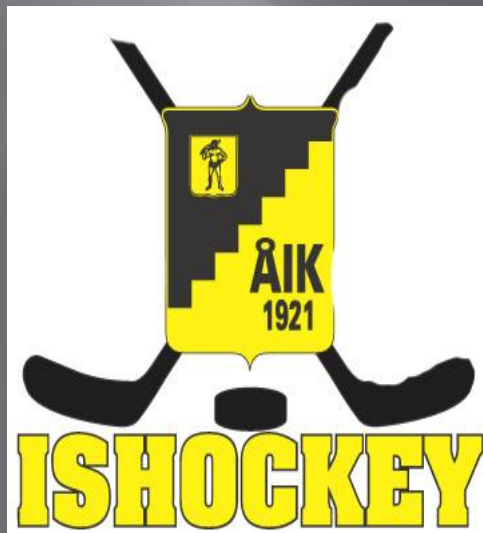


VÄLKOMMEN TILL FÖRÄLDRA TRÄFF



DAGORDNING

- ▣ Välkommen
- ▣ Presentation av den nya hemmaplansmodellen
- ▣ Presentation av vår hockeypolicy
- ▣ Information kring gällande säsong pga Covid 19
- ▣ Övriga frågor
- ▣ Om det finns fler frågor, träffas respektive grupp med sin ledare efteråt

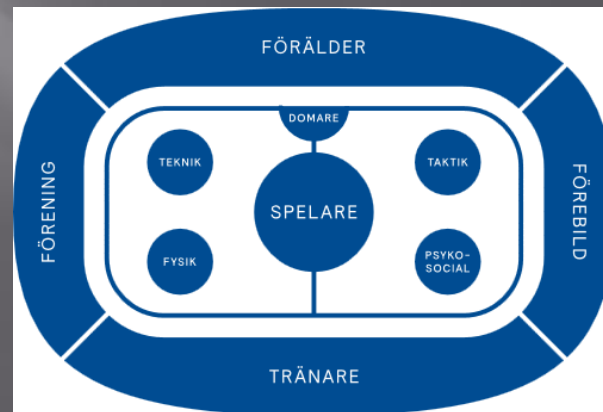
Hemmaplansmodellen

En praktisk, vägledande guide byggd på kunskap och erfarenhet med målet att skapa ett livslångt intresse för hockey, personlig utveckling och prestationer i världsklass. En modell som pekar ut den riktning vi valt att gå med svensk barn- och ungdomsishockey.

Modellen bygger på fyra principer:

- ▣ Sätt människan i fokus
- ▣ Ge alla chansen att utvecklas
- ▣ Anpassa träning och match efter målgrupp
- ▣ Bedriv en allsidig träning

<https://youtu.be/22ZUBjB-w-g>



FÖRÄLDRAPRINCIP 1

Sätt människan i fokus

- ▣ Vi vet idag att en av de viktigaste förmågorna en tränare kan ha är att skapa goda relationer med spelarna. En tränare som genuint engagerar sig och intresserar sig för varje individ har en avgörande roll för hur spelarnas motivation till att spela ishockey utvecklas.
- ▣ Att utforma en miljö inom vilken individerna ska utvecklas i som ishockeyspelare och atleter, men framförallt som människor lämnar oftast stora avtryck, inte bara i nuet utan också långt efter att hockeykarriären tagit slut. Att se varje enskild individ och låta spelarna förstå att alla är viktiga för laget som helhet är oerhört väsentligt.
- ▣ Som ishockeyförälder har du först och främst rollen att stötta och finnas där för ditt barn som spelar ishockey så att hen mår bra, trivs och har kul med sin idrott. Låt tränarna sköta verksamheten och låt ditt fokus först och främst handla om att stötta ditt barn i dennes resa inom ishockeyn. Hur väl relationen spelare – tränare – förälder fungerar kan vara avgörande för hur individens intresse och motivation utvecklas.
- ▣ Alla vi som finns runt omkring barn- och ungdomsishockeyn behöver komma ihåg att det handlar om så mycket mer än bara ishockey. Det kan låta självklart, men främst handlar det ju om människor. Människor som inte enbart är hockeyspelare utan har fler saker i livet som är viktiga. I ditt barns vardag finns såväl skola, kompisar och andra fritidsintressen som också behöver ges utrymme.
- ▣ Om du upplever att ditt barn far direkt illa i verksamheten så har du som förälder dessutom ett ansvar att meddela föreningen detta. Att ha ett förhållningssätt där vi alltid sätter barnets bästa i främsta rummet är ett sätt att få vägledning i situationer som kan vara lite knepiga.
- ▣ Precis som tränarna är såklart även du som förälder en förebild, både för ditt eget och andras barn. Som förebild är det viktigt att föregå med gott exempel då barn generellt sett gör som vi vuxna gör och som vi säger åt dem att göra. Skäller du på domaren eller pratar illa om tränaren eller andra spelare sänder du ut signaler om att dessa beteenden är okej. Och på samma sätt fungerar det omvända – goda beteenden kopieras på precis samma sätt.
- ▣ Barn och ungdomar söker bekräftelse hos dig, hos sina tränare och andra medspelare. Därför bör du tänka på att ge en extra klapp på ryggen, en uppskattande blick eller en applåd när du ser att spelarna och laget anstränger sig för att lyckas och inte bara ge beröm för resultaten, målen och de lyckade aktionerna på träning och matcher.

FÖRÄLDRAPRINCIP 2

GE ALLA CHANSEN ATT UTVECKLAS

- Din roll som förälder och hur du är i ishockeysammanhang har betydelse för i vilken grad ditt barns tid inom ishockeyn blir positiv, utvecklande och rolig. Hur du förhåller dig till föreningen, träningen och tränaren, matcherna och resultaten och inte minst till ditt och andras barn som spelar ishockey kommer att påverka upplevelsen.
- Våra barn och ungdomar inom ishockeyn är, liksom vi vuxna, olika i allt från ambition, ålder, kön, etnicitet, socioekonomisk bakgrund och mycket mer. Detta är något vi värdesätter högt då en mångfald av individer berikar vår verksamhet och inte minst oss själva. Vissa barn spelar ishockey för att det utmanar dem till att kämpa och göra sitt bästa, andra för att de trivs i laget och den sociala miljön medan somliga spelar för att de vill nå elitnivå.
- Vi ska komma ihåg att det bara är ett fåtal ishockeyspelande barn och ungdomar som kommer spela på yttersta elitnivå. Däremot kan alla få positiva erfarenheter av vår idrott och ett livslångt intresse såväl till idrott generellt som till ishockeyn.
- Du som förälder spelar en viktig roll genom att jobba mot följande målbilder:
 - Varje spelare utvecklas som människa.
 - Varje individ som börjar spela ishockey får ett livslångt intresse för ishockey och vill fortsätta vara fysiskt aktiv hela livet.
 - Varje spelare får en högklassig grundutbildning och de som så småningom vill får rätt förutsättningar att göra en satsning mot ishockey på elitnivå.

MÄNNISKOR UTVECKLAS I OLIKA TAKT

- Du som förälder har säkert redan märkt att barn och ungdomar utvecklas i olika takt. Att det inte är en självklarhet att den som först kunde gå är den som till slut springer snabbast. Det beror på att barns utvecklingskurva inte är linjär. Men så småningom kommer alla att kunna springa, hoppa och en ha en massa andra förmågor, bara vi ger varje individ möjlighet att utvecklas i sin egen takt.
- Oavsett om ditt barn är tidig i sin utveckling eller tar längre tid på sig är vår strävan att bygga en verksamhet där individens glädje, lärande och utveckling står i fokus. Barn och ungdomar ska ges möjlighet att utvecklas individuellt och få sina behov av självbestämmande, kompetens och tillhörighet tillgodosedda för att på så sätt vilja stanna kvar inom ishockeyn.
- Ha i åtanke att de flesta som anses duktiga i tidig ålder ofta är födda tidigt på året, är tidiga i sin biologiska utveckling eller har helt enkelt investerat mycket tid på idrott i allmänhet och ishockey i synnerhet. Att tidigt satsa på de som ligger före i sin biologiska mognad bidrar till att vi går miste om många som längre fram hade blommat ut. Vi behöver hjälpas åt att inte stressa på utvecklingen. Det är viktigt att låta barn vara barn och inte bedöma dem ur ett kortsiktigt perspektiv. Här har du som förälder en unik möjlighet att vara med och skapa en miljö som bidrar till en hållbar och långsiktig utveckling.

FÖRÄLDRAPRINCIP 3

ANPASSA TRÄNING OCH MATCH EFTER MÅLGRUPPEN

Första gången du spelade fotboll var förmodligen inte på en elvamannaplan, dina första simtag var inte i den djupa delen av bassängen och den första riddturen skedde inte på den största hästen.

- På samma sätt ser vi på ishockeyn. För att ges möjlighet att utvecklas i sin egen takt och för att ge samtliga individer möjligheten att vara delaktiga i spelet har vi valt att anpassa våra spelformer. Vi har sett att den bästa utvecklingen sker då barn får vara aktiva i ishockeyns olika moment så ofta som möjligt. Fler skott, passningar, riktningsförändringar, räddningar, närkamper och så vidare. Hur ser vi då till att barn och ungdomar ska ges denna möjlighet till utveckling?
- Svaret är logiskt och ganska enkelt – vi krymper spelytorna och anpassar regelverken på ett sätt som främjar deras utveckling, lärande och glädje. Dessutom är ishockey ett spel som även på seniornivå mer och mer avgörs och spelas på de små ytorna. Att spela på en mindre yta blir ett sätt att förbereda våra unga spelare på vad som kommer.
- Med det sagt vill vi alltså skilja på barn- och ungdomsishockeyn och vår elitverksamhet.
- Anledningen är att barn och ungdomar ska få en verksamhet som är anpassad efter just dem, där träningen och matchen är specialutformad för att varje individ ska kunna utvecklas och nå sin fulla potential – men framför allt för att vara delaktig i spelet och ha roligt här och nu.
- Fokus ligger på att spela spelet i unga år för att med stigande ålder gå in på detaljerna bakom. Matchen är inte målet, utan framförallt ett verktyg för att få en långsiktig spelarutveckling. Med andra ord ett lärande i matchform där misstag är en naturlig del av lärandeprocessen och där spelarnas egna upptäckter, beslutsfattande och kreativitet ges utrymme. För vi vet att det är så lärandet fungerar som allra bäst.
- Du som förälder har en viktig roll i att berömma och bekräfta ditt och andras barn utifrån deras ansträngningar och prestationer och inte lägga så stor vikt vid hur matcherna slutar resultatmässigt.
- Det är inte den enskilda matchen och det enskilda resultatet som avgör individens långsiktiga utveckling – utan det är glädjen i att lyckas och att ha ett självbestämmande kring sin ishockey som leder ett livslångt intresse för ishockey.

FÖRÄLDRAPRINCIP 4

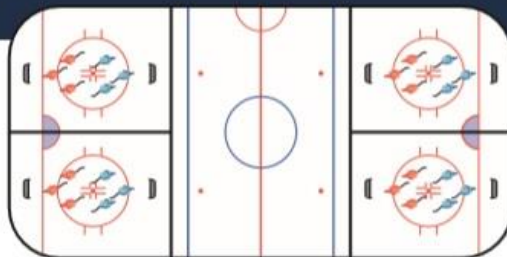
BEDRIV EN ALLSIDIG TRÄNING

- ▣ Att lära sig läsa, skriva och räkna är en självklarhet, men lika självklart borde det vara att samla på sig en så stor rörelsebank som möjligt. Att ha en bred rörelsekompetens kan inte överskattas – det är en livsviktig kunskap.
- ▣ Att kunna göra så många olika saker som möjligt med sin kropp skapar en känsla av kompetens som föder självförtroende – som i sin tur skapar motivation. Det vi upplever att vi är duktiga på och har självförtroende i vill vi helt enkelt göra mer av. Aktiviteter som skapar just detta förknippar vi med glädje.
- ▣ Ju bredare rörelsekompetens ditt barn har, ju mer kommer hen att utvecklas även som ishockeyspelare. Att ge våra barn och ungdomar möjlighet att hålla på med flera olika idrotter under uppväxten, i organiserad och/ eller oorganiserad form, är viktigt då det ger en variation inte bara i träning utan även i olika sociala miljöer.
- ▣ Att hålla på med flera idrotter ger en mer allsidig träning vilket i sin tur minskar risken för överbelastningsskador och att mentalt tröttna på ishockeyn. Att hålla på med andra idrotter gynnar alltså både ishockeyspelandet samtidigt som chanserna att fortsätta idrotta efter karriärens slut ökar.
- ▣ Det är med andra ord inte farligt att träna mycket så länge det är individens egen vilja som styr och att träningen är allsidig och varierande samtidigt som spelarna ges möjlighet till tillräckligt med vila och återhämtning.

ANPASSADE SPELFORMER

REGLER OCH RIKTLINJEN FÖR TIK HOPP TILL ISH - V.1.1 - 3028

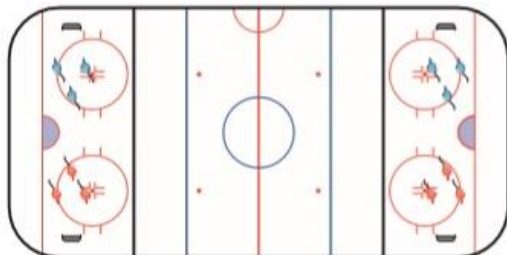
ÖVERSIKT AV SPELYTORNAS STORLEK



TKH och U9

1/6 av halplan (15 m x 20 m)

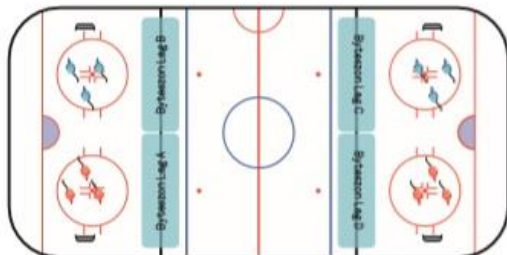
Ismarkeringar: Mittpunkt,
mållinje och målgård.
Spelyta: 15 m x 20 m.
Yta för vila: Mittzon.



U10 och U11

1/4 av halplan (15 m x 30 m)

Ismarkeringar: Mittpunkt,
mållinje och målgård.
Spelyta: 15 m x 30 m.
Yta för vila: Mittzon.



U12 och äldre

1/3 av halplan (20 m x 30 m)

Ismarkeringar: Mittpunkt,
mållinje och målgård.
Spelyta: 20 m x 30 m.
Yta för vila: Mittzon.

VÅR HOCKEYPOLICY

Sammanfattning: Reviderades inför fjolårets säsong med t ex tillägg om tjejhockey och domarsituationen.

Åsele IK:s Ishockeypolicy ska vara en vägledning för alla ledare inom vår verksamhet och en information till föräldrar, spelare, kommunen, sponsorer och andra intresserade om hur vi vill att vår verksamhet skall bedrivas. Den finns att läsa på anslagstavlan vid omklädningsrummet eller på ÅIK's hemsida.

Vi är många som arbetar i verksamheten, alla med olika bakgrund, kunskap och utbildning, och ibland gör vi rätt och ibland gör vi fel. Det är fullständigt mänskligt!

Ledare inom Åsele IK:s verksamhet ansvarar för:

- ▣ att vår policy följs.
- ▣ att verka för en positiv atmosfär mellan ledare, spelare och föräldrar.
- ▣ att information från hockeysektionen (HS) förs vidare ut i verksamheten.
- ▣ att idéer och synpunkter kanaliseras åter till HS.
- ▣ att utbilda sig efter Svenska ishockeyförbundets utbildningsplan och det betalas av Åsele IK.

Föräldrar inom ÅIK har ett stort ansvar för att era barn ska fortsätta att vilja vara aktiv ishockeyspelare. För ditt barns skull så är det viktigt att du som förälder försöker att:

- ▣ Skapa en positiv bild av ishockey och ÅIK
- ▣ Ser till att ditt barn har godkänd och funktionsduglig utrustning.
- ▣ Hjälper ditt barn att komma i god tid till träningar och matcher.
- ▣ Skapar en trygg och harmonisk stämning genom att samarbeta med ledare och andra föräldrar.
- ▣ Blir medlem i Åsele IK och att Du så aktivt som möjligt stödjer och hjälper till i klubbens arbete.
- ▣ Vid informationsmöten som Åsele IK kallar till så skall minst en förälder medverka.
- ▣ Hjälper till vid arbeten och andra arrangemang som leder till intäkter.

Forts Hockeypolicy

Vid träning och match vill vi att du som förälder:

- ▣ Hjälper till som funktionär
- ▣ I samband med träningar och matcher inom vår verksamhet, hemma såväl som borta, uppträder på ett för dig och klubben hedervärt och sportsmannamässigt sätt
- ▣ Undviker att kritisera eller uttrycka åsikter till lagledningen i direkt anslutning till match eller träning. Spara i så fall kritiken till dagen efter, och vänd dig då till ansvarig ledare eller Hockey sektionen.
- ▣ Undviker att sätta negativ press på ditt barn.
- ▣ Uppmuntrar och berömmar. Det utvecklar ditt barn
- ▣ Endast lagkaptenen i respektive lag får samtala med domare under match

Socialt

För att spelarna skall kunna utvecklas på isen, måste de trivas med sin omgivning. Därför lägger vi stor vikt vid att skapa en god lagsammanhållning, där alla skall känna att de har ett värde och är av betydelse. Vi accepterar ingen form av mobbning och vi måste få veta om det är någon spelare som känner sig utsatt. Den som upptäcker någon tendens åt det hållet skall ta kontakt med någon av våra ledare. Allt behandlas konfidentiellt.

Skolan

Ishockey på barn - och ungdomsnivå är i första hand en fritidssysselsättning, vilket gör att vi ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Alltså, skolarbetet skall skötas föredömligt!

INFORMATION – COVID 19

Generella direktiv: Spelare/ledare uppmanas att följa RF och Folkhälsomyndighetens allmänna råd avseende att minska smittspridningen. Detta genom att tvätta händerna noga med tvål och vatten, hosta i armvecket, undvika att röra ansiktet med händerna, använda social distansering om minst 1 meter och att inte besöka människor som tillhör riskgrupp.

Utökad städning av lokaler rekommenderas, samt att det finns god tillgång på tvål/handsprit och pappershanddukar.

INFORMATION – COVID 19

Medicinsk egenkontroll: Den som är sjuk, även med milda symtom, ska stanna hemma två extra dagar efter tillfrisknande. Blir man sjuk under träning, lämnar man direkt. Symtom att hålla koll på är: kroppstemperatur över 37,5, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk samt även om någon annan är sjuk i familjen.

Här ligger ett STORT föräldraansvar!!! Det är ni som känner era barn bäst. Meddela er ledare att barnet är sjuk, så de kan hålla extra koll i gruppen.

INFORMATION – COVID 19

Genomgångar: Ledarna kommer att gå igenom dessa förhållningsregler med barnen på den första träningen. Alla genomgångar kommer att hållas ute på is, vid behov i mindre grupper om 1 meters avstånd inte kan hållas.

Att ta sig till ishallen: Samåkning ska undvikas, transport sker via egen bil (genom att förälder lämnar). När man går in i ishallen så ska man hålla ett avstånd på 1 meter till närmaste person.

INFORMATION – COVID 19

Omklädningsrum och övriga lokaler: Social distansering på 1 meter gäller i hela ishallen. Skyltar kommer att finnas uppsatta, för att spelare och ledare ska komma ihåg det. Städning måste ske morgon och kväll samt kontinuerligt under aktiviteten pågår.
Inga föräldrar får heller vistas inne i ishallen överhuvudtaget.

Detta gör det svårt för oss att få våra omklädningsrum "coronasäkrade". Det finns inte ledare nog för att hålla koll på att barnen håller sin distans på 1 meter. Skåpen står också för tätt, för att avstånd ska kunna hållas. Vi kan inte heller sköta städningen av alla lokaler. Därför har vi tyvärr varit tvungna att fatta beslutet att **INGEN i lagen U9-U14 kommer att få byta om på ishallen.** De måste alltså förvara sina saker hemma och byta om hemma. Kan de knyta sina skridskor själv, så får de som vill ta på sig skridskorna ute på bänken (så länge avståndet hålls). Om de inte kan knyta skridskorna, så måste de anlända med skridskor och skydd på. De kommer alltså att kliva direkt på is, där genomgång kommer att ske. Toaletter ute i ishallen kommer att vara öppna. Alla måste tvätta sina händer noga efter varje besök.

Detta kommer även att gälla Trekronors Hockeyskola.

Ett undantag kommer att gälla och det är för de som är målvakter. De kommer att få ett skåp som de kan hämta sin utrustning ur, så länge de håller avståndet och respekterar de regler som gäller. Ledarna kommer att bestämma detta utifrån vilka som kommer att vara målvakt från gång till gång. Det är dock jätteviktigt att den som ska vara målvakt och ska använda ÅIK's utrustning måste ha långa långkalsonger (inga shorts tillåts). Har man egen hjälm så ska den användas. Om inte, så måste hjälmarna spritas av innan nästa person kan använda dem. Fler hjälmar kommer att köpas in vid behov.

INFORMATION – COVID 19

På isen/i spelarbåsen: Till och från isen så går man med minst 1 meters avstånd. Detta gäller även i spelarbåset. Spelaren måste ha sin personliga vattenflaska (de får INTE dricka av varandra). Inga handdukar tillåts i båset, utan det är pappershanddukar som gäller. Ledarna har en egen visselpipa och vattenflaska. Inga handskakningar eller "highfive" med spelare före/under/efter match tillåts.

Vid bortamatcher: Samtliga spelare/ledare i bussen ska ha ett eget tvåsits säte vardera. Handsprit ska finnas tillgängligt på bussen. Toaletten ska användas så lite som möjligt (där ska finnas tvål/vatten/handsprit). Endast pappersservetter får användas. Alla ska gå med minst 1 meters avstånd när de kliver på/av bussen, samt går in/ut från omklädningsrummet. För de som måste duscha så gäller att ALLA har sin egen handduk och sina egna hygienartiklar. Ledarna ansvarar för att bara en i taget går in i duschrummet eller på toaletterna. Social distansering på minst 1 meter gäller även när spelarna sitter i omklädningsrummet. Det är ledarnas ansvar att se över att allt går rätt till. Följs inte dessa regler, så får spelaren kanske inte följa med nästa gång.

INFORMATION – COVID 19

Publik och besökare: Tyvärr så har ishockeyförbundet fattat beslutet om att **INGA** föräldrar eller övrig publik tillåts på ungdomsmatcherna eller under deras träningstider. Endast funktionärer (som har en roll för att matchen ska kunna spelas) får närvara. Detta gäller förstås både på hemma och bortamatcher.

Vi håller er uppdaterade på vår hemsida eller via SMS-gruppen. Se till att ert mobilnummer finns hos ledaren.

ÖVRIGA FRÅGOR

TACK FÖR OSS!

