Se alltid till att ha riktigt snörda och slipade skridskor. Slipning utförs av utbildad materialansvarig i respektive lag.
- Torka av dina skridskor efter varje träning.
- Ta hem svettiga kläder och handdukar efter varje träning/match.
- Tvätta din utrustning regelbundet för att undvika eksem.
- Klubbor kapas i rätt längd – materialaren i ditt lag kan hjälpa till

Bytarbod

Hockeyskolan är ansvarig för "Bytarboden". Den ska hållas öppen de tider som Hockeyskolan har träning.

Hockeyskolan är tillika ansvarig för att genomföra den årligen återkommande "bytardagen".

Försäkring

I medlems- och träningsavgiften ingår hockeyförbundets försäkring för varje barn och ungdom.

Därför är det viktigt att se till att dessa avgifter är betalda vid början av varje säsong. Inbetalningskort fås i samband med start av säsongen.

Spelare som inte betalt in avgifterna kommer inte att få delta på match/cup.

Övrig Policy

Etik och moral

För att spelarna skall kunna utvecklas på isen, måste de trivas med sin omgivning. Därför lägger vi stor vikt vid att skapa en god klubbssammanhållning, där alla skall känna att de har ett värde och är av betydelse.

Vi bannlyser all form av mobbning och vi måste få veta om det är någon spelare som känner sig utsatt. Den som upptäcker någon tendens åt det hållet kan slå någon av våra ledare en signal. Allt behandlas konfidentiellt.

Vi tycker också att det är viktigt hur spelarna uppträder, inte bara inom vår verksamhet, utan också utanför densamma. Ett hedervärt uppträdande är vårt motto. Här är det viktigt att vi har en öppen och återkommande dialog med spelarna, för att visa vår ståndpunkt.

Skolan

Ishockey på barn och ungdomsnivå är i första hand en fritidssysselsättning, vilket gör att vi ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Alltså, skolarbetet skall skötas föredömligt.

Droger och doping

Inom Hallsbergs Hockeys ungdomsverksamhet ser vi mycket allvarligt på bruket av olika droger, narkotiska preparat och doping. Vi tillåter ingen användning av vare sig snus, tobak, alkohol eller narkotika inom våra ungdomsgrupper. När det gäller doping följer vi RF:s listor över preparat klassade som doping.

Vid användandet av olika kosttillskott ser vi idag ingen positiv verkan av dessa på ungdomar tillhörande ungdomsgruppens verksamhet, utan rekommenderar istället en god och välplanerad kosthållning, om inte läkare föreskriver något annat.

Vi kan idag inte förbjuda våra ledare att bruka vare sig snus eller tobak, men ser naturligtvis ett stort värde ur fostranssynpunkt i att inte bruka dessa i närvaro av våra ungdomar.

Andra idrotter

Vi ser positivt på deltagande i andra idrotter och är öppna för enskilda lösningar vid kollisioner vid matcher och träningar.

Vår strävan är att alla som spelar ishockey skall bedriva en alternativ idrott, gärna ända upp i U16. Vår förväntan är dock att spelare som satsar på att ta plats i vårt U16 lag medverkar i de verksamheter som är planerade för laget såsom barmarksträning, off-ice träning och liknande aktiviteter.

Resepolicy

Vår resepolicy finns i ett separat dokument, finns på Hallsbergs Hockeys hemsida eller på kansliet.

Inom IFK Hallsberg Hockey's ungdomsverksamhet skall vi

TALA MED VARANDRA

GLÄDJAS MED VARANDRA

UMGÅS MED VARANDRA

