



# **MÅL & RIKTLINJER**

**FÖR**

**HA74's UNGDOMSVERKSAMHET**



# HA74 en hockeymiljö att växa i!

Vi i HA74 är stolta över vår ungdomsverksamhet och den plattform vi byggt upp under flera år. Våra ungdomsledare ska utbildas för att få rätt kompetens och ha rätt driv för att skapa bästa tänkbara förutsättningar för våra ungdomar. Vi tillsammans ska skapa ett livslångt intresse för ishockeyn i regionen för alla våra medlemmar, sponsorer och publik.

För att utveckla ungdomsverksamheten mot vår vision så är det summan av ALLAS prestationer, både på och utanför isen, som ska förverkliga denna ambition. Vi tror på ständig växelverkan mellan individen och laget. Vår ambition är att våra ungdomar och ledare ska ha en given plats i verksamheten och ska känna **tillhörighet**, vara med och **bidra**, få **bekräftelse** och **utvecklas** i Sävsjö.

- Med **tillhörighet** innebär att alla ska känna sin betydelse i och för verksamheten.
- Att **bidra** innebär att alla, utifrån sin kompetens, aktivt ska vara med att bidra till verksamhetens och individens utveckling.
- Alla i verksamheten ska känna sig uppskattade och **bekräftade** för det som de är med och bidrar med.
- Vi jobbar alltid mot en ständig **utveckling** på individnivå, lagnivå och verksamhetsnivå.

## Följande förväntningar ska ni ha på HA74:

- Att vi erbjuder barn och ungdomsspelare en stimulerande och kreativ miljö där de får möjlighet att utvecklas utefter sina egna förutsättningar för att nå sin fulla potential. Vi ska utveckla varje spelare utifrån ett helhetsperspektiv samt ett livslångt lärande där vi tror att man oavsett ålder eller tidigare erfarenheter kan lära sig mer och utvecklas både som ishockeyspelare och människa.
- Att vi stödjer och följer upp "fair play" där HA74 tar avstånd från all form av mobbning och rasism.
- Att vi avsätter resurser både ekonomiskt och personellt för att bidra till utveckling till både verksamheten och individen.
- Regelbundna träningar där vi följer uppsatt träningsplan för respektive åldersgrupp.
- Vi kommer att delta i cuper enligt uppsatt plan. Dels för att möta annat motstånd och dels för att stärka gruppdynamiken.
- Gratis inträde på A-lagets hemma matcher för alla aktiva.

# Vi ska på sikt se till att barnen blir sin egna bästa tränare som ställer upp för sina kamrater och klubben.

***Målsättningen för våra ungdomsledare i HA74 är att utveckla och stimulera spelarna ishockeymässigt samt att få dem att fungera i grupp. Det är viktigt att ungdomarna lär sig att ta ansvar både för sin egen insats och för att hjälpa och stödja sina lagkamrater.***

Att få delta i en grupp eller i ett lag är väldigt bra social utbildning för framtiden. HA74 har som ansvar att ge ungdomsledarna rätt verktyg och kompetens för att vi tillsammans ska skapa en god hockeymiljö att växa i. Vi startar resan mot vår vision med att utbilda våra ledare så att de i sin tur ska kunna ge våra ungdomar känslan av att de verkar i en bra hockeymiljö.

## ***Följande förväntningar har HA74 på sina ledare:***

- De ska vara förbilder som ledare och människor för våra ungdomar både på och utanför isen.
- De ska vara utbildade enligt Svenska ishockeyförbundets stege.
- De ska alltid verka som ambassadörer för HA74.

## ***Följande saker ska ledare även beakta:***

- Väl förberedda och dokumenterade träningar, där det är viktigt att alla ledare på isen vet vad syftet är med varje övning och agera som instruktör.
- Skapa en bra föräldrakontakt.
- Skapa bra relationer med domare och motståndare.
- Se och höra alla, upptäcka signaler.
- Vara lojal mot föreningen.
- Motarbeta all form av mobbning och rasism.
- Våra ledare är ansvariga för barnen före, under och efter match.

# Som spelare i HA74 har du både rättigheter och skyldigheter.

*Du ska givetvis få de bästa av möjligheter att fostras till en bra hockey-spelare och en bra kompis via kompetenta och utbildade ledare som kommer att vägleda dig. Vi vill att du ska lära dig att leda dig själv och andra, detta kommer du att ha stor nytta av resten av livet.*

## **Du har också skyldigheter där du ska följa HA74:s riktlinjer:**

- Agera respektfullt mot andra människor och tar helt avstånd från mobbning och rasism.
- Disciplin gällande att alltid passa tider, lyssna på ledarna och agera på signal.
- Använda ett vårdat språk.
- Skapar goda vanor, träning, vila, kost och skola.
- Regler och krav gäller alla.
- Är väl förberedd inför alla träningar och alla matcher.
- Visar ett stort HA74-hjärta.
- Sköter om din och föreningens utrustning.
- Respektera dina ledare, medspelare, motståndare, domare och funktionärer.
- Medverka aktivt för att skapa en bra lagkänsla i gruppen.

- Endast lagkaptenen och ledare sköter dialogen med domare.
- Tar ansvar för att både påverka ditt idrottande och ditt skolarbete.
- Att vara en god kamrat och lag-spelare.
- Att lära sig samarbeta i grupp.

Vi i HA74 vill att samtliga våra lag och individer (föräldrar) ska vara ambassadörer för föreningen där alla spelare ska känna sig stolta att representera HA74.



# Som förälder är du en viktig del av ditt barns idrottande och utbildning.

***Vi har en vision om att ha låga träningsavgifter de första åren som spelare i HA74. Detta för att så många ungdomar som möjligt ska få chansen att spela ishockey.***

För att kunna hålla ner avgifterna innebär det att du som förälder måste jobba ideellt och bidra till HA74.

Det ideella arbetet är obligatoriskt och ingen kan köpa sig fri.

Genom att betala in årsavgifterna såsom medlemsavgift, träningsavgift, sälja det av föreningen beslutat t ex Newbody, förbinder ni er som familj att följa HA74:s riktlinjer och bestämmelser.

Om man inte följer föreningens bestämmelser med årsavgifter, ideellt arbete, mm. har HA74 som förening rätten att stänga av ungdomen från träning, match och cupspel.

Kom ihåg att ni som föräldrar alltid representerar HA74 när era barn spelar hockey. Detta innebär att föräldrar är insatta i och följer våra riktlinjer.

## **Vi har följande arbetsuppgifter för föräldrar/ungdomar.**

Arbete i samband med U-lagens matcher:

- Kiosk i ishallen.
- Alla förekommande arbetsuppgifter vid ungdomscuper.
- Sekretariat.

- Hjälpa till vid övriga evenemang i ishallen.

Arbete i samband med A-lagens hemmamatcher:

- Kiosk i ishallen (f.o.m. D-pojk).

## **Vi förväntar oss att ni föräldrar:**

- Har en stöttande och positiv attityd mot spelare och ledare.
- Aldrig skriker på domare eller motståndare under match.
- Respekterar att det är ledare som håller i träning och match.
- Om ni vill ventilera något annat som ej har anknytning till träning och match kan ni kontakta huvudtränare eller ungdomsansvarig.
- Ansvarar för att spelaren sköter helheten med idrott, skola, vila och kost.
- Söker upp information via aktuella informationskanaler.
- Medverkar i åtagande som är kopplade till respektive årskull.

Du som förälder är viktig för ditt barn och HA74. Vi vill att du utvecklas tillsammans med ditt barn, umgås och skapar nätverk med alla föräldrar och ledare inom HA74.





# Vi planterar frön för framtiden! Därför främjar vi att trädet får växa utan att stå i skuggan!

Den muskulära utvecklingen och skillnaden är som störst när vi är små! Att exempelvis jämföra ett barns fysiska förmåga i en årskull där ett barn är född tidigt på året och det andra barnet sent på året är högst orättvist men oerhört relevant i förhållande till utveckling hos barnen.

Ett barns muskulära utveckling skiljer sig enormt mellan barn om vi ser på exempelvis sex månaders intervaller. Ju äldre vi blir ju mindre blir skillnaden i den muskulära och fysiska förmågan i relation till ålder.

Det är därför oerhört viktigt att vara medveten om denna skillnad mellan barnen. Detta för att på bästa möjliga sätt motivera barnens utveckling då dessa alltför ofta jämför sig med spelare i samma årskullar.

Att motivera den enskildes utveckling är därför av högsta vikt för att låta barnen växa med sin idrott och inte skuggas av de mer muskulärt utvecklade barnen på grund av deras åldersskillnad i unga åldrar.

Vi ser barnen som frön vi sätter i jorden för att växa sig till starka och mogna träd. Men om trädet vi vårdar står i skuggan av ett större träd lär detta trädet inte växa i den takt som den har kapacitet till.

Resultatet av att inte vara medveten om detta som ledare eller ungdom leder till långt och djupgående psykologiska effekter på barnets självförtroende.

Ett barn som ständigt är efter det barnet som är muskulärt överlägsen kommer med tiden skapa ett dåligt självförtroende. Detta kommer även ligga till last för barnets framtid och självförtroende som vuxen individ.

# HA74's ungdomsverksamhet

***HA74's ungdomsverksamhet är grunden för hela föreningens fortlevnad och tillväxt. Att genom ungdomsverksamheten fostra och utbilda ungdomar till att ta plats i HA74's junior och A-lags trupp.***

HA74 bedriver en breddinriktad verksamhet där ett utav målen är att fostra egna spelare till vårt representationslag. HA74 bedriver en breddverksamhet där alla får möjligheten att vara med och utvecklas i sin takt.

Alla ungdomar utvecklas i olika takt och därför försöker vi att nivåanpassa från tidiga åldrar för att alla ska känna att de klarar av träningen.

Att vara med och kunna bidra och klara av de olika momenten innebär att man stärker sin självkänsla och sedermera utvecklas och stimuleras på den nivå som de befinner sig.

HA74 förespråkar att man är aktiv i flera olika idrotter och inte specialiserar sig på enbart ishockey i för tidig ålder. Allsidigträning och spontanidrott i alla dess former är viktiga ingredienser för att utveckla motorik, koordination, spel-förståelsen samt sin sociala utveckling.

Från B-pojkar och uppåt vill vi att man medverkar på vissa försäsongspass, därmed inte sagt att man måste välja enbart ishockey under sommarhalvåret.

Vid eventuella krockar mellan idrotter under hösten när issäsongen startar, tycker HA74 att "sommaridrotten", t ex fotboll, ska gå före isträning. Givetvis är det upp till individen att välja vad han/hon vill medverka på.

Vi ämnar ha en bra dialog med andra idrottsklubbar i bygden där vi tillsammans ska finna lösningar för individens bästa.

# HA74's ungdomsverksamhet

## Talang 1,2,3 och 4.

Talang 1,2,3,4 är en del av HA74's koncept där man erkänner att samtliga ungdomar har talanger fast inom olika områden. Talangsystemet främjar en positiv anda och utveckling där ungdomarna växer individuellt och i lag.

1. Uppförande på och utanför isen.
2. Träningsvillighet och närvaro.
3. Skridskoteknik.
4. Klubbteknik.

## Grundstolpar:

- Se till så att alla känner sig delaktiga.
- Skapa "HA-andan" genom att barnen får lära sig att ta ett eget ansvar för sin individuella utveckling, lagets utveckling och för föreningen.
- Skapa ett fundament för varje enskilt lag som tillsammans skapar en stabil organisation.
- Ansvar gentemot våra sponsorer, föräldrar och ungdomar.
- Målet är att laget ska sköta så mycket som möjligt av administrationen själva utan inverkan av ungdomsansvariga.
- Stolthet över klubbmärket.
- Skapa en förståelse för talang 1,2,3,4 hos ungdomsledare, tränare och ungdomarna.
- Varje lag ska vara en träningsgrupp. Ex C1 och C2 är en träningsgrupp.
- Två tröjfärger på träningarna.
- Övning ger färdighet.



# Målsättning för ungdomsverksamheten i HA74

- Att bereda unga spelare som kan och vill, möjligheten att träna och spela ishockey enligt de regler som finns föreskrivna i HA74.
- Att fostra spelarna/utövarna i en positiv anda med tyngdpunkt på kamratskap, laganda och personlig utveckling.
- Att verka för att spelarna/utövarna ska ha respekt för regler och medmänniskor.
- Att verka för ett sunt leverne i en drogfri miljö.
- Att verka för att spelarna respekterar sina medmänniskor och följer regler på träningar och matcher. Detta även utanför plan för att på bästa sätt föra ett gott anseende utåt för HA74.
- Att skapa ett gott samarbete med spelare och föräldrar.
- Att genom utbildning, internt och externt, av goda ledare och tränare, ha ett modernt träningsinnehåll, ta vara på nya träningsimpulser och ha en väl planerad tränings- och tävlingsverksamhet.
- Att ge alla spelare bästa förutsättningar att utvecklas lagmässigt och individuellt enligt talang 1,2,3,4.
- Att på sikt skapa egna talanger från juniorerna och ungdomarna till vårt A-lag.
- Att som ledare alltid uppträda som ett föredöme i samtliga situationer för att främja ett gott anseende rörande HA74.
- Att skapa positiva och långsiktiga kontakter med kommun, skola, näringslivet och olika förbund.
- Att betona vikten av glädje och gemenskap.
- Att föräldrar och ledare inte ska ställa högre krav på barnen än var de befinner sig i utvecklingen.
- Att barnen ska lära sig självklarheter inom hygien.
- Att utvecklingen av den enskilde individen är det viktigaste, lagets resultat kommer i andra hand.
- Att uppmuntra till goda resultat i skolan.

# Arbetsordning lagledare/istränare:

**Lagledarens uppgift är att sköta de administrativa uppgifterna runt laget så som:**

- Närvaro.
- Kontakt med andra föreningar.
- Hemsida (Lagledare alternativt föräldrar ansvarar för hemsida).
- Individuella samtal med spelare angående lag och träning.
- Kiosklister.
- Körschema.
- Cuper.
- Lotterier.

**Istränaren har ansvaret för lagets sportsliga del så som:**

- Laguttagning.
- Träningar.
- Personliga samtal med spelare angående deras sportsliga utveckling.
- Disciplinär ordning.

Det ska även finnas en skridskoslipare i ledarstaben som inte är tränare eller lagledare.

## Lagen

- Spelaren ska träna klubbteknik på egen hand.
- Omklädningsrummen ska se bättre ut när vi lämnar det, än när vi kom till det. Det gäller borta så som hemma.
- Träningsdosen stegrar med åldern.
- Alla lag ska ha samma spelidé men kraven höjs med åldern.
- HA74 tillhandahåller med målvaktsutrustning i f.o.m. Hockeyskolan med undantag för målvaktsskridskor, målvaktshjälm och halsskydd. Målvaktsutrustningen är inte personlig, utan tillhör laget .
- HA74 tillhandahåller hockeybyxor till utlåning i D och C-pojkar. F.o.m. B-pojkar får spelaren tillhandahålla egna byxor. Övrig utrustning tillhandahåller spelaren själv.
- HA74 tillhandahåller träningströjor och matchtröjor till både utespelare och målvakter i samtliga ungdomslag.



# Riktlinjer Hockeyskolan

- Att ha roligt med ishockeyutövandet.
- Att skapa ett intresse för idrott, framför allt ishockey, bland barnen och deras familjer.
- Alla barn som vill ska få delta. Inbjudan till den aktuella åldersgruppen skickas ut under augusti månad till alla i kommunen.
- Möjligheten att prova på finns under hela säsongen.
- Första kontakten med HA74 måste göras till en positiv upplevelse för utövaren och deras familjer.
- HA74 erbjuder två ispass/vecka.
- Nivåanpassad träning.
- Två träningsgrupper, "Stora" och "Lilla" Hockeyskolan.
- Skridskoteknik, smålagspel och lek är prioriterade inslag på isträningarna.
- Alla spelare har möjlighet att prova på att vara målvakt. HA74 tillhanda håller med utrustning.
- Alla ska ges chansen att prova på alla roller i ett lag.
- Att genom interna ledarutbildningar skapa förutsättningar för instruktörerna att planera ett åldersanpassat träningsinnehåll. Detta i linje och med hänsyn till hur tidigt eller sent på året utövaren är född.
- Att informera föräldrarna om grundläggande elementära ishockeyfakta.
- Checklista över utrustning till varje barns föräldrar.
- Tränare ordnar matcher/poolspel för "Stora" hockeyskolan, mot andra lag i närområdet.
- Vid inskrivning delas information ut om vad som gäller hos oss i HA74.



## Riktlinjer D-pojkarna (U9/U10)

- Att ha roligt med ishockeyutövandet. Fortsatt spela och lära ishockey.
- Första året i lagträning. Med detta menas att alla som deltagit under föregående år ska erbjudas att vara med.
- HA74 erbjuder två-tre ispass/vecka.
- Nivåanpassad träning.
- En träningsgrupp, U9+U10.
- Skridskoteknik, smålagspel och tävlingar är prioriterade inslag på isträningarna.
- Alla spelare har möjlighet att prova på att vara målvakt. HA74 tillhandahåller med utrustning.
- Alla som deltar aktivt i träningar ska ges en chans att spela matcher, såväl hemma som borta.
- Målsättning att alla ska spela lika mycket i matcherna.
- Matcherna ska ses som en länk i träningen och spel erbjuds där det ur utvecklingssynpunkt är mest lämpligt.
- Lära spelarna att vinna och förlora som idrottsmän.
- För U9 ordnar tränare matcher/pool spel mot andra lag i närområdet. Samtliga matcher/poolspel spelas enligt Hemmaplansmodellen.
- U10 medverkar i spel i Högländscupen. Om HA74 spelar med två lag, ska det bildas två så jämna lag som möjligt. Övriga matcher ordnar tränare mot andra lag i närområdet. Samtliga matcher/poolspel spelas enligt Hemmaplansmodellen.
- Minst ett föräldramöte/säsong.
- Upptaktsmöte ska hållas i god tid innan ispremiären.
- Alltid meddela i god tid om man har förhinder att medverka på träning eller match.
- Alla byter om och duschar i omklädningsrum f.o.m. D-pojk.





## Riktlinjer C-pojkar (U11/U12)

- Att ha roligt med ishockey.
- HA74 erbjuder tre ispass/vecka.
- Nivåanpassad träning.
- En träningsgrupp, U11+U12.
- Skridskoteknik, smålagspel och tävlingar är prioriterade inslag på isträningarna.
- Minst ett "off ice"-pass/vecka under issäsong.
- Att ge alla spelare bästa förutsättningar att utvecklas ishockeymässigt, lagmässigt och individuellt.
- Upptaktsmöte ska hållas i god tid innan ispremiären.
- Minst ett föräldrarmöte/säsong.
- Alltid meddela i god tid om man har förhinder att medverka på träning eller match.

### **F.o.m. U11 deltar man i seriespel i C-pojkar Småland. Seriespelet innebär följande:**

- Samtliga matcher/poolspelel spelas enligt Hemmaplansmodellen.
- Alla som deltagit aktivt i träningar ska ges en chans att spela matcher, såväl hemma som borta.
- Kravet på gott uppförande på is och utanför ges större uppmärksamhet.
- Matcher ska ses som en länk i träningen.
- Lära spelarna att uppföra sig som idrottsmän vid vinst och förlust.
- Hög målsättning i turneringar och cuper.
- Ingen matchning av laget får förekomma i denna ålder.
- Målsättning att alltid komma till spel med minst 15 utespelare (tre 5:or) och 1 målvakt.
- Vid de tillfällen laget måste "låna" spelare för att komma med fullt lag till match, är målsättningen att man alltid ska "låna" spelare från den yngre årskullen.  
Det är huvudtränaren i det "lånande" laget som avgör vem/vilka spelare som ska "lånas" från den yngre årskullen. Detta efter dialog med det yngre lagets huvudtränare.

## Riktlinjer B-pojkar (U13/U14)

- Att ha roligt med ishockey.
- HA74 erbjuder tre ispass/vecka.
- Nivåanpassad träning.
- En träningsgrupp, U13+U14.
- Skridskoteknik, smålagsspel och tävlingar är prioriterade inslag på isträningarna.
- Minst ett "off ice"-pass/vecka under issäsong.
- Att ge alla spelare bästa förutsättningar att utvecklas ishockeymässigt, lagmässigt och individuellt.
- Minst ett föräldramöte/säsong.
- Alltid meddela i god tid om man har förhinder att medverka på träning eller match.
- HA74 erbjuder försäsongsträning två gånger/vecka under sommarhalvåret.
- Uptaktsmöte ska hållas i god tid innan ispremiären.

### DM-spel:

- Lagen har möjlighet att delta i DM-spel. Vid DM-spel tillåts matchning av laget i power play, box play, 3:e periodens slutminuter samt i en ev. förlängning om tränaren anser det nödvändigt.

### Seriespelet innebär följande:

- Alla som deltagit aktivt i träningar ska ges en chans att spela matcher, såväl hemma som borta.
- Kravet på gott uppförande på is och utanför ges större uppmärksamhet.
- Matcher ska ses som en länk i träningen.
- Lära spelarna att uppföra sig som idrottsmän vid vinst och förlust.
- Hög målsättning i turneringar och cuper.
- Ingen matchning av laget får förekomma i denna ålder.
- Målsättning att alltid komma till spel med minst 15 utspelare (tre 5:or) och 1 målvakt.
- Vid de tillfällen laget måste "låna" spelare för att komma med fullt lag till match, är målsättningen att man alltid ska "låna" spelare från den yngre årskullen. Det är huvudtränaren i det "lånande" laget som avgör vem/vilka spelare som ska "lånas" från den yngre årskullen. Detta efter dialog med det yngre lagets huvudtränare.



## Riktlinjer A-pojkar (U15/U16)

- Att ha roligt med ishockey.
- HA74 erbjuder 3-4 ispass/vecka.
- En träningsgrupp, U15+U16.
- Skridskoteknik, smålagspel och tävlingar är prioriterade inslag på isträningarna.
- Minst två "off ice"-pass/vecka under issäsong.
- Att ge alla spelare bästa förutsättningar att utvecklas ishockeymässigt, lagmässigt och individuellt.
- Minst två föräldramöte/säsong.
- Upptaktsmöte ska hållas i god tid innan ispremiären.
- Alltid meddela i god tid om man har förhinder att medverka på träning eller match.
- HA74 erbjuder försäsongsträning tre gånger/vecka under sommarhalvåret.

### DM-spel:

- Lagen har möjlighet att delta i DM-spel. Vid DM-spel tillåts matchning av laget enligt följande:

#### U15 (A2)

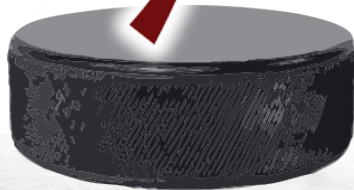
Matchning av laget tillåts i power play, box play, 3:e periodens slutminuter samt i en ev. förlängning om tränaren anser det nödvändigt.

#### U16 (A1)

Fri matchning enligt coachernas bedömning kan förekomma.

### Seriespelet innebär följande:

- Alla som deltagit aktivt i träningar ska ges en chans att spela matcher, såväl hemma som borta.
- Kravet på gott uppförande på is och utanför ges större uppmärksamhet.
- Matcher ska ses som en länk i träningen.
- Lära spelarna att uppföra sig som idrottsmän vid vinst och förlust.
- Hög målsättning i turneringar och cuper.
- Matchning av laget tillåts i power play, box play, 3:e periodens slutminuter samt i en ev. förlängning om tränaren anser det nödvändigt.
- Målsättning att alltid komma till spel med minst 15 utespelare (tre 5:or) och 1 målvakt.
- Vid de tillfällen laget måste "låna" spelare för att komma med fullt lag till match, är målsättningen att man alltid ska "låna" spelare från den yngre årskullen. Det är huvudtränaren i det "lånande" laget som avgör vem/vilka spelare som ska "lånas" från den yngre årskullen. Detta efter dialog med det yngre lagets huvudtränare.



[www.HA74.se](http://www.HA74.se)  
[webmaster@ha74.se](mailto:webmaster@ha74.se)