



## **RÖDA TRÅDEN- för Säters IF hockey**

**-Bilaga till Riktlinjer som reglerar de sportsliga delarna**

Säters IF Hockey verksamhet erbjuder en nivåanpassad utvecklingsresa där varje åldersgrupp har en speciell ram som syftar till att bedriva rätt träning i rätt ålder, och därmed skapa en röd tråd att följa, från Tre Kronors Hockeyskola till vår juniorhockey. Med nivåanpassning menas att man anpassar nivån efter spelarens utveckling. Utvecklingskurvan kan variera mycket mellan olika spelare i samma ålder, detta är helt naturligt. Vi anser oss ha en skyldighet som förening att stimulera spelarna på den nivå de befinner sig. De spelare som kommit längst i sin hockeyutveckling kan erbjudas utmaningar på en högre nivå på träningar/matcher. De spelare som inte kommit lika långt i sin hockeyutveckling ges möjligheten att få träna och spela fler matcher och utvecklas på lämplig nivå. Bedömning av spelarnas nivå görs av lagens tränare samt ofta i nära dialog med sportkommittén där fokus är alltid på spelarens utveckling.

### **NIVÅANPASSAD VERKSAMHET**

#### **Tre Kronors Hockeyskola**

Alla yngre startar i Tre Kronors Hockeyskola, TKH, som vänder sig till spelare som är 5-7 år. Ingen given undre gräns finns - samråd sker med ledaren om mognadsgrad och i mån av plats. Vi leker fram färdigheter i skridskoåkning och vi har kul på isen för att utveckla varje spelares skridskoteknik. Vi använder oss av stationsträning och spelar smålagsspel. Hockeyskolan är grunden i träningen och verksamheten skall alltid ske på barnens villkor och förutsättningar. Med detta menas bl a att träningar, och i de fall matcher förekommer, skall så långt det är möjligt anpassas till individen och dennes färdighet.

Träningsmängd: TKH har 1-2 ispass per vecka fördelat på lördagar då alla samlas samt att TKHs två äldsta grupper erbjuds möjlighet till ytterligare ett ispass per vecka.

#### **Barnishockey**

För U9-U12 bedrivs verksamheten i enlighet med Hemmaplansmodellens anpassade spelformer som är uppsatt av Svenska ishockeyförbundet. Justerade spelytor, antalet deltagare på isen och regler bidrar till en mer lämplig och utvecklande miljö för barn och ungdomar. Målet är att närma sig "riktig hockey" ur barnens perspektiv och främja deras individuella utveckling. Modellen betonar inte bara tekniska och taktiska färdigheter, utan även den fysiska och psykologiska utvecklingen.

Nu börjar organiserad lagträning, men att leka fram färdigheterna i skridskoåkningen är fortfarande viktigast. Vi använder mycket balans-och motorikövningar. Stationsträning och smålagsspel gäller. Under åren ökar vi successivt på svårighetsgraden och jobbar vidare med olika moment i skridskoåkningen, spelet och spelets regler. Vi ser att spelarna roterar på alla positioner- backar, forwards och målvakter. Träning, såväl som matcher, skall baseras på bredd, lek och glädje.

Träning inom andra idrotter uppmuntras och i dialog med tränare räknas detta som träningsnärvaro. Bredd-verksamhet är viktigt vilket innebär att vi vill att alla ska kunna spela hockey oavsett utvecklingsnivå. Spelare tränar med sin egen åldersgrupp. Utifrån den enskilda individens behov ska det finnas möjlighet att komplettera sin träning med yngre eller äldre ålderslag. Om det är aktuellt för

spelare att komplettera ett annat lag skall tränarna ha dialog om detta och vara överens, alternativt att sportkommittén deltagit i beslut. Teknikutveckling, fysisk, mognad och kamratskap är viktiga komponenter vid en sådan bedömning.

Alla spelare erbjuds lika antal matcher oavsett vilken träningsnärvaro den aktive visar upp. Dock kan spelarens eget intresse o/e uppförande påverka erbjudandet. Principen "alla spelar lika" skall gälla i alla serie- och träningsmatcher. Denna princip tolkar vi enligt följande; "Alla spelare uttagna till match skall spela ungefär lika mycket. Två målvakter spelar halva matchen var, eller varannan match enligt i förväg uppgjord planering." Under matcher spelar alla lika mycket, matchning och toppning är INTE tillåtet.

Fr.o.m U9 sker inskolning i omklädningsrummet med syfte att spelarna blir självständiga, vilket innebär att varje spelare lär sig hålla ordning på sin utrustning och sina ombyteskläder, förbrukad tejp osv. Ledarna för dialog med föräldrarna om stöd behövs. En viktig del är vidare att främja ett bra och schysst förhållningssätt till varandra som motverkar machokultur.

U9-U12 har två is-pass per vecka. Inför övergång till spel på helplan erbjuds U12 efter juluppehållet möjlighet att ha extra ispass för internmatch på helplan.

### **Ungdomsishockey**

Fr o m U13 -U16 använder vi begreppet ungdomsishockey och vi spelar Region Västs tävlingsbestämmelser. I ungdomsishockeyn skall träningar och matcher planeras utifrån ungdomarnas förutsättningar, vilket innebär att träningar och matcher även här skall anpassas till individen och dennes färdighet.

Träningsmängd: U13-U16 har tre is-pass per vecka.

#### **U13-U14**

Vi stegrar och fördjupar grundträningen i skridskoteknik, puckföring, passning/mottagning, skott, spelförståelse och närkampsspel. Spelarna deltar i matcherna i förhållande till sitt totala träningsdeltagande och engagemang. Specifik träning för målvakter, backar och forwards ingår. Domarutbildning för alla spelare är obligatoriskt för U13 och alla ledare uppmuntras att delta.

Att spela match/seriespel är för de flesta av våra aktiva det roligaste. Just därför vill vi erbjuda våra spelare så många matcher som möjligt. Den grundläggande principen som gäller är att alla spelar lika många matcher utifrån sin nivå och att de grundläggande förutsättningarna och mognad för spel är säkra/nog utvecklade. Från U13 och uppåt ställs dock högre krav och bedömning utifrån spelarnas träningsnärvaro, intresse och uppförande vägs dessutom in. Träning inom andra idrotter uppmuntras och i dialog med tränare räknas detta som träningsnärvaro.

Ledarna beslutar om laguppställning enligt följande riktlinjer:

- alla spelare skall ges möjlighet att spela såväl tränings-, serie- som cupmatcher
- antal tränings-, serie- och cupmatcher per spelare skall fördelas enligt följande:  
i varje lag skall matchantalet per spelare, sett över hela säsongen, i grunden vara ungefär lika. Större skillnader kan uppstå pga sjukdom eller annan längre frånvaro.
- Fri matchning i DM

Utifrån den enskilda individens behov ska det finnas möjlighet att komplettera sin träning med yngre eller äldre ålderslag. Om det är aktuellt för spelare att komplettera ett annat lag skall tränarna ha

dialog om detta och vara överens, alternativt att sportkommittén deltagit i beslut. Teknikutveckling, fysik, mognad och kamratskap är viktiga komponenter vid en sådan bedömning.

### **U15-U16**

Utbildningen och träningen byggs på med fördjupad spelförståelse, taktiska färdigheter för den enskilde och laget. Ledarna för dessa lag bedömer och beslutar på vilken träning/matchnivå spelaren hör hemma. I cuper beslutar tränaren antalet spelade minuter per spelare i matchen. Här kan tränaren ibland göra vissa nödvändiga justeringar i laget, till följd av bl.a. motståndets kvalitet eller det egna lagets insats. Fri matchning vid DM och kvalspel till högre serier. Vid matchning läggs stor vikt på att tydlig kommunikation krävs- tränare är ansvarig för en balanserad matchning och tydligt förklara för varje individ och laget så att alla förstår anledning till olika speltid

Att spela match/seriespel är för de flesta av våra aktiva det roligaste med hockey. Just därför vill vi erbjuda våra spelare så många matcher som möjligt. Fördelning och uttagning till matcher baseras på träningsnärvaro, kompetens och attityd. Träning inom andra idrotter uppmuntras och i dialog med tränare räknas detta som träningsnärvaro.

Ledarna beslutar om laguppställning enligt följande riktlinjer:

- alla spelare skall ges möjlighet att spela såväl tränings-, serie- som cupmatcher
- antal tränings-, serie- och cupmatcher per spelare skall fördelas enligt följande:  
i varje lag skall matchantalet per spelare, sett över hela säsongen, i grunden vara ungefär lika. Större skillnader kan uppstå pga. sjukdom eller annan längre frånvaro.

Spelare tränar, som huvudinriktning, med sin egen åldersgrupp. Utifrån den enskilda individens behov ska det finnas möjlighet att komplettera sin träning med yngre eller äldre ålderslag. Om det är aktuellt för spelare att komplettera ett annat lag skall tränarna ha dialog om detta och vara överens, alternativt att sportkommittén deltagit i beslut. Teknikutveckling, fysik, mognad och kamratskap är viktiga komponenter vid en sådan bedömning.

### **Juniorhockey**

#### **J18-J20**

Målsättning är att möjliggöra för de äldre att fortsätta spela hockey och gärna med ambition att spela seniorhockey. Här blir dialog och kommunikation mellan spelare och ledare extra viktigt så att det blir tydligt och transparent vilka förväntningar som ställs på spelarna och ledarna vid träning och match.

### **FLICKVERKSAMHET**

Föreningen anser att det är viktigt att upprätthålla och möjliggöra flickverksamhet. Föreningen följer därför rekommendationerna från förbundet att skapa förutsättningar för flickor att spela ishockey i homogena flicklag.

Träningsmängd: Flicklaget har ett gemensamt ispass per vecka.

### **DISTRIKTSVERKSAMHET**

Verksamheten inklusive uttagning av spelare sköts av förbundet. Om budgeten tillåter står föreningen för eventuella kostnader, dock inte de öppna frivilliga utvecklings-camperna.

## **SÄSONG & SAMSYN**

Föreningens säsong är företrädesvis 1 september-31 mars. Variationer kan förekomma.

Dalarnas ishockeyförbund är en del av Samsyn, ett initiativ av RF-SISU 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.

## **GEMENSAMMA AKTIVITETER**

Föreningen uppmuntrar till gemensamma aktiviteter över åldersgränser och erbjuder frivillig morgonträning i form av skillträning för mellanstadiet och högstadiet.

Därutöver ser föreningen positivt på initiativ med kompletterande träningar i föreningens regi under tex lov.

## **SELECT och VERKSAMHET I ANNAN REGI**

Sätters IF Ishockey har precis som Svenska Ishockeyförbundet en klar inställning till selectverksamhet. Majoriteten av tiden i en spelares karriär är i föreningsregi. Det är där grundutbildningen sker och för att verksamheten ska kunna bedrivas med en långsiktighet för ögonen ska den prioriteras av spelarna under säsong. Andra aktörer som bedriver ishockey-verksamhet kan utgöra ett komplement för den enskilda spelarens utbildning då den inte konkurrerar eller på annat sätt av föreningen bedöms störa den ordinarie föreningsverksamheten samt inte äventyrar hållbarheten för den enskilda spelaren.

- Grundregeln är att spelare inte deltar i annan verksamhet under föreningens säsong.
- Under nationella lov eller vid speciella omständigheter finns möjlighet till undantag om verksamhet i annan regi inte konkurrerar eller på annat sätt av föreningen bedöms störa den ordinarie föreningsverksamheten samt inte äventyrar hållbarheten för den enskilda spelaren. Det krävs dialog med lagets ledare och skriftligt godkännande av sportkommittén för lov att enskild spelare deltar i verksamhet i annan regi under säsong.
- I syfte att värna föreningens verksamhet och våra spelares/ledares tillhörighet tillåts inte dekaler eller branding av andra aktörer på kläder eller utrustning på samma sätt som de inte är tillåtet med uppsökande verksamhet för rekrytering mm av spelare och ledare inom föreningens egna verksamhet.
- Ledare och tränare är stora förebilder för de aktiva. En roll som förebild är oerhört viktig, därför är det av stor vikt att låta ord och handling gå i linje. Ledare och tränare som är engagerade i den ideella verksamheten inom svensk ishockey ska därför inte engagera sig med privata aktörer som inte följer vår värdegrund och våra principer under föreningens säsong. Under nationella lov eller vid speciella omständigheter finns möjlighet till undantag om verksamhet i annan regi inte konkurrerar eller på annat sätt av föreningen bedöms störa den ordinarie föreningsverksamheten. Det krävs dialog med lagets ledare och skriftligt godkännande av sportkommittén.