



# Burträsk HC – Riktlinjer och sportslig inriktning

## *Hur vi är, agerar och bedriver vår ishockeyverksamhet i Burträsk HC*

Detta dokument beskriver den gemensamma grund som Burträsk HC:s verksamhet bygger på. Syftet är att skapa en trygg, glädjefylld, inkluderande och utvecklande miljö för spelare, ledare, föräldrar och övriga medlemmar i föreningen.

Dokumentet består av:

**Del 1 – Riktlinjer:** Hur vi är och agerar i vardagen

**Del 2 – Sportslig inriktning:** Hur vi bedriver och utvecklar vår ishockeyverksamhet

Innehållet hjälper oss att omsätta våra värderingar i handling och utgår från föreningens kärnvärden:  
*Trygghet – Glädje – Gemenskap.*

Dokumentet kompletteras av:

- Förväntansdokument – vad vi förväntar oss av spelare, ledare och föräldrar
- Rutiner – hur vi gör i praktiken och hanterar olika situationer

Dokumentet gäller alla som är en del av Burträsk HC och används som stöd vid dialog, beslut och utveckling av verksamheten.

---

## DEL 1: Riktlinjer

### *Hur vi är och agerar i vardagen*

#### 1. Övergripande förhållningssätt

##### 1.1 Vi föregår med gott exempel

Alla i Burträsk HC – spelare, ledare, föräldrar, domare och funktionärer – representerar föreningen genom sitt beteende. Vi visar respekt, lugn och positivitet i både med- och motgång och bemöter varandra med omtanke.

##### 1.2 Vi skapar trygghet för alla

Trygghet är grunden för både lärande och glädje.

I Burträsk HC arbetar vi därför för att:

- alla barn och ungdomar ska känna sig sedda, våga prova, misslyckas och utvecklas.
- alla ska känna sig trygga att ställa frågor, uttrycka sina tankar och be om stöd.
- ingen ska utsättas för kränkning, mobbning eller exkludering.
- vuxna ska vara förebilder i språk, ton och beteende.
- barnens bästa och långsiktiga utveckling ska sättas före kortsiktiga resultat.



Tryggheten ska märkas i hela vår verksamhet – på isen, i båset, i omklädningsrummet och i andra miljöer där föreningens verksamhet bedrivs.

### 1.3 Vi skapar glädje och motivation

I vår förening ska det vara roligt att delta – som spelare, ledare och förälder. Glädje skapar motivation och långsiktigt idrottande. Vi uppmuntrar, stöttar och hejar på varandra, även när det är svårt.

### 1.4 Vi bygger gemenskap – alla får vara med och alla behövs

Vi visar omtanke, inkluderar varandra och tar hand om nya spelare och familjer. Vi värdesätter och tackar för ideellt arbete – ingen insats är för liten. Vi pratar om *vi*, inte *jag*.

## 2. Kommunikation & sociala medier

### 2.1 Vi kommunicerar respektfullt och konstruktivt – både på och utanför isen

- Vi använder ett positivt och lugnt språk.
- Vi uppmuntrar dialog, frågor och konstruktiv återkoppling.
- Vi kritiserar aldrig barn som personer (exempelvis “du är dålig”).
- Vi ger istället respektfull och utvecklande återkoppling på beteenden och situationer (exempelvis “försök hålla klubban i isen”). Så stöttar vi utveckling genom trygg och tydlig vägledning, med fokus på beteende och lärande.
- Vi representerar BHC genom hur vi uttrycker oss.

### 2.2 Sociala medier

- Vi visar hänsyn vid fotografering och publicering av bilder och respekterar om någon inte vill fotograferas eller förekomma i föreningens kanaler.
- Vi kommenterar inte domslut, motståndare eller interna föreningsfrågor.
- Vi tar konflikter direkt mellan berörda - inte via sociala medier.
- Vi skriver inget online som vi inte skulle säga öga mot öga.

**Vid frågor eller konflikter som väcker starka känslor använder vi vuxna som huvudregel 24-timmarsregeln. Vi ger situationen tid och tar därefter kontakt på ett lugnt och konstruktivt sätt. Regeln gäller inte situationer som rör akut trygghet eller säkerhet.**

## 3. Jämställdhet, jämlikhet & inkludering

Burträsk HC ska vara en förening där **alla**, oavsett kön, bakgrund eller förutsättningar, ges möjlighet att delta, påverka och utvecklas.

Vi arbetar för:

- att flickor och pojkar prioriteras likvärdigt
- att resurser fördelas rättvist och utifrån verksamhetens behov
- en jämn könsfördelning bland ledare och i förtroendeuppdrag
- att så många barn och ungdomar som möjligt kan delta, oavsett sociala eller ekonomiska förutsättningar

**Vi tar aktivt avstånd från diskriminering, kränkningar och exkludering.**

## 4. Alkohol, narkotika, doping, tobak och spel (ANDTS)

Burträsk HC följer den gemensamma ANDTS-policy som gäller föreningar i Region Norr. Det innebär bland annat:



- Alkohol förekommer inte i samband med match, träning, cuper eller andra aktiviteter där barn och ungdomar deltar.
- Ledare och funktionärer är alltid nyktra i alla föreningssammanhang där de har ansvar.
- Ingen bär föreningens kläder vid konsumtion av alkohol.
- Narkotika och doping förekommer aldrig i vår verksamhet.
- Vi är restriktiva när det gäller sponsorer med koppling till alkohol eller spel.
- Vi är goda förebilder i frågor som rör ANDTS, särskilt i sammanhang där barn och ungdomar deltar.

Vid oro eller misstanke om överträdelse hanteras situationen enligt föreningens **Rutin vid oro, kränkning eller annan otrygg situation.**

## 5. Hälsa, balans och skola

I Burträsk HC ser vi hela människan – inte bara idrottaren.

Vi strävar därför efter att skapa en miljö där:

- idrott kombineras med skola, vila och återhämtning.
- barn och ungdomar uppmuntras till goda vanor kring kost, sömn och träning.
- vi tar hänsyn till individens totala belastning.
- skola och långsiktig utveckling prioriteras före kortsiktiga resultat.

### 5.1 Psykisk hälsa

I Burträsk HC ska det vara naturligt att prata om hur man mår. Vi arbetar för rimliga krav och en miljö där barn och ungdomar känner sig trygga att be om stöd.

Ledare ska vara uppmärksamma på mående och våga fråga och följa upp. Vid oro för en spelares mående eller trygghet följer vi föreningens **Rutin vid oro, kränkning eller annan otrygg situation.**

## 6. Respekt för roller och ansvar

I Burträsk HC värnar vi tydliga roller:

- Spelare – följer ledarnas instruktioner och bidrar till lagets utveckling.
- Ledare – är förebilder, skapar trygghet och utveckling, och leder verksamheten.
- Föräldrar – stöttar sitt barn, hela laget och föreningen – utan att coacha från läktaren.

Detaljer finns att hitta i våra **Förväntansdokument.**

### 6.1 Nya ledare

Alla nya ledare ska få en trygg och tydlig introduktion till sitt uppdrag och till Burträsk HC:s värdegrund, riktlinjer och arbetssätt. Ledare i barn- och ungdomsverksamheten ska genomföra föreningens krav på belastningsregisterkontroll.

Hur nya ledare introduceras och vilka krav som gäller regleras vidare i föreningens **Rutin och checklista för introduktion av nya ledare.**

## 7. Trygghet i våra miljöer

Omklädningsrummet ska vara en trygg plats där alla behandlas med respekt och känner sig välkomna. Ledare har ett särskilt ansvar för att bidra till en trygg omklädningsmiljö. Hur vi arbetar med ledarnärvaro, integritet och individuella behov beskrivs i föreningens **Rutin för trygg omklädningsmiljö.**



Vi har ett gemensamt ansvar för att hålla våra anläggningar hela, rena och välordnade samt visa hänsyn till andra som vistas där.

---

## DEL 2: Sportslig inriktning

*Hur vi bedriver och utvecklar vår ishockeyverksamhet*

### 8. Vår syn på ishockey

I Burträsk HC ser vi ishockey som en plats för utveckling – både som spelare och människa.

Vi vill att så många som möjligt spelar så länge som möjligt och får utvecklas utifrån sina egna förutsättningar.

Utveckling går före resultat, särskilt i yngre åldrar.

### 9. Vår syn på ledarskap

Ledarskapet i Burträsk HC ska präglas av **trygghet, glädje och utveckling**. Våra ledare är förebilder och skapar miljöer där spelare känner sig sedda, inkluderade och trygga att utvecklas.

Vi strävar efter ett ledarskap där:

- lärande och långsiktig utveckling går före kortsiktiga resultat
- spelare uppmuntras till delaktighet, ansvar och egna initiativ
- misstag ses som en naturlig del av lärandet
- ledare samarbetar och bidrar till en positiv föreningskultur

Mer om vad vi förväntar oss av våra ledare finns i **Förväntansdokument för ledare**.

### 10. Spelarutveckling

Spelarutveckling handlar om helheten. Vi utvecklar:

- teknik, skridskoåkning och spelförståelse
- fysik, koordination och rörelseförmåga
- ansvar, självständighet och delaktighet
- goda vanor kring kost, sömn och återhämtning
- sociala färdigheter och laganda

### 11. Träning och match

Träning och match anpassas efter ålder, mognad och utvecklingsnivå. Träningen är grunden för utveckling och ska vara planerad, varierad och skapa möjlighet att prova, lära och utvecklas.

I yngre åldrar ligger fokus främst på lärande, glädje och delaktighet. I äldre åldrar ökar kraven på ansvar, närvaro, inställning och eget engagemang.

### 12. Åldersanpassad verksamhet

TKH – U12



- Fokus på lek, rörelse och grundläggande färdigheter
- Hög aktivitet, mycket puckkontakt och smålagsspel
- Alla ska få möjlighet att utvecklas och uppmuntras prova olika positioner
- Alla ska få möjlighet att spela lika mycket
- Ingen toppning eller selektering

#### U13 – U15

- Fokus på teknik, spelförståelse och lagspel
- Fortsatt hög aktivitet och fokus på utveckling
- Nivåanpassning kan användas i träning och match
- Ansvar, delaktighet och självständighet blir viktigare
- Match används som ett tillfälle för utveckling och lärande

#### U16 – junior

- Ökad träningsmängd och högre kravbild
- Mer individanpassad utveckling
- Förberedelse för junior- och seniorhockey
- Ansvar, närvaro och inställning kan påverka roller och istid

### 13. Nivåanpassning

Nivåanpassning kan användas för att ge spelare utveckling och utmaning på rätt nivå. Den ska vara flexibel, utgå från spelarens bästa och långsiktiga utveckling och inte innebära fasta grupper i yngre åldrar.

### 14. Lagorganisation och spel i annan åldersgrupp

Åldersindelningen är föreningens grundstruktur. Vi eftersträvar trygga lagmiljöer, samarbete mellan ledare och kontinuitet över tid.

Spelare kan vid behov delta i träning eller match med annan åldersgrupp när det bedöms vara lämpligt utifrån barnets och verksamhetens bästa. Beslut ska präglas av trygghet, likabehandling och långsiktig utveckling.

**Beslut, dialog och uppföljning regleras i Burträsk HC:s *Rutin vid spel i annan åldersgrupp*.**

### 15. Matchmiljö och tävling

Match är en del av spelarens utveckling. Vi eftersträvar en trygg och positiv matchmiljö där spelare, ledare och publik visar respekt för domare, motståndare och spelet. Vi tackar efter match, respekterar domarens beslut och är goda representanter för Burträsk HC både hemma och borta.

### 16. Om riktlinjerna inte följs

Om våra riktlinjer eller förväntningar inte följs tar vi i första hand dialog med berörda. Målet är att skapa förståelse, tydlighet och möjlighet till förändring, med barn och ungdomars trygghet i fokus.

Vid allvarliga eller återkommande situationer följer föreningen sin ***Rutin vid oro, kränkning eller annan otrygg situation***.