



Den Gula Vägen

Inledning

Stenungsunds Hockey har bedrivit organiserad ungdomsverksamhet i över 60 år med målet att ge barn och ungdomar en aktiv, trygg och meningsfull fritid genom ishockey. Föreningen präglas av inkludering, likabehandling och personlig utveckling, både sportsligt och socialt, där hela individen står i fokus. Vi ser positivt på att barn och ungdomar kombinerar ishockey med andra idrotter under uppväxten.

Genom utbildade ledare och en bred verksamhet - där både nybörjare och spelare med höga ambitioner ges möjlighet att utvecklas - skapar vi en miljö som främjar livslångt intresse för ishockey, ansvarstagande och stark gemenskap. Vår ambition är att erbjuda regionens bästa arbetsmiljö för barn och unga, en riktning som också uppmärksammas genom utmärkelsen Årets Förening i Stenungsunds kommun 2026.

Den Gula Vägen är föreningens gemensamma riktning i vardagen och ska vara ett stöd vid beslut, planering, ledarskap och utveckling i samtliga lag och funktioner. Detta dokument är framtaget för att ge spelare, ledare och föräldrar en tydlig väg framåt och skapa bästa möjliga förutsättningar att utvecklas tillsammans i vår förening. Det ska inte bara beskriva vår verksamhet - det ska aktivt hjälpa oss utveckla den varje säsong. Den Gula Vägen är ett levande dokument som ska användas i vardagen - inte bara läsas.

Dokumentet revideras minst vartannat år av Sportrådet i samråd med styrelsen.

Föreningens mål

- Så många som möjligt, så länge som möjligt
- Vi skapar, i verksamheten, kärlek till spelet
- Regionens bästa arbetsmiljö för barn och unga
- Vi ska alltid sträva efter att bli fler i Hockeyskolan
- Flick- och tjejverksamheten ska utvecklas långsiktigt med ambition att stärka rekrytering, kontinuitet och egna utvecklingsmiljöer inom föreningen
- Förbereda den som vill för Elitsatsning i junioråldern



GLÄDJE

Genom glädjen till sporten skapar vi en stark sammanhållning och härlig gemenskap

ANSVAR

Ta ansvar för DIN roll i föreningen. Vi ska på ett respektfullt sätt visa ödmjukhet och uppskattning för varandras roller

MÅL

Vi skapar ett livslångt hockeyintresse och är regionens bästa arbetsmiljö för barn och unga

ENGAGEMANG

Alla kan inte göra allt, men ALLA kan göra något

GAME plan

”Inom alla områden ska vi: Slå vakt om allas lika värde, rättvisa och jämlikhet.”

Kännetecknar Stingersspelare

- Skridskoåkning är grunden i vår hockey
- Puckkontroll och smålagsspel utvecklar spelaren
- Hög aktivitet på träning skapar utveckling
- Vi tränar för att våga, tävla, förstå och växa över tid

Vår spelidé

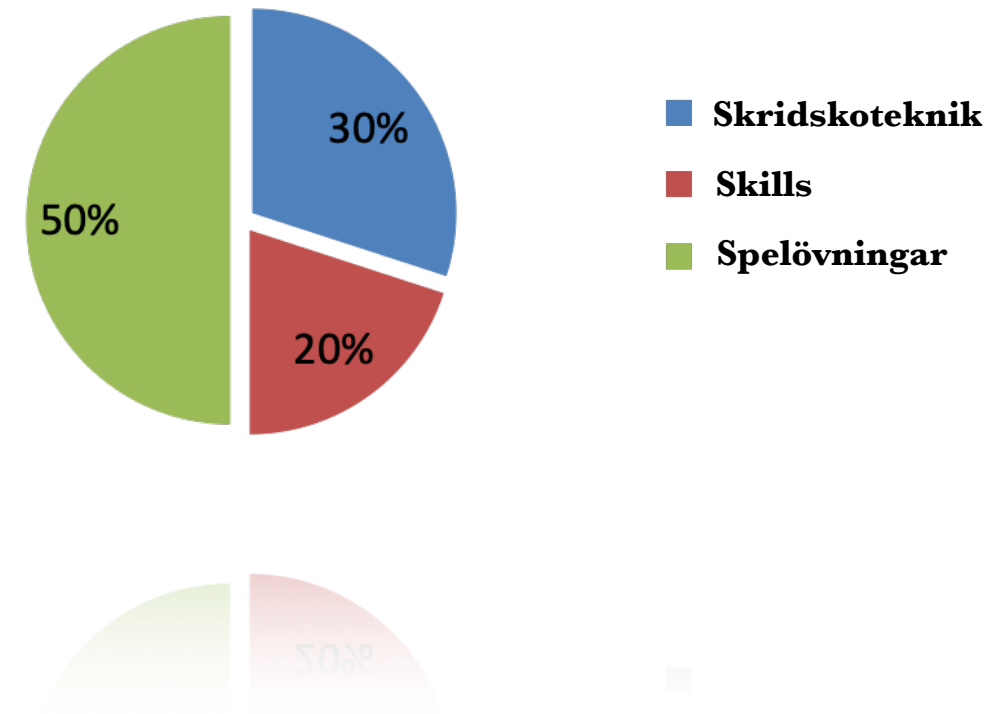
- Vi vill äga puck, passning-mottagning och kreativitet
- Vi spelar med hög fart och mod
- Vi vill vara spelbara
- Vi attackerar tillsammans
- Strukturerat spel
- Skridskoåkning driver vårt spel
- Vi tränar för att fatta egna beslut

Vi vill spela en modern och fartfylld ishockey

Vår identitet bygger på:

- Stark skridskoåkning
- Glädje till sporten
- Aktivt puckspel
- Mod att spela oss ur situationer
- Hög arbetsmoral
- Lagspel i alla delar av banan

Träningsupplägg



Hemmaplansmodellens Principer

Stenungsunds Hockey arbetar enligt Hemmaplansmodellen, Svenska Ishockeyförbundets vägledning för en trygg, inkluderande och utvecklande barn- och ungdomsidrott. Modellen hjälper oss att bygga en verksamhet där barnets bästa, goda relationer och långsiktig utveckling alltid går före kortsiktiga resultat. Lär mer på www.hemmaplansmodellen.se

1. Sätt människan i fokus

- Bygg trygga och långsiktiga relationer
- Var en god förebild med tydliga förväntningar
- Utöva ett inkluderande och utvecklande ledarskap

2. Ge alla möjlighet att utvecklas

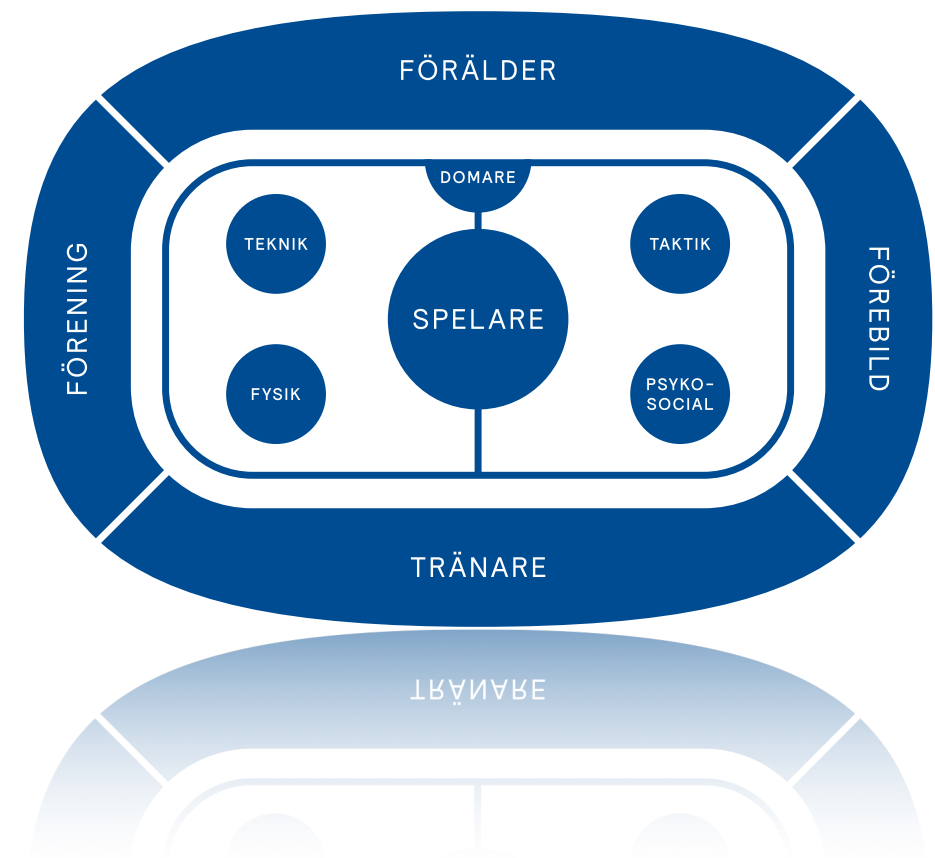
- Utveckla både individ och ishockeyspelare
- Skapa förutsättningar för ett livslångt intresse för ishockey

3. Anpassa träning och match efter målgrupp

- Sätt utveckling före resultat
- Tävla för att lära och växa

4. Bedriv en allsidig träning

- Utveckla en bred rörelsekompetens
- Stärk självkänsla och självförtroende
- Utgå från individens vilja och motivation



Våra principer för matchning och nivåanpassning

Vi skapar utveckling genom att kombinera trygghet, utmaning och tillhörighet. Alla spelare ska få rätt matchmiljö över tid - utan att tappa gemenskapen i laget.

Nivåanpassning i matchmiljö

- Används för att skapa rätt utmaning för varje spelare från och med U12
- Ska ske varierat över tid och får aldrig leda till att fasta grupper eller nivålag skapas över en längre period
- Bygger på träningsnärvaro, utveckling och aktuell matchmiljö - inte på kortsiktiga resultat eller ranking av spelare
- Alla spelare med minst 50% närvaro av lagets ispass ska erbjudas likvärdig speltid över tid
- Beslut tas alltid med spelarens långsiktiga utveckling i fokus

Detta gäller i Stenungsunds Hockey

- Vi arbetar inte med fasta första- och andralag i barn- och ungdomshockey
- Matchning får aldrig ske på bekostnad av gemenskap och trygghet
- Alla spelare ska över tid känna tillhörighet, delaktighet och möjlighet att utvecklas i föreningen oavsett nivå

Så här gör vi i praktiken

- Laguttagningar varierar över tid - samma spelare ska inte alltid spela tillsammans
- Spelare får olika roller i olika matcher för att utveckla fler delar av spelet
- Beslut följs upp av tränargruppen tillsammans med Sportrådet

I Stenungsunds Hockey skiljer vi tydligt på utveckling och resultat.

I barn- och ungdomshockey (upp till U16) är utveckling alltid överordnad resultat.

Nivåanpassning används för att utveckla - aldrig för att selektera eller skapa fasta lag.

OBS!

Tydlig gräns för matchning

Matchning av lag är inte tillåtet i barn- och ungdomshockey.

Undantag i Stenungsunds Hockey gäller endast vid särskilda tävlingsmoment:

- GIC-cupen (U14), GIF-cupen (U15)
- U16 Div 1-serie

I dessa sammanhang ges huvudtränare möjlighet att ta ut lag med fokus på prestation och resultat.

Övriga spelare erbjuds alltid likvärdiga utvecklingsmöjligheter i alternativa matchmiljöer.

I tveksamma fall ska beslut alltid tas till fördel för spelarens långsiktiga utveckling och trygghet i föreningen.

Sportrådet

Sportrådet är en central funktion i Stenungsunds Hockey och består av föreningens ungdomsansvarig och sportansvarig. Rollen som sportsligt ansvarig tillsätts av styrelsen och arbetar på styrelsens uppdrag med ansvar för att stödja, utveckla och vägleda den sportsliga verksamheten i föreningen. Sportrådet fungerar som en länk mellan styrelse, ledare, spelare och vårdnadshavare och ska bidra till att skapa tydlighet, trygghet och samsyn i verksamheten. Genom närvaro i verksamheten och dialog med våra lag ska Sportrådet bidra till att Stenungsunds Hockey fortsätter utvecklas enligt föreningens värdegrund och riktlinjer med ishockeyutveckling i fokus.

Sportrådets uppdrag

Sportrådets uppdrag är att säkerställa att föreningens barn- och ungdomsverksamhet bedrivs på bästa möjliga sätt och i linje med föreningens värdegrund, policy samt riktlinjer från Svenska Ishockeyförbundet och RF-SISU. Arbetet ska bidra till en trygg, inkluderande och utvecklande miljö där barn och ungdomar ges möjlighet att utvecklas både som ishockeyspelare och människor. Sportrådet ska vara ett stöd för våra ledare i den dagliga verksamheten och bidra till att skapa goda förutsättningar för ett långsiktigt och hållbart ledarskap i föreningen.

Ansvar och stöd

- Vara ett stöd för ledare i sportsliga frågor och verksamhetsutveckling
- Säkerställa att utbildning genomförs enligt Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer
- Följa upp att värdegrund och policy efterlevs i verksamheten
- Hålla ledarmöten regelbundet
- Vara vägledande vid frågor, utmaningar eller konflikter i lagen
- Fatta beslut om åldersupp- eller nedflyttning i samråd med huvudtränare och vårdnadshavare, med spelarens långsiktiga utveckling i fokus
- Bidra till en trygg, öppen och utvecklande miljö för barn och ungdomar

Istidsgruppen

Istidsgruppen utses av styrelsen och ansvarar för planering och fördelning av föreningens istider i dialog med kommunen.

Arbetet sker utifrån principer om rättvisa, transparens och verksamhetens behov, i nära samverkan med Sportrådet.

Kontaktväg i verksamheten

Vid frågor som inte kan lösas inom laget, eller vid behov av stöd i större frågor, är Sportrådet den naturliga vägen vidare för ledare, spelare och vårdnadshavare.

Ni når sportrådet på: **shfsportrad@gmail.com**

Spelarutveckling och åldersanpassning

Utveckling inom ishockey sker olika snabbt för olika individer. Fysisk, mental och teknisk mognad följer sällan en rak linje, vilket gör att tålamod, kontinuitet och rätt miljö alltid är viktigare än tidiga resultat.

Utgångspunkten i Stenungsunds Hockey är att spelare i första hand tillhör och spelar i sin egen åldersgrupp. Detta skapar trygghet, gemenskap och långsiktig utveckling i linje med svensk ishockeys riktlinjer.

Samtidigt ska verksamheten vara individanpassad. Spelare kan därför, utifrån mognad, motivation och utvecklingsnivå, ges möjlighet att träna och i vissa fall spela med annan åldersgrupp - både uppåt och nedåt.

Syftet är alltid att skapa bästa möjliga utvecklingsmiljö för individen, både som människa och ishockeyspelare. Följande gäller:

- Extra träning med annan åldersgrupp ska ses som ett utvecklingskomplement, inte en permanent tillhörighet
- Spelaren ska alltid ha sin huvudsakliga tillhörighet i sin egen åldersgrupp
- Initiativet ska utgå från vad som är bäst för spelarens långsiktiga utveckling - inte kortsiktiga resultat

Vid spel uppåt i åldersgrupper:

Spelare som kommit längre i sin utveckling, fysiskt, tekniskt eller mentalt, ska ges möjlighet till fortsatt stimulering och matchas in med spelare i samma nivå för fortsatt utveckling. De ges möjlighet att träna och vid behov spela med äldre spelare för ökad stimulans och utmaning.

Vid spel nedåt i åldersgrupper:

Spelare som exempelvis börjat sent, haft uppehåll eller av andra skäl behöver en annan utvecklingstakt, kan ges möjlighet att träna med yngre åldersgrupp för att stärka trygghet, självförtroende och grundfärdigheter.

Beslut och ansvar

- Alla avsteg från ordinarie åldersgrupp ska ske i dialog
- Beslut fattas av Sportrådet i samråd med huvudtränare och vårdnadshavare, styrelsen informeras
- Spelarens egen vilja ska alltid beaktas
- Besluten ska följas upp och utvärderas löpande

Spelarens skyldigheter

- Alltid kämpar och gör ditt bästa
- Agerar respektfullt mot andra människor och tar helt avstånd från mobbing, diskriminering, kränkning och rasism
- Alltid passar tider, lyssnar på tränarna och agerar på signal
- Använder ett vårdat språk
- Skapar goda vanor gällande träning, vila, kost och skola
- Är väl förberedd inför alla träningar och alla matcher
- Sköter om din och föreningens utrustning
- Respekterar dina ledare, motståndare och domare
- Medverkar aktivt för att skapa en bra lagkänsla i gruppen
- Endast tränarna och lagkaptenen för dialog med domaren, främst i periodpaus eller efter matchen
- Att du sköter skolan på ett bra sätt samt respekterar lärare och klasskamrater
- Att du är en god lagkamrat som hjälper och stöttar
- Att du inte använder din mobil i omklädningsrummet



Stenungsunds Hockeys Flickverksamhet

Stenungsunds Hockeys flickverksamhet är en naturlig och viktig del av föreningens långsiktiga utveckling.

Verksamheten bygger på samma värdegrund, spelidé och utvecklingsprinciper som övriga föreningen, men organiseras utifrån flickhockeyns specifika behov och utvecklingsmiljöer.

Flickverksamheten delas in i två åldersgrupper:

- F9-F12
- F13-F16

Grupperna erbjuds egna ispass där spelarna får utvecklas tillsammans i en trygg, stimulerande och inkluderande miljö med hög aktivitet, gemenskap och tydlig tillhörighet.

Samtidigt ges spelarna möjlighet att träna och spela med U-lag i sin ordinarie åldersklass när det stärker individens utveckling, trygghet och matchmiljö. Detta skapar flexibilitet och fler utvecklingsvägar inom föreningen.

Ambition och utveckling

Vår ambition är att steg för steg bygga en stark, hållbar och attraktiv flickverksamhet där fler flickor börjar spela hockey, stannar längre och utvecklas utifrån sin egen ambitionsnivå.

I linje med Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer skapar vi en miljö där flickor ges möjlighet att utvecklas hela vägen - från hockeyskola till ungdoms- och juniornivå inom föreningen.

Målet är att bygga en verksamhet där flickhockeyn växer organiskt, håller hög kvalitet och där Stenungsunds Hockey är ett självklart val för flickspelare i regionen.

Vår långsiktiga vision är att etablera ett eget F16- eller damjuniorlag, som en naturlig fortsättning på vår utvecklingsresa och som skapar möjlighet för fler spelare att fortsätta med sin hockey i Stenungsunds Hockey.

Den Gula Vaktaren

”Den Gula Vaktaren” är Stenungsunds Hockeys samlade modell för att utveckla och stödja våra målvakter. Genom en tydlig utbildningsstege, mental coachning och regelbunden specialistträning säkerställer vi att våra sista utposter har de bästa förutsättningarna att växa, både som hockeyspelare och som individer. Från hockeyskolans första möte med utrustningen till seniorlagets matchvinnande räddningar är vägen framåt tydlig: ingen målvakt lämnas ensam.

För att säkerställa högkvalitativ utbildning erbjuder föreningen minst en föreningsövergripande målvaktsträning per månad under ledning av en extern specialist. Denna resurs fungerar som ett komplement till den dagliga lagträningen och syftar till att ge våra målvakter verktyg för teknisk utveckling, mental styrka och en tydlig progression genom hela föreningen. Lagets tränare ansvarar för att målvaktsspecifika övningar även prioriteras i den ordinarie träningsplaneringen.

Målvakten utvecklas i samma långsiktiga anda som övriga spelare - med tålamod, repetition och trygghet i rollen.

Utbildning och stöd:

För att säkerställa högsta kvalitet i utbildningen tillhandahåller föreningen:

- Specialistkompetens: Minst en föreningsövergripande målvaktsträning per månad ledd av extern expertis
- Teknisk progression: Fokus på skridskoteknik, positionering och spelförståelse anpassat efter åldersgrupp
- Mental styrka: Verktyg för att hantera rollens unika press och främja ett positivt mindset
- Målvaktsfys: Målvakten får utöver lagfysen specifika övningar så som gymnastik, boll- och koordinationsövningar. Samt rörlighetsträning speciellt inriktad mot höfter och ljumskar

Tränarens ansvar

Målvaktsträningen är inte en isolerad aktivitet. För att stödja våra målvakter i vardagen ansvarar respektive lags tränare för att:

- Integrera målvaktsspecifika övningar i den ordinarie träningsplaneringen
- Säkerställa att målvakterna får aktiv feedback under varje ispass
- Samverka med föreningens externa målvaktsresurs för att följa individens utvecklingsplan

Mental utveckling

I Stenungsunds Hockey tränar vi inte bara kroppen utan även mind-set.

Vi vill utveckla spelare som:

- Vågar prova och göra misstag
- Kan hantera motgång
- Tar ansvar för sin utveckling
- Visar respekt och laganda
- Har tålamod i sin utvecklingsresa

Mental styrka är en viktig del av både ishockey och livet utanför isen.

Vi arbetar med detta genom att skapa trygga relationer, tydliga rutiner och en miljö där spelaren vågar försöka, misslyckas och lära över tid.

I vardagen innebär det att vi:

- Ger konstruktiv feedback på ansträngning, ansvar och utveckling
- Uppmuntrar spelaren att våga prova och fatta egna beslut
- Tränar förmågan att hantera motgångar och frustration
- Låter spelaren successivt ta större ansvar för sin egen utveckling
- Skapar trygghet genom tydlighet, respekt och dialog

Mental styrka utvecklas inte vid enstaka tillfällen - den byggs varje vecka, i varje träning, i varje match och i varje relation. 1% bättre varje dag.

I Stenungsunds Hockey bygger vi relationer mellan åldersgrupperna genom vår fadderverksamhet, där U16-spelare blir förebilder för spelare i U9. Genom gemensamma träningar och aktiviteter skapar vi trygghet, ansvarstagande och en stark föreningskänsla från hockeyskola till juniorverksamhet.

Vårt välmående - balansen i livet

I Stenungsunds Hockey ser vi hela människan. Psykisk hälsa är en förutsättning för att kunna njuta av sporten och prestera över tid. Vi arbetar proaktivt för att skapa ett öppet klimat där det är naturligt att prata om hur vi mår, även utanför rinkens.

I vardagen innebär det att vi:

- **Värnar balansen**

Vi uppmuntrar en sund balans mellan skola, ishockey och återhämtning för att förebygga stress och överbelastning.

- **Agerar på tidiga signaler**

Ledare och Sportrådet har en aktiv dialog för att fånga upp tecken på ohälsa eller minskad motivation.

- **Erbjuder en fristad**

Isen ska vara en miljö fri från omvärldens krav, där gemenskapen i laget fungerar som ett skyddsnät.

Så här arbetar vi i vardagen:

- Kort reflektion efter träning: vad gick bra, vad lärde vi oss
- Feedback ges på ansträngning, beteende och mod - inte bara resultat
- Spelaren uppmuntras att sätta enkla egna mål regelbundet

Ingen Stingersspelare ska behöva bära tunga tankar ensam - vi stöttar varandra i med- och motgång.

Ledare

Vår verksamhet bygger på engagerade ledare som är avgörande för hur våra barn och ungdomar utvecklas - både som ishockeyspelare och som människor. Ledaren är en förebild och ansvarar för att skapa en trygg, inkluderande och utvecklande miljö där varje individ får möjlighet att växa utifrån sina förutsättningar. Samtliga ledare ska arbeta enligt föreningens värdegrund och policys samt vara utbildade enligt Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer.

Huvudtränaren

Huvudtränaren i respektive åldersgrupp har det övergripande ansvaret för den sportsliga verksamheten i laget. Detta innefattar planering och genomförande av träningsupplägg samt laguttagningar vid match. Även främja ett gott samarbete med övriga ledare, som ytterst ansvarig i lagets ledarstab. Beslut ska alltid fattas i linje med föreningens värdegrund, riktlinjer och med spelarens långsiktiga utveckling i fokus.

Lagledaren

I varje åldersgrupp finns en lagledare som ansvarar för administration och samordning. Lagledaren fångar upp frågor och synpunkter från gruppen, hanterar dessa i dialog med huvudtränaren, Sportråd och förening samt säkerställer kommunikation och rapportering i SportAdmin.

Utbildning och trygghet

Ledare ska vara utbildade enligt förbundets riktlinjer och kontinuerligt utvecklas i sin roll. Samtliga ledare ska visa utdrag ur belastningsregistret minst vartannat år. Föreningen möjliggör och bekostar godkända utbildningar i samverkan med Svenska Ishockeyförbundet.

Ungdomsledarens ansvar

- Vara en god förebild och representera föreningen med respekt och professionalism
- Sätta barnets bästa i fokus och säkerställa allas rätt till utveckling i sin egen takt
- Skapa trygga relationer - relationen är alltid den vuxnes ansvar
- Arbeta aktivt mot kränkande behandling och för en inkluderande miljö
- Följa föreningens värdegrund, beslut och riktlinjer i det dagliga arbetet
- Främja både sportslig, mental och social utveckling - där prestation aldrig går före människan
- Ha en öppen och god dialog med spelare, föräldrar och förening
- Hantera utmaningar och konflikter i rätt forum och med stöd av föreningen

Så här arbetar vi i praktiken

- Varje träning ska ha ett tydligt syfte som kommuniceras till spelarna
- Tränaren använder namn, ser varje individ och ger individuell feedback
- Vi coachar i korta sekvenser - aktivitet går alltid före långa genomgångar

Förväntningar på föreningen

Som ledare i Stenungsunds Hockey kan du förvänta dig att:

- Få utbildning och stöd enligt Svenska Ishockeyförbundets utbildningssteg
- Erbjudas handledning och utveckling i din ledarroll via Sportrådet
- Vara en del av en förening som aktivt arbetar för regionens bästa arbetsmiljö för barn och unga

Föräldrar

Utan föräldrar - ingen barn- och ungdomsidrott. Som förälder är du en avgörande del i ditt barns ishockeyresa och en viktig representant för Stenungsunds Hockey. Tillsammans skapar vi en trygg, positiv och utvecklande miljö för våra barn och ungdomar.

Att vara Stingersförälder

- Stötta, uppmuntra och fokusera på det som är bra - glädje och trygghet går före resultat
- Hjälp ditt barn att våga försöka, göra misstag och utvecklas i sin egen takt
- Var en god förebild i beteende mot spelare, ledare, domare och motståndare
- Jämför inte med andra - varje resa är unik
- Respektera att det är ledarna som ansvarar för träning, match och laguttagning
- Ha ett positivt engagemang från läktaren

Vid match och träning

- Uppmuntra alla prestationer och bidra till en positiv stämning runt laget
- Visa respekt för spelare, ledare, domare och motståndare - från läktaren bygger vi trygghet
- Låt ledarna coacha - feedback under träning och match ges av ansvariga ledare
- Respektera att omklädningsrum och spelarbås är barnens och ledarnas miljö
- Hjälp ditt barn att komma i tid och vara förberett med rätt utrustning
- Från U9 gäller föräldrafritt 15 minuter före träning och match för att stärka ansvar och gemenskap

Samarbete med föreningen

- Följ föreningens värdegrund och policys
- Vi uppmanar vårdnadshavare och ledare att vänta minst 24 timmar innan diskussion kring matchning, speltid eller sportsliga beslut tas, för att skapa lugna och konstruktiva samtal.
- 24-timmarsregeln gäller inte vid frågor om säkerhet, kränkningar eller allvarliga incidenter - i sådana fall kontaktar man omgående ansvarig ledare.
- Visa förtroende för ledarnas arbete och beslut
- Stötta ditt barn i ansvar, skolgång och hälsa

Engagemang i föreningen

- Bidra till föreningens verksamhet genom ideellt engagemang (cafeverksamhet, matcher, cuper m.m.)
- Ta ansvar för de uppgifter som tillhör laget och föreningen såsom exempelvis medlemsförsäljning
- Delta på lagets föräldramöte, eventuella föräldrautbildningar och föreningens ordinarie årsmöte

Detta kan du förvänta dig av oss

- En trygg, inkluderande och utvecklande ishockeymiljö
- Utbildade ledare som sätter barnets bästa i fokus
- En verksamhet där alla är välkomna och får utvecklas utifrån sina förutsättningar

Domare

Domaren är en viktig del av Stenungsunds Hockey och en förutsättning för att vår verksamhet ska fungera. Att döma matcher utvecklar ansvarstagande, ledarskap, spelförståelse och respekt för ishockeyns regler.

Domarutveckling

Från och med U13 skall spelare påbörja domarutbildning enligt föreningens och förbundets riktlinjer. Målet är att ge våra ungdomar kunskap och trygghet att döma föreningens ungdomsmatcher samt skapa intresse för fortsatt utveckling som domare.

Spela, träna, döma

Vid krock mellan egen aktivitet och domaruppdrag gäller i normalfallet följande prioritering:

1. Spela match med egna laget
2. Döma tilldelad match
3. Träna med egna laget

En spelare som väljer att fullfölja ett domaruppdrag ska inte missgynnas vid kommande laguttagningar.

Som ungdomsdomare förväntas du

- Komma i tid och vara väl förberedd
- Uppträda rättvist och respektfullt
- Visa engagemang och vilja att utvecklas
- Ta ansvar för din roll på och runt isen

Föreningens ansvar

- Ledare och förening ska stötta våra unga domare genom vägledning via domaransvarig (som utses av styrelsen) med feedback och en trygg miljö där de får möjlighet att utvecklas i sitt uppdrag
- Bistå med utrustning: domartröja, byxor samt hjälm

Konflikthantering och eskalering

I Stenungsunds Hockey arbetar vi för en trygg, respektfull och utvecklande miljö där alla följer föreningens värdegrund och policys. När situationer uppstår som inte ligger i linje med detta agerar vi alltid tidigt, tydligt och med barnets bästa i fokus.

Föreningens konflikthantering sker stegvis och i dialog, med målet att lösa situationer så nära verksamheten som möjligt.

Vår ambition är att tränaren agerar snabbt och endast vid behov kopplas Sportrådet in som stöd och vägledning.

Vid särskilda händelser i verksamheten gäller i normalfallet

- Dialog och tillsägelse i direkt anslutning till händelsen
- Kontakt med berörda vårdnadshavare eller ansvariga ledare vid behov
- Samtal eller möte med Sportrådet för att tydliggöra ansvar och åtgärder
- Vid allvarigare eller återkommande händelser upprättas en handlingsplan i samråd med berörda parter

Vid allvarigare eller upprepade avikelser

Om tidigare dialog, tillsägelser eller överenskomna åtgärder inte leder till förändring, eller om en händelse bedöms som allvarlig redan från början, lyfts ärendet vidare till styrelsen för fortsatt hantering. Styrelsen fattar då beslut om eventuella ytterligare åtgärder utifrån föreningens styrdokument, alltid med hänsyn till situationens karaktär, individens ansvar och verksamhetens trygghet. Åtgärder kan innebära fortsatt uppföljning, särskilda överenskommelser eller tidsbegränsade beslut om begränsat deltagande i verksamheten. Målet är alltid att skapa förändring genom tydlighet, ansvarstagande och respekt för alla berörda.

Föreningens handlingsplan

Stenungsunds Hockey har en separat handlingsplan framtagen tillsammans med RF-SISU som styr hur ärenden hanteras vid kränkningar, konflikter, otrygghet eller andra allvarliga avvikelser i verksamheten. Handlingsplanen är ett av föreningens viktigaste styrdokument och fungerar som stöd för ledare, Sportråd, styrelse och vårdnadshavare när situationer kräver en tydlig och strukturerad process. Den säkerställer att alla ärenden behandlas likvärdigt, med respekt för individen och i linje med föreningens värdegrund samt riktlinjer från Svenska Ishockeyförbundet. Handlingsplanen gäller för spelare, ledare och vårdnadshavare och ska alltid ligga till grund när frågor uppstår som påverkar tryggheten eller utvecklingsmiljön i föreningen.

Cuper och seriespel

Cuper och seriespel är viktiga delar av spelarutbildningen där olika matcher fyller olika syften beroende på ålder, utvecklingsnivå och sammanhang. Fram till och med U13 är cuper i första hand en del av föreningens arbete med gemenskap, laganda och positiva hockeyupplevelser. Om föreningen deltar med två lag i en turnering ska lagen sättas samman så jämnt som möjligt.

Olika matchmiljöer betyder aldrig olika värde. Alla spelare är en lika viktig del av föreningens utvecklingsmiljö och ges möjlighet att utvecklas utifrån sin egen väg, ambition och takt.

Alla ungdomslag från Hockeyskolan till U14 förväntas också arrangera en egen cup i föreningens regi varje säsong. Dessa arrangemang är en viktig del av Stingersandan och bidrar till gemenskap mellan spelare, ledare och föräldrar, samtidigt som de stärker lagkassa och föreningskänsla.

I seriespelet deltar lagen enligt följande

U9-U11 spelar i Bohuslän/Dal

F9-F12 spelar i första hand i Bohuslän/Dal

U12-U14 spelar i både Bohuslän/Dal och Göteborg

U16 spelar i Göteborg, div 1 och div 2, eventuell Bohuslän/Dal serie som div 2

F13-F16 spelar seriespel antingen i Göteborg eller Västergötland

U18 spelar i div 2 och ska alltid tävla om en plats i div 1

U20 spelar i div1

A-lag spelar i div 3 med en tydlig målsättning om en plats i div2

Föreningens utvecklingsturneringar

Från U13 deltar föreningen i utvalda turneringar arrangerade av Göteborgs Ishockeyförbund där sportlig prestation ges särskild betydelse:

- **U13 - GP-pucken: Fokus delaktighet**

Här deltar föreningen med minst ett lag där målsättningen är att alla ska vara med. För att säkra en plats krävs en grundläggande närvaro; träningsnärvaro under 50 % från säsongstart kan påverka laguttagningen.

- **U14 - GIC-cupen: Fokus tävlingsförberedelse**

Här ökar kraven på engagemang och prestation. Tränaren tar ut laget baserat på träningsnärvaro, där minst 50 % kan tillämpas som riktmärke. Under cupen tillämpas viss matchning av laget för att introducera ett mer tävlingsinriktat spel.

- **U15 - GIF-cupen: Fokus prestation**

Här övergår verksamheten till en renodlad tävlingsnivå. Föreningen deltar med det lag som tränaren utser som det sportsligt starkaste, med målsättningen att ställa upp med det lag som kan prestera bäst resultatmässigt.

Spelare som inte deltar i aktuell huvudturnering ska erbjudas matchspel i annan planerad turnering eller motsvarande matchmiljö i nära anslutning, så att utveckling och stimulans säkerställs för hela gruppen.

Föreningens mål är inte att alla ska gå längst, utan att varje spelare ska få möjlighet att gå så långt som den själv vill och är redo för.

Distriktsmästerskap

Vid distriktsmästerskap från U13 är utgångspunkten att ålderstillhörighet gäller. Laguttagning sker i första hand utifrån spelarens ordinarie åldersgrupp och träningsnärvaro inför turneringen. Yngre spelare tas endast ut vid behov för att skapa full trupp om minst 15 utespelare och 2 målvakter.

Kost och återhämtning

Goda matvanor är en viktig del av spelarutvecklingen och lägger grunden för energi, återhämtning och prestation över tid. Vi delar Svenska

Ishockeyförbundets syn att regelbundna måltider, bra frukost och rätt återhämtning är avgörande för att orka träna, spela och utvecklas inom ishockeyn. Frukost, lunch, middag och planerade mellanmål skapar de bästa förutsättningarna för både skola och idrott.

Efter träning eller match rekommenderas ett återhämtningsmål direkt eller inom kort tid, följt av en ordentlig måltid inom cirka en timme. Här har vårdnadshavare en viktig roll i planering och stöd, särskilt i yngre åldrar. Goda kostvanor byggs tidigt och är en viktig del av en hållbar idrottskarriär.

Klädsel och representation

Stenungsunds Hockey ser klädsel som en del av föreningens identitet och gemensamma uttryck. När vi representerar föreningen vid träning, match, samlingar och cuper gör vi det med ett vårdat och enhetligt uttryck som stärker vår gemenskap och vårt varumärke.

Matchställ, tröja och damask lånas av föreningen vid varje tävling.

Träningströja (ej damask) lånas av föreningen vid varje träning.

Ledare förväntas bära föreningskläder vid officiella aktiviteter. Föreningen tillhandahåller representationskläder (4 st kit) till varje nybildat årslag och uppdaterar dessa var tredje säsong.

Vi ser också positivt på att spelare använder föreningens profilkläder vid samlingar, resor och matcher som en del av Stingers identitet.

Campverksamhet

Stenungsunds Hockey ser camper, extra träning och externa utvecklingsmiljöer som en positiv del av spelarutvecklingen. Föreningens egna miljöer, såsom Stingerscampen och WCHC, prioriteras eftersom de bygger vidare på föreningens arbetssätt, värdegrund och långsiktiga utvecklingsmål. Här skapas gemenskap mellan åldersgrupper, stärkt Stingers-identitet och goda förutsättningar för både individuell utveckling och lagutveckling inför kommande säsong.

Extern utvecklingsmiljö

Stenungsunds Hockey uppmuntrar i första hand utveckling inom den egna föreningens verksamhet.

Externa camper och utvecklingsmiljöer kan förekomma som ett individuellt komplement till spelarens utveckling.

Föreningens verksamhet har alltid högsta prioritet och deltagande får aldrig ske på bekostnad av träning, match eller egna lagets sammanhållning.

Stenungsunds Hockey uppmuntrar i första hand utveckling i den egna föreningsmiljön, där kontinuitet, trygghet och kvalitet i vardagen skapar bäst förutsättningar över tid.

Vi delar Svenska Ishockeyförbundets syn på utveckling: en stark föreningsmiljö, tålamod och kvalitet i vardagen skapar bäst förutsättningar över tid. "Talangutveckling kan närmast liknas med ett marathonlopp."

Utvecklingsresan från Hockeyskolan till A-Lag

I Stenungsunds Hockey följer vi upp utveckling genom:

- Träningsnärvaro och engagemang
- Individuell progression i färdigheter och spelförståelse
- Spelarens eget ansvar och inställning

Uppföljning sker kontinuerligt i dialog mellan tränare och spelare med fokus på långsiktig utveckling - inte kortsiktiga resultat.

OBS!



Mål Hockeyskolan

Skapa glädje, trygghet och nyfikenhet kring ishockey. Hockeyskolan är första kontakten med Stenungsunds Hockey där lek, rörelse och gemenskap står i centrum.

Öka intresset för sporten bland barnen och deras familjer.

Föreningen eftersträvar att vid uppstart varje säsong skapa flickhockeyskola när antal spelare och tillgängliga istider möjliggör detta.

Träningsfokus

Grupp 1 - Skridskoskola (ålder 4-8 år). I denna grupp startar alla nybörjare.

Grupp 2 - Hockeyskolan yngre: Ålder 5-6 år

Grupp 3 - Hockeyskolan äldre : Ålder 7-8 år

Tränaren visar övningar och lekar där barnen härmar.

Stor vikt läggs vid skridskoteknik, balans, motorik och att lära känna isen.

Träningen bedrivs i stationer med mycket aktivitet, lek och smålagsspel.

Introduktion till målvaktsspelet genom lek. Alla som vill får prova på att stå i mål med full utrustning. Fokus på glädje och att röra sig smidigt med benskydd.

Matchmiljö

Internmatcher och enkla matcher i närområdet utan resultatfokus.

Arrangerar Hockeyskolan-cupen.

Ledord

Lek - Glädje - Skridskor - Gemenskap

Mål U9

Introduktionen till hockeyn där vi skapar glädje, trygghet och en vilja att utvecklas. Fokus ligger på att lära sig grunderna genom lek, tempo och mycket puckkontakt.

- Skapa spelglädje och gemenskap
- Lära ut grundläggande hockeyfärdigheter
- Ge alla spelare möjlighet att utvecklas i sin egen takt
- Våga hålla i pucken för att utveckla spelet med den

Träningsfokus

Mycket smålagsspel, mycket skridskoteknik, lekfulla aktiva övningar puckkontroll och lekfull motorik. Alla är delaktiga hela tiden.

Fys med rörlighet implementeras inför varje ispass. Rörelseglädje, balans och koordination.

Målvakter: Introducera grundställning och vikten av att vara på en lagom höjd, förklara skillnaden mellan att vara långt in i målet och längre ut. Förmågan att förflytta sig med kontroll, introduktion av de olika förflyttningarna med fokus på att det ska vara roligt att stoppa pucken.

Matchmiljö

U9 Poolspele i Bohuslän/Dal utan tabeller och jämn speltid.

Fokus i spelet med puck:

- Våga åka med pucken
- Titta upp och passa

Fokus i spelet utan puck:

- Försök vinna tillbaka pucken
- Hjälpa varandra

Ledord

Glädje - Lek - Tempo - Mod - Kompisanda

Genom föreningens fadderverksamhet får spelarna i U9 egna förebilder från U16, vilket skapar trygghet, inspiration och en stark känsla av tillhörighet i föreningen.

Mål F9-F12

F9–F12 är steget där vi bygger trygghet, spelglädje och hockeyidentitet i en miljö där varje spelare får möjlighet att utvecklas i sin egen takt. Fokus ligger på att skapa glädje i träning och match samtidigt som grundläggande hockeyfärdigheter successivt stärks genom repetition, aktivitet och mycket puckkontakt.

Vi vill att spelarna:

- utvecklar skridskoåkning, puckkontroll och mod i spelet
- lär sig förstå spelets enkla grunder tillsammans med andra
- bygger självförtroende genom mycket aktivitet och delaktighet
- känner gemenskap i både flickverksamheten och föreningens övriga miljöer

Träningsfokus

Vi bygger grunder i skridskoåkning, puckkontroll och spelmod genom hög aktivitet och många puckkontakter i varje pass.

Alla är delaktiga hela tiden.

Fys med rörlighet implementeras inför varje ispass. Rörelseglädje, balans och koordination.

Matchmiljö

F9-F12 spelar i första hand seriespel i Bohusländal

Fokus i spelet med puck:

- Våga åka med pucken
- Titta upp och passa
- Våga hålla i pucken och göra egna aktioner
- Använda passningar för att ta sig fram i banan

Fokus i spelet utan puck:

- Försök vinna tillbaka pucken
- Göra sig spelbar (hitta ytor)
- Jobba hem och hjälpa laget direkt

Ledord

Glädje - Lek - Tempo - Mod - Kompisanda

Mål U10

U10 är en fortsättning där vi utvecklar grunderna vidare och börjar förstå spelet mer. Vi kombinerar glädje och lek med tydligare krav på fokus, tempo och samarbete.

- Behålla spelglädje och gemenskap
- Utveckla skridskoåkning, puckkontroll och passningsspel
- Börja förstå spelet och spela tillsammans som lag.
- Hitta passningar i spelet och spela förbi motståndare

Träningsfokus

Mycket skridskoåkning i fart. Teknik med puck i rörelse. Lära sig vikten av passning-mottagning.

Smålagsspel med enkla spelregler. Introduktion till samarbete i spelet.

Fys med rörlighet inför varje ispass. Rörelseglädje, balans och koordination.

Målvakter: Fortsätta jobba på grundställningen, förklara skillnaden på bred och smalare benplacering. Få fram armar och handskar framför kroppen så att målvakten känner sig bekväm med att göra räddningar framför sig.

Automatisera grundläggande skridskoteknik och utveckla förståelsen hos målvakten när det passar bäst att använda de olika förflyttningsteknikerna och börja arbeta med ”tålmod i målet” för att vänta ut skytten.

Matchmiljö

U10 Poolspel i Bohuslän utan tabeller och jämn speltid.

Fokus i spelet med puck:

- Våga hålla i pucken och göra egna aktioner
- Börja använda passningar mer aktivt

Fokus i spelet utan puck:

- Jobba hem och hjälpa laget
- Förstå enkla positioner (sprida ut sig)

Ledord

Teknik - Glädje - Tempo - Mod - Fokus - Samarbete

Mål U11

U11 är steget där vi börjar sätta en tydligare struktur i spelet. Spelarna utvecklar sina färdigheter vidare samtidigt som de lär sig spela tillsammans som ett lag.

- Utveckla starka individuella färdigheter i fart
- Skapa förståelse för lagspel och enkla spelprinciper
- Behålla glädje, men med högre krav på fokus och ansvar
- Spela över centrallinjen för att skapa större möjligheter att göra mål

Träningsfokus

Motorisk guldålder: teknik, snabbhet, koordination och smålagsspel.

Skridskoåkning i högre tempo och med riktning. Teknik i matchsituationer.

Övningar med enkla beslut under press.

Fys med rörlighet inför varje ispass. Ett off-ice pass regelbundet. Rörelseglädje, balans och koordination.

Målvakter: Utveckla placering i förhållande till pucken (vinklar) och jobba på olika höjder i målet beroende på spelsituation. Introducera grundläggande räddningstekniker för att minimera returer.

Matchmiljö

Poolspel i Bohuslän/Dal med jämnare matchning.

Fokus i spelet med puck:

- Spela i fart - undvika att stanna upp spelet
- Kombinera eget spel med passningar
- Börja förstå enkla spelval (passa, åka, skjuta)

Fokus i spelet utan puck:

- Göra sig spelbar (hitta ytor)
- Rätt sida av pucken
- Börja förstå ansvar i spelet

Ledord

Lära sig tävla - Tempo - Fokus - Mod - Ansvar - Samarbete

Mål U12

U12 är steget där vi bygger vidare på grunderna och börjar spela med tydligare struktur. Spelarna utvecklar sina individuella färdigheter samtidigt som förståelsen för lagspel och positioner ökar.

Förstå träningens betydelse för spelarens utveckling.

Vi tränar för att bli bättre - och börjar förstå hur vi spelar för att vinna.

- Utveckla teknik och skridskoåkning i matchsituationer
- Skapa förståelse för positioner och lagets struktur
- Förbereda spelare för nästa steg i ungdomshockeyn

Träningsfokus

Övningar med enkla beslut under press. Skridskoåkning i högt tempo med och utan puck. Teknik i matchsituationer.

Smålagsspel + mer spel i större ytor (4v4 / 5v5). Introduktion till spel med backar och forwards.

Fys med rörlighet inför varje ispass. Ett off-ice pass regelbundet. Snabbhet, rörlighet och kroppskontroll.

Målvakter: Förfin balansen mellan aggressivitet och position, samt börja träna på att läsa spelet (klubbfattning, avstånd till spelare och positionsval vid olika spelsituationer)

Matchmiljö

Bohuslän/Dal + Göteborg.

Fokus i spelet med puck:

- Spela i fart och fatta snabbare beslut
- Använda passningar för att ta sig fram i banan
- Förstå när man ska passa, åka eller skjuta

Fokus i spelet utan puck:

- Vara spelbar och ge alternativ
- Hålla sina positioner (enkelt positionsspel)
- Jobba hem och hjälpa laget direkt

Ledord

Träna rätt - Tävlingsförståelse - Utveckling - Tempo - Fokus - Mod - Ansvar - Samarbete

Mål U13

U13 är steget där vi går från grundutbildning till mer organiserat lagspel. Vi utvecklar spelare som kan prestera i ett lag - med tempo, struktur och förståelse för spelet.

Individuell utveckling och lagets spel går hand i hand. Första året på helplan med tydligare hockeystruktur och spelidé.

- Skapa förståelse för lagdelar och roller
- Utveckla spelare i matchsituationer (5 mot 5)
- Etablera enkla spelprinciper i hela banan

Träningsfokus

Ökad spelförståelse, spelbarhet och tempo. Ökad andel spel i 5 mot 5.

Smålagsspel med tydliga spelregler. Teknik i fart och under press.

Introduktion till samarbete i lagdelar (backpar/forwards).

Fys med rörlighet inför varje ispass. Styrka implementeras med egen kroppsvikt som tyngd. Ett off-ice pass regelbundet. Snabbhet, rörlighet och kroppskontroll.

Målvakter: Optimera teknisk precision i förflyttningar och fortsätta med aktivt beslutsfattande i olika spelsituationer.

Matchmiljö

Bohuslän + Göteborg, helplansserie med publicerade resultat och tabell

GP-pucken är årets utvecklingsturnering.

Fokus i spelet 5 mot 5 med puck:

- Spela i fart och ta snabba beslut
- Använda passningsspel för att ta sig ur zon och framåt
- Backar deltar i spelet och sätter första pass

Fokus i spelet 5 mot 5 utan puck:

- Vara spelbar och hålla rätt avstånd
- Ta ansvar för sin position (forward/back)
- Jobba hem och komma rätt sida av pucken

Ledord

Tävla för att växa – Lära spelet - Tempo - Ansvar - Beslut - Samarbete - Fokus

Mål F13-F16

F13–F16 är steget där flickspelaren utvecklar sin hockey i en mer strukturerad tränings- och matchmiljö med ökad förståelse för tempo, beslut och ansvar. Här stärks individens färdigheter samtidigt som spelaren successivt förbereds för nästa nivå inom flick-, junior- eller seniorhockey.

Vi vill att spelarna:

- utvecklar sitt spel i matchsituationer med högre tempo
- förstår roller, positioner och lagets spelprinciper
- bygger fysisk, teknisk och mental trygghet över tid
- får en miljö där ambition och glädje kan gå hand i hand

Träningsfokus

Ökad spelförståelse, spelbarhet och tempo. Ökad andel spel i 5 mot 5.

Smålagsspel med tydliga spelregler. Teknik i fart och under press.

Introduktion till samarbete i lagdelar (backpar/forwards).

Spelförståelse, positionsspel och individuella beslut.

Fys med rörlighet och införa styrketräning inför varje ispass. Ett off-ice pass regelbundet. Successivt introducera enkla fysiska uppföljningar anpassade efter gruppens nivå.

Egen förberedelse blir successivt en viktigare del av spelarens utveckling.

Matchmiljö

F13-16 spelar i allianslaget i VG-serien

Fokus i spelet:

- Spela i fart och ta snabba beslut
- Använda passningsspel för att ta sig ur zon och framåt
- Backar deltar i spelet och sätter första pass
- Högt tempo i alla moment
- Beslut under press - rätt val i rätt tid
- Spel utan puck (position, timing, avstånd)
- Kommunikation och ansvar i laget

Ledord

Utveckling - Seriespel - Fortsatt stimulans - Nästa steg

Mål U14

U14 är steget där vi spelar organiserad laghockey med tydlig struktur. Spelarna utvecklar sina färdigheter i ett lagspel där tempo, beslut och ansvar är centralt.

Vi tränar och spelar utifrån en gemensam spelidé.

- Förbereda spelare för U16 och större kravbild.
- Etablera ett strukturerat 5-mot-5-spel
- Utveckla spelare i sina roller (forward/back)
- Höja tempo och kvalitet i beslut och utförande

Träningsfokus

Spelförståelse, positionsspel och individuella beslut.

Stor andel spel i 5 mot 5. Smålagsspel med tydliga syften. Övningar kopplade till spelidé (zonspel). Teknik och skridskoåkning i matchsituationer.

Fys med rörlighet inför varje ispass. Ett off-ice pass regelbundet. Snabbhet, rörlighet och kroppskontroll. Styrketräning med egen kroppsvikt.

Målvakter: Fokusera på atletisk rörlighet och returkontroll, samt påbörja grenspecifik fysträning för att stärka core och ben.

Matchmiljö

Bohuslän + Göteborg, helplansserie med publicerade resultat, tabell samt individuella spelarpoäng

GIC-cupen är årets utvecklingsturnering.

Fokus i spelet:

- Spela i fart – beslut under press
- Vara spelbar och hålla rätt avstånd
- Förstå när vi ska spela enkelt vs utmana
- Kommunikation på isen

Ledord

Ansvar - Intensitet - Hockeyförståelse - Tempo - Ansvar - Beslut - Struktur - Kommunikation

Mål U16

U16 är sista steget i ungdomshockeyn och en förberedelse för juniornivå. Verksamheten bygger på en tydlig spelidé i 5 mot 5 där tempo, struktur och ansvar är avgörande.

- Spelarna utvecklas för att klara nästa nivå - inte bara prestera här och nu
- Spela ett strukturerat och effektivt 5-mot-5-spel
- Förbereda spelare för U18/U20 och seniorhockey
- Utveckla tempo, beslutsfattande och fysisk förmåga

Träningsfokus

Spelmetodik, hög fart, fysik och taktisk förståelse. Majoritet av tiden i spel 5 mot 5. Övningar kopplade till spelidé (zonspel, omställningar). Smålagsspel med högt tempo och tydliga krav. Skridskoåkning kopplad till matchsituationer.

Fys med rörlighet, kondition och införa styrketräning inför varje ispass. Två office pass regelbundet. Implementera Fystester. Stabilitet, skadeförebyggande träning.

Målvakter: Utveckla förmågan att styra försvarsspelet genom kommunikation och börja använda videoanalys som ett verktyg för självvärdering. Konsolidera tekniken under hög fart och press, med ökat fokus på mental förberedelse inför match.

Egen förberedelse blir successivt en viktigare del av spelarens utveckling.

Matchmiljö

Div 1 och Div 2 i Göteborgsserien. Div 1 spelas med den matchtrupp som bäst svarar mot aktuell prestationsmiljö. Om serie i Bohuslän/Dal spelas den som Div 2. Spelarnas prestationer i Göteborg publiceras på EliteProspects från första seriematchen.

U15, första års U16, spelar GIF-cupen som utvecklingsturnering.

Fokus i spelet:

- Högt tempo i alla moment
- Beslut under press – rätt val i rätt tid
- Spel utan puck (position, timing, avstånd)
- Kommunikation och ansvar i laget

Ledord

Prestera - Konkurrera - Utvecklas - Tempo - Ansvar - Beslut - Struktur - Kommunikation

U16-spelare är också förebilder i föreningen och deltar i Stenungsunds Hockeys fadderverksamhet tillsammans med yngre spelare i U9. Genom gemensamma aktiviteter och träningar bygger vi relationer, trygghet och en stark Stingersanda genom hela föreningen.

Mål U18/U20

U18/U20 är sista steget i vår juniorverksamhet och en avgörande utvecklingsmiljö inför seniorhockey. Här kombinerar vi utbildning med prestation och skapar en plattform för spelare som vill ta nästa steg - inom klubben.

Vi representerar föreningen med stolthet, disciplin och hög ambitionsnivå - varje dag, på och utanför isen.

- Etablera laget i U18/20 i Division 1 med hög träningskvalitet
- Behålla och utveckla egna spelare i klubben
- Vara ett lag som både utvecklar spelare och konkurrerar om uppflyttning

Träningsfokus

Matchlika miljöer, fysisk kapacitet och speltempo. Utbildningsfokus med höga krav på tempo och kvalitet.

- Beslutsfattande i högt tempo - från övning till matchsituation
- Individuell utveckling integreras i lagträning
- Tydlig röd tråd mot A-lagets spelidé

Fys med rörlighet, kondition och styrketräning inför varje ispass. Två office pass regelbundet. Regelbundna fystester. Styrka, kapacitet och individuella fysprogram.

Målvakter: Uppnå elitförberedande prestation genom detaljerad matchanalys, personlig återkoppling och en fulländad mental inställning i varje situation.

Matchmiljö

Juniorserie i GBG Div 1 & 2 med nära koppling till A-lag.

Ledord

Prestationsmiljö - Seniorförberedelse - Tempo - Beslut - Mod - Ansvar - Kommunikation - Noggrannhet - Lag före jag - Disciplin - Respekt- Utveckling - Ambition - Stolthet

Mål A-lag

A-laget ska vara en naturlig inspirationsmiljö för föreningens yngre spelare och bära samma identitet som byggs från hockeyskolan. Sportsligt och på kort sikt, etableras laget i division 2.

- A-laget ska bedrivas på en seriös nivå med fokus på utveckling, prestation och laganda
- Skapa en kultur där spelare, ledare och övriga runt laget ständigt strävar efter att bli bättre
- Vara en attraktiv miljö för egna juniorer som vill ta steget vidare
- Etablera laget som ett stabilt och konkurrenskraftigt lag i sin division

Träningsfokus

Prestationsmiljö med krav på ansvar, tempo och professionalism.

Träningarna ska vara välplanerade, effektiva och utmanande med hög intensitet. Fokus på skridskoåkning, tempo, spelförståelse och lagets spelidé.

Tydlig struktur på varje träningspass: uppvärmning - teknikmoment - spelmoment - avslut. Kommunikation och feedback mellan spelare och tränare är en naturlig del av verksamheten. Varje träning ska ha ett tydligt syfte som spelarna känner till innan ispasset börjar.

Ansvarstagande, träningsnärvaro och professionalism är grund för förtroende.

Regelbunden individuell träning och fysträning.

Matchmiljö

Seniorhockey med föreningens identitet som grund.

Ledord

Stingersidentitet - Krav - Förebilder - Stolthet över att representera

Stenungsund - Glädje och gemenskap i laget - Lagarbete före jaget - Sportsligt uppträdande i alla lägen - Utveckling - Delaktighet - Disciplin - Respekt



Mål REC Hockey

Stingers Rec Hockey är för alla som slutat spela hockey men vill fortsätta med spelet i vuxen ålder på ett lekfullt sätt. Möjlighet för den som precis slutat i övre tonåren men ändå vill hålla i gång, samt för den som kanske haft uppehåll i flera år. Alla killar och tjejer som vill vara med, och inte spelar i något lag, är välkomna.

Behålla glädjen för ishockey hela livet.

Träningsfokus

En träning i veckan med spelglädje och rörelse. En social och glädjefull miljö.

Matchmiljö

Ingen tävlingspress - social hockeymiljö.

Ledord

Hockey för livet.



Stingersandan, vår gemensamma kultur

Stenungsunds Hockey bygger på en stark gemenskap där spelare, ledare, föräldrar och funktionärer tillsammans skapar den miljö vi vill att barn och ungdomar ska växa i.

Vår kultur formas varje dag genom hur vi tränar, tävlar, bemöter varandra och representerar föreningen både på och utanför isen.

Att vara en del av Stingers innebär att visa respekt, ta ansvar och bidra till en positiv utvecklingsmiljö där alla känner sig välkomna. Vi tror på långsiktig utveckling, där glädje, trygghet och ambition får gå hand i hand. Här ska både den som drömmer stort och den som utvecklas i sin egen takt känna att det finns en plats och en väg framåt.

Vi lovar att fortsätta utveckla vår verksamhet med samma öppenhet, mod och vilja att bli bättre som vi vill se hos våra spelare.

Vi vill att varje spelare lämnar vår verksamhet med mer än hockeykunskap - med erfarenheter, relationer och värderingar som bär vidare genom livet. Hur vi uppträder mot varandra, hur vi hanterar motgångar och hur vi firar framgångar är en del av det som bygger Stingersandan.

Tillsammans skapar vi en förening där det är roligt att vara, tryggt att utvecklas och naturligt att vilja bidra - idag och i framtiden.

Stingersandan bygger vi varje dag, i varje byte, för varje individ.

Det är så här vi bygger framtidens Stenungsunds Hockey.



Stenungsund Hockeyförening
Stenungsunds Hockey
I folkmun: Stingers

 **stenungsunds_HF**

 **Stenungsund Stingers**

 **stenungsundshockey.se**



Den Gula Vägen