



SKARA IK

ISHOCKEY • GEMENSKAP • GLÄDJE

VERKSAMHETSBEKRIVNING

HOCKEYSKOLAN

TKH • SKARA IK



DOKUMENTINFORMATION

Skapad

4 januari 2020

Senast uppdaterad

9 september 2026

Godkänd

Skara IK:s styrelse

Ursprungligen framtagen av

Sven Lans • Peder Samuelsson

Johanna Larsson • Patrik Kovacs

Uppdaterad av

Markus Minkkinen

TKH-ansvarig

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning	1
Välkommen till Skara IK:s Hockeyskola	3
Syfte.....	3
Vår vision	3
Våra ledord	4
Hemmaplansmodellen	4
Barnens rätt till idrott	4
Mål 2026/2027	5
Ålder och grupper	5
Första gången i hockeyskolan	5
Utrustning.....	6
Träning.....	6
Vad ska vi träna?.....	7
Så ska en bra TKH träning se ut	8
Ledarskap	9
Ledarutbildning	10
Förebild från ungdoms- och seniorverksamheten	10
Samarbete med andra idrotter.....	10
Samarbete med Skara Konståkningsklubb.....	10
Föräldrar – en viktig del av hockeyskolan	11
Föräldrarnas engagemang.....	11
Match och poolspel	12
Resultat och sociala medier	12
Trygg hockey	12
Marknadsföring och rekrytering	13
Prova-på-hockey	13
Ekonomi	13
Pellefonden.....	14
Bidrag	14
Låne- och begagnad utrustning	14
Organisation	15

Månadsrapport till styrelsen	16
Barn- och föräldraenkät	16
Säsongshjul	16
Budget.....	17
Uppföljning	18
Antal spelare per årskull	18
Vårt långsiktiga mål	18
Avslutningsord	19
Kontaktpersoner.....	20
Viktiga länkar	20

Välkommen till Skara IK:s Hockeyskola

Tre Kronors Hockeyskolan är Skara IK:s första steg.

Här ska barn få upptäcka glädjen i att åka skridskor, leka, röra på sig, träffa kompisar och stegvis lära känna ishockeyns grunder.

Vår ambition är enkel:

Barnen ska längta till nästa träning.

Tre Kronors Hockeyskola ska vara en trygg, positiv och inkluderande verksamhet där alla barn får vara med utifrån sina egna förutsättningar.

Svenska Ishockeyförbundet beskriver TKH som verksamheten för de yngsta barnen, där glädje, lek, rörelse och gemenskap står i centrum.

Syfte

Syftet med Skara IK:s hockeyskola är att skapa ett livslångt intresse för ishockey och föreningsliv samt få fler flickor och pojkar att börja spela ishockey.

Vi vill erbjuda en trygg och glädjefylld första kontakt med ishockeyn. Utveckla barnens skridskoåkning, koordination, balans och rörelseförmåga. Vi ska introducera klubba och puck på ett lekfullt sätt, skapa gemenskap och nya kompisrelationer.

Här ger vi barn möjlighet att utvecklas utifrån sin egen nivå och skapar en naturlig väg vidare till Skara IK:s ungdomsverksamhet.

Skara IK vill bygga en verksamhet där barnen framförallt kommer för att de tycker att ishockey är roligt.

Vår vision

“Alla barn ska längta till ishallen.”

Skara IK:s Hockeyskola ska vara en av de mest välkomnande och positiva aktiviteterna för barn i Skara med omnejd.

När ett barn kommer till ishallen ska barnet känna:

- Här är jag välkommen
- Här får jag vara mig själv
- Här får jag prova
- Här får jag utvecklas
- Här får jag misslyckas
- Här har jag roligt
- Här har jag kompisar

Vår förhoppning är att barnen ska rekommendera hockeyskolan till sina kompisar och att verksamheten därigenom växer.

Våra ledord

Glädje - Vi ska ha roligt tillsammans.

Gemenskap - Alla barn ska känna att de hör hemma i Skara IK.

Trygghet - Barn ska våga prova, misslyckas och försöka igen.

Utveckling - Alla barn utvecklas i sin egen takt.

Respekt - Vi visar respekt för barn, ledare, föräldrar, domare och motståndare.

Inkludering - Alla barn är välkomna oavsett tidigare erfarenhet eller kunskapsnivå.

Hemmaplansmodellen

Hockeyskolan ska följa riktlinjen i Svenska Ishockeyförbundets Hemmaplansmodell.

Modellen bygger på fyra grundprinciper:

- Sätta människan i fokus
- Ge alla chansen att utvecklas
- Anpassa träning och match efter målgrupp
- Bedriva en allsidig träning

Det innebär att barnet alltid ska stå i centrum för verksamheten. Vi ska inte skapa en miljö där barn i tidig ålder känner en press att prestera, vinna eller jämföra sig med andra.

Barnens rätt till idrott

I hockeyskolan ska barn:

- delta utan krav på skicklighet
- delta i en verksamhet som är anpassad efter deras utveckling
- påverka sitt idrottande utifrån sin egna mognad
- vara barn och inte behandlas som vuxna
- få bra förutsättningar att lära sig hockey
- få lika möjligheter att utvecklas
- bli behandlade med värdighet och respekt
- få misslyckas utan att känna rädsla eller skam
- framförallt få ha roligt

Barnets bästa ska alltid vägra tyngre än resultatet.

Mål 2026/2027

Rekrytering

Vårt långsiktiga mål är att ha cirka 20 aktiva barn per årskull. Vi vill värva fler flickor och pojkar till verksamheten. Vi ska ha regelbundna prova-på-aktiviteter där barnen ska uppmuntras att ta med kompisar.

Ledare

Målet är att det ska vara minst fem ledare per årskull.

- två tränare
- en lagledare/administratör,
- en materialansvarig
- en hjälptränare/föräldrarepresentant.

Verksamheten ska dessutom ha en övergripande TKH-ansvarig.

Kvalitet

Vi ska:

- ha utbildade ledare
- skapa glädjefyllda träningar
- minimera köer
- maximera aktivitet
- anpassa övningar efter barnen nivå
- följa upp verksamheten varje säsong
- lyssna på både barn och föräldrar

Ålder och grupper

Hockeyskolan riktar sig främst till yngre barn, oftast från fem års ålder. Äldre barn som vill börja spela ishockey är också välkomna. Ingen tidigare erfarenhet krävs.

Barnen tillhör i första hand sin åldersgrupp. Eventuella förändringar mellan grupper görs utifrån barnets utveckling och i dialog med berörda ledare och vårdnadshavare.

Svenska Ishockeyförbundet betonar att TKH ska kunna börja spela hockey utan full utrusning.

Första gången i hockeyskolan

Första kontakten med Skara IK ska vara enkel och positiv.

När ett nytt barn kommer till hockeyskolan ska familjen känna sig välkommen. Det ska finnas en ledare tillgänglig för att svara på frågor, hjälpa familjen med omklädningsrum och utrustning.

Barnet ska få möjlighet att prova på i sin egen takt, det finns inga krav på prestationer och efter träningen ska barnet känna att det har varit roligt.

Utrustning

Ekonomi ska inte vara ett hinder för att prova på ishockey. För att prova TKH krävs enligt Svenska Ishockeyförbundet i grunden:

- skridskor
- hjälm med galler
- godkänt CE-märkt halsskydd

Skara IK erbjuder låneutrustning i mån av tillgång.

Vi ska aktivt informera om den låneutrustning som finns, att Skara IK har en begagnat bod där det finns möjlighet att köpa och sälja begagnad utrustning.

Vi ska också hänvisa till Fritidsbanken.

Barn ska inte behöva ha den dyraste utrustningen för att känna sig som en del av laget. Vi uppmuntrar därför föräldrar att INTE köpa ny och dyr utrustning om det inte behövs.

Träning

Träning genomförs utifrån aktuell aktivitetsplan. I den mån det går ska det finnas två omklädningsrum tillgängliga. Barnen ska komma i god tid så att de hinner byta om.

Minst en ledare vid varje träning ska vara utbildad enligt gällande krav för TKH.

Vad ska vi träna?

Träningen ska framförallt utveckla:

Skridskoåkning

- balans
- åkställning
- tyngdpunkt
- start och stopp
- svängar
- acceleration
- riktningsförändringar
- åkglädje

Koordination

- kroppskontroll
- balans
- rörelseförmåga
- öga-hand-koordination

Hockey

- klubba
- puck
- klubbteknik
- puckkontroll
- passningar
- skott
- spelglädje

Vi arbetar stegvis **Utan klubba → med klubba → med puck → spel**

Fokus ska vara på aktivitet, lek och repetition.

Så ska en bra TKH träning se ut

En bra träning ska innehålla:

- mycket aktivitet
- få köer
- korta och tydliga instruktioner
- lek
- variation
- många repetitioner
- mycket skridskoåkning
- positiv feedback

Ledaren ska

- prata kort och tydligt
- ge tydliga demonstrationer istället för att prata
- visa engagemang
- gå ner på barnens nivå
- se varje barn
- berömma försök och utveckling
- anpassa övningen utifrån mognad

Vi tränar barn – inte vuxna ishockeyspelare!

Ledarskap

Alla ledare i hockeyskolan ska vara förebilder. Vi ska:

- hälsa på barnen
- lyssna på barnen
- använda ett positivt språk
- vara rättvisa
- skapa trygghet
- komma väl förberedda
- samarbeta
- hjälpa varandra
- agera vid kränkningar eller olämpligt beteende

Vi frågar hellre: **”Hade du roligt idag?”** än **”Hur många mål gjorde du?”**

Vi uppmärksammar:

- utveckling
- kämpaglöd
- glädje
- hjälpsamhet
- lagarbete
- goda kompisar

Vi hyllar inte enskilda barn på ett sätt som gör att andra känner sig sämre.

Ledarutbildning

Skara IK ska aktivt uppmuntra nya ledare att utbilda sig. Det finns inget krav att tidigare erfarenheter krävs. Föräldrar och andra vuxna som vill bidra välkomnas varmt.

Alla ledare ska få information om:

- TKH:s verksamhet
- hemmaplansmodellen
- barns utveckling
- föreningens värdegrund
- trygg idrott
- ledarskap
- rutiner och säkerhet

Ansvarig för TKH ska tillsammans med föreningens utbildningsansvarig ansvara för att utbildningsbehov identifieras och planeras.

Svenska Ishockeyförbundet anser att TKH-ledare ska utbildas genom den regionala utbildningen.

Förebild från ungdoms- och seniorverksamheten

Skara IK ska, om möjligt låta ungdoms- och seniorspelare delta vid hockeyskolans träningar. Spelarna ska fungera som förebilder, hjälptränare, inspiratörer och kompisar på isen. När det är möjligt ska spelarna byta om tillsammans med barnen.

Kontakten ska samordnas mellan TKH-ansvarig och respektive lagledning.

Samarbete med andra idrotter

Skara IK är positiv till att barn utövar fler idrotter. Vi ska inte skapa en miljö där barn känner att de måste välja ishockey framför andra aktiviteter. Allsidig rörelse och träning är positivt för barnens utveckling. Vi vill därför ha en god dialog med andra idrottsföreningar i Skara.

Samarbete med Skara Konståkningsklubb

Vi vill ha ett tätt samarbete med Skara Konståkningsklubb. Målet är att en ledare från konståkningsklubben deltar vid minst ett träningspass varje säsong. Träningarna ska huvudsakligen fokusera på skridskoåkning. Syftet är att ge barnen ytterligare inspiration och utveckla deras skridskoteknik på ett lekfullt sätt.

TKH-ansvarig ansvarar för att bjuda in konståkningsklubben.

Föräldrar – en viktig del av hockeyskolan

Föräldrar är mycket viktiga för verksamheten. Vi vill att föräldrar

- hejar
- uppmuntrar alla barn
- stöttar
- hjälper till
- visar respekt
- låter tränarna vara tränare

Föräldrar ska INTE:

- ropa instruktioner till spelarna
- kritisera egna eller andra barn
- kritisera domare
- diskutera känsliga frågor inför barn
- jämföra barn med varandra
- skapa resultat- eller prestationspress

Fråga hellre:

"Hade du roligt?", "Vad var roligast?", Vad lärde du dig idag?" än: **"Vann ni?"**

Det är också viktigt att skapa samhörighet bland spelare och föräldrar genom att tex hälsa på varandra.

Föräldrarnas engagemang

En fungerande hockeyskola kräver många vuxna. Föräldrar kan hjälpa till med:

- lagledning
- material
- kiosk
- fika
- aktiviteter så som prova-på-dagar eller avslutningar
- marknadsföring
- transporter
- andra föreningsaktiviteter

Alla kan bidra på något sätt!

Match och poolspel

Match och poolspel genomförs enligt Svenska Ishockeyförbundets och distriktets aktuella riktlinjer och spelformer. Svenska Ishockeyförbundet arbetar med att anpassade spelformer där spelyta och spelform anpassas utifrån barnens ålder.

Match och poolspel ska vara roligt, tryggt, utvecklande och tillåtande. Barnen ska våga prova och misslyckas. Fokus ska ligga på **uppgift, utveckling, glädje** och inte på **resultat, tabell och individuell presentation**.

Resultat och sociala medier

I hockeyskolan ska resultat inte vara fokuset. Vi publicerar INTE:

- tabeller
- resultatfokuserade inlägg
- jämförelser mellan barn
- statistik som skapar press på prestation

Vi publicerar:

- glädje och gemenskap
- aktiviteter
- kompisar
- prova-på-dagar
- positiva händelser
- bilder från verksamheten

All publicering av bilder och filmer ska följa Skara IK:s aktuella riktlinjer och samtyckesregler.

Trygg hockey

Skara IK följer Riksidrottsförbundets regler kring registerutdrag för ledare som har kontakt med barn. Alla ledare ska känna till föreningens rutiner för trygg idrott och veta vem de ska kontakta om något inträffar.

Alla barn ska känna sig trygga i Skara IK. Vi accepterar INTE:

- mobbning
- kränkningar
- diskriminering
- hot och trakasserier
- sexuella kränkningar
- vuxna som utsätter barn för olämplig press

Marknadsföring och rekrytering

Vi ska aktivt arbeta för att fler barn ska börja spela hockey.

Förslag på olika aktiviteter som kan genomföras:

- affischer på skolor och fritids
- prova-på-dagar
- sociala medier
- Skara IK:s hemsida
- kommunens informationskanaler
- tomteparad
- hockeyskolans dag
- ta med en kompis-aktivitet

Tänk på att budskapet ska vara enkelt. Förmedla att:

- alla barn är välkomna
- vi har roligt tillsammans
- inga tidigare erfarenheter krävs
- låneutrustning finns

Svenska Ishockeyförbundet tillhandahåller digitalt marknadsföringsmaterial och en gemensam anmälningsfunktion för TKH.

Prova-på-hockey

Skara IK ska erbjuda återkommande möjligheter för barn att prova på ishockey. Ett prova-på-tillfälle ska vara kostnadsfritt, enkelt, välkomnande och lekfullt.

Barnen ska inte behöva ha egen full hockeyutrustning. Målet med prova-på-dagen är att minska tröskeln för familjer som aldrig tidigare har varit i en ishall.

Ekonomi

Skara IK ska sträva efter att hockeyskolan har en låg kostnad för att komma igång.

- första året ska vara gratis enligt föreningens aktuella avgiftsmodell
- därefter medlemsavgift/spelaravgift enligt aktuell avgiftsmodell
- låneutrustning erbjuds i mån av tillgång

Alla avgifter ska alltid kommuniceras enligt föreningens aktuella beslut och prislista.

Vår förening är sedan förra året ansluten till Fritidskortet vilket gör att du som vårdnadshavare till barn mellan 6 och 16 år kan använda det för att betala avier från oss.

Vid frågor kontakta TKH-ansvarig.

Pellefonden

Pellefonden är en fond i föreningen som man som aktiv medlem, oavsett ålder, kan söka bidrag ifrån om man själv skulle sakna medel till att betala träningsavgift eller utrustning.

Bidraget söker man via klubbens hemsida.

Bidrag

Varje år ska det sökas ett antal bidrag. Detta görs tillsammans med kanslisten i Skara IK.

- **Kommunens bidrag:** (LOK, närvarorapportering träningar, ledare och spelare) Kanslist ansöker, 25 augusti och 25 februari
- **Statligt bidrag:** (LOK, närvarorapportering träningar, ledare och spelare) Kanslist ansöker, 25 augusti och 25 februari
- **Projektstöd TKH hockeyskola:** Ansökan görs senast 15 augusti varje år, via idrottsarenan. Kanslist tillsammans med TKH-ansvarig skickar iväg ansökan.
- **Jula Foundation**

Andra stöd som tidigare har sökts:

- Sparbanksstiftelsen (styrelsen ansöker)
- Idrottslyftet (kanslist ansöker på begäran av styrelsen)
- Skoda fonden (hockeyfonden, redovisning på kronan vad pengarna ska gå till)
- SISU (redovisning på kronan vad pengarna ska gå till)
- Allmänna arvsfonden

Låne- och begagnad utrustning

Skara IK ska fortsätta utveckla möjligheten för barn att låna utrustning, köpa begagnad utrustning samt lämna vidare utrustning som inte längre används. Vi samarbetar även med Fritidsbanken där det är möjligt. Målet är att ingen familj ska behöva avstå från ishockey på grund av kostnaden för utrustningen.

Organisation

Ansvarsfördelningen i TKH ser ut enligt nedan.

TKH-ansvarig

- övergripande verksamhet
- planering
- rekrytering
- utbildning
- kontakt med styrelsen
- kontakt med förbundet
- uppföljning
- verksamhetsplanen

Tränare

- planering av träningar
- genomförande
- barnens utveckling
- trygghet på isen

Lagledare

- administration
- information
- kallelser
- kontakt med föräldrar
- poolspel

Materialansvarig

- utrustning
- inventering
- behov av material
- ordning i förråd

Föräldra- och kioskansvarig

- föräldraevenemang
- kiosk
- fika
- aktiviteter enligt överenskommelse

Månadsrapport till styrelsen

TKH-ansvarig sammanställer varje månad en kort rapport innehållande information om hur det går i hockeyskolan. Rapporten skickas till Skara IK:s styrelse.

Se separat mapp för dokument på hemsidan.

Barn- och föräldraenkät

En gång per säsong ska verksamheten utvärderas. Barn och föräldrar ska få möjlighet att svara på enklare frågor och lämna synpunkter om hockeyskolan. Resultatet ska användas i planeringen av kommande säsong.

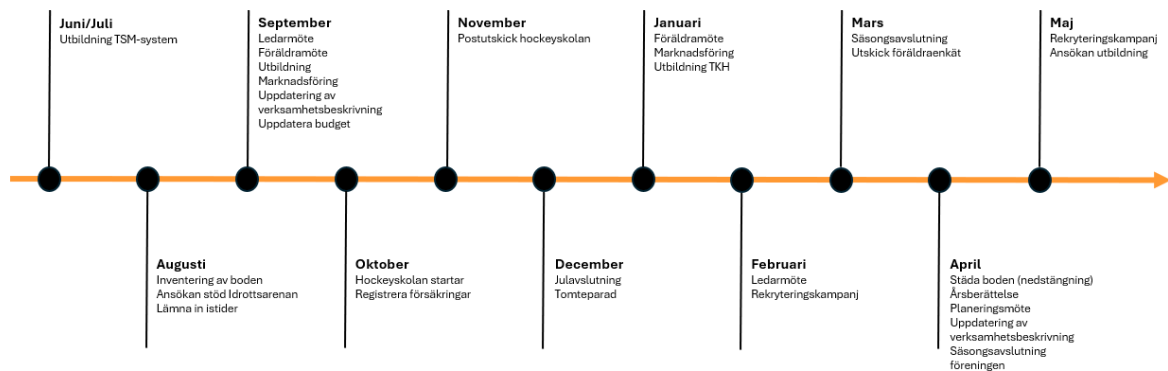
Se separat mapp för dokument på hemsidan.

Säsongshjul

Det finns ett säsongshjul som TKH-ansvarig ansvarar för. I dokumentet finns det information om vad som ska göra månadsvis.

Se separat mapp för dokument på hemsidan.

Säsongshjul TKH



Budget

Hockeyskolans budget fastställs årligen av Skara IK:s styrelse. För säsongen 2026/2027 finns ett särskilt behov av investeringar för att komplettera utrustningen eftersom material behöver fyllas på och kompletteras. Budgeten följs upp under säsongen.

Budgeten omfattas av:

- hjälmar
- skridskor
- startkit
- hockeyklubbor
- halsskydd
- suspensoarer
- träningsmaterial
- skridskostöd
- marknadsföring
- julaktivitet
- säsongsavslutning
- övrigt material

Totalt 40 000kr.

Uppföljning

Verksamheten ska varje säsong utvärderas utifrån:

Antal barn

- Hur många deltog?
- Hur många nya barn kom?
- Hur många slutade?

Ledare

- Hur många ledare hade vi?
- Hur många ledare var utbildade?
- Behöver vi rekrytera fler?

Kvalitet

- Hade barnen roligt?
- Kände barnen sig trygga?
- Fick alla vara med?
- Var träningarna aktiva och varierande?

Ekonomi

- Höll vi budget?
- Behöver utrustning köpas in?
- Vilka bidrag kan sökas?

Antal spelare per årskull

Skara IK följer kontinuerligt antalet aktiva barn, målet är ca 20st per årskull.

Kvaliteten i verksamheten är viktigare än att nå en viss siffra. Ett mindre antal barn i en trygg och välfungerande hockeyskola är bättre än ett stort antal barn i en verksamhet där de inte blir sedda.

Vårt långsiktiga mål

Skara IK vill bygga en hockeyskola som hela föreningen är stolt över.

Vi vill att:

- barn ska älska att komma till ishallen
- föräldrar ska känna sig välkomna
- ledare ska känna att de utvecklas
- föreningen ska känna att TKH är en viktig del av Skara IK

Och varje barn ska känna **”Här hör jag hemma”**.

Avslutningsord

Tre kronors hockeyskola är början på barnens hockeyresa och framförallt är det början på deras relation till idrott, kompisar och föreningsliv.

Vi ska därför komma ihåg att det viktigaste är inte hur bra barnet är på hockey, det viktigaste är att barnet vill komma tillbaka.

Skara IK – tillsammans skapar vi framtidens hockey!



Kontaktpersoner

Markus Minkkinen, TKH-ansvarig

Telefon: 0735 - 44 26 17

E-post: minkken84@hotmail.com

Lena Sjögren, Skara IK kansli/hockeyshopen

Telefon: 0760 – 22 29 08

E-post: skaraikungdom@hotmail.com

Öppettider kansli/Hockeyshopen

Måndag, Onsdag, Fredag KL: 08:00 – 12:00

Tisdag, Torsdag KL: 14:00 – 18:00

Axel Kinell, Svenska Ishockeyförbundet

Telefon: 0708 – 22 00 95

E-post: axel.kinell@hockeykontorsyd.se

Viktiga länkar

Svenska Ishockeyförbundet – Tre Kronors Hockeyskola

<https://www.swehockey.se/foerening/sport/tre-kronors-hockeyskola-tkh/>

Svenska Ishockeyförbundet – Hemmaplansmodellen

<https://www.swehockey.se/traenare/webbplatser/hemmaplansmodellen/>

Klubbmaterial

<https://klubbmaterial.swehockey.se/>

Fritidsbanken (låneutrusning via kommunen)

<https://www.fritidsbanken.se/>

Fritidskortet (ansökan om bidrag medlemsavgift, avi via föreningen krävs)

<https://www.fritidskortet.se/>

Pellefonden – via Skara IKs hemsida (ansökan om bidrag för exempelvis träningsavgift och utrustning).

<https://www.laget.se/SkaraIK/Document>

Skara IK hemsida TKH hockeyskola

(verksamhetsbeskrivning, frågeformulär, månadsrapport och säsongshjul)

<https://www.laget.se/HOCKEYSKOLA>