



## **Mål och riktlinjer för Almtuna IS Ungdomsverksamhet Utbildningsplattform för U8 till U16**

Detta dokument klargör hur verksamheten i Almtuna IS ska bedrivas och på vilket sätt vi vill leda och utveckla barnen och ungdomarna till hockeyspelare, samt ansvarstagande individer i samhället. Dokumentet förtydligar hur spelare, ledare och föräldrar/anhöriga ska förhålla sig till sina roller i föreningen.

Dokumentet omfattar även mål med verksamheten. Styrelsen och klubbchef är ansvarig för dokumentet och eventuella förändringar genomförs och beslutas av styrelsen.

För att verksamheten ska kunna bedrivas på ett sätt så föreningens mål kan uppnås förutsätter AIS att alla i och kring föreningen tar del av och följer riktlinjerna i detta dokument. Det bör poängteras att AIS är en förening som i huvudsak drivs av ideellt arbete. Föreningen blir vad dess medlemmar gör den till.

### **Innehåll:**

- Mål med verksamheten Värdegrund
- Organisation
- Ambassadörer för Almtuna IS
- Spelare
- Ledare
- Föräldrar/målsmän
- Bilda lag
- Sponsorer
- Allmän information

### **Utbildningdel:**

- Träning
- Tävling
- Utlåning av spelare och ”selectverksamhet”
- Övergångar
- Lagens övergripande verksamhet i följande ordning Hockeyskola – U16

### **Andra upprättade dokument i Almtuna IS**

- Likabehandlingsplan
- Krishanteringsplan
- Trafikpolicy
- Drogpolicy

*KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!*



## MÅL

- Almtuna IS mål är att ta ett samhällsansvar för att främja ungdomars intresse och nyfikenhet till idrott, gemenskap och ishockey.
- Vår målsättning är att rekrytera ungdomar till Almtuna IS, behålla ungdomarna genom att erbjuda en verksamhet i en positiv miljö som ger förutsättningar till god utveckling för samtliga i föreningen.
- Vår målsättning är att med kunskap, glädje och utbildning utveckla varje enskild individ på ett sätt som gör att alla ges förutsättningar att uppnå sin fulla potential.
- Förhållningssättet bland ledare och spelare vid såväl träning som match skall ha till syfte att stärka klubbens varumärke samt verka för en inkluderande miljö. Almtuna IS skall förknippas med: Ödmjukhet, långsiktighet och tålamod.

## VÄRDEGRUND

Vi är en klubb som vill skapa HARMONI, detta skapar vi genom att personal, ledare, föräldrar och spelare förhåller sig till vår Värdegrund

**HÄNSYN** för din omgivning, ha ett vårdat språk och lyssna på varandra.

**ANSVAR** för ditt beteende.

**RESPEKT** för regler, överenskommelser, samt dina medmänniskor.

**MÅL** fokusera på klubbens, lagets och individens uppsatta mål.

**OMTANKE** verkligen bry oss om varandra, stötta andra och vara en god vän.

**NEJ** till kränkningar, mobbing, doping, övergrepp och våld.

**INTERNET** hantera sociala medier på ett sätt så som du själv vill bli bemött och behandlad med.

Almtuna IS ska bedriva en verksamhet där alla är välkomna. Alla individer oavsett kön, etnicitet och läggning ska få samma förutsättningar och behandlas lika. Verksamheten ska genomsyras av glädje, gemenskap, respekt och sunda värderingar. Vi grundar våra värderingar i FNs barnkonvention och att idrott för barn ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv.

Almtuna IS tar avstånd från mobbing, rasism och invandrarfientlighet. AIS ska värna om en miljö fri från droger.

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



## ORGANISATION

Almtuna IS består av föreningen Almtuna IS som bedriver barn och ungdomsverksamhet från hockeyskola upp till juniorspel för flickor och pojkar. Almtuna IS Damlag är också en del av föreningen.

Almtuna IS herrlag drivs som ett aktiebolag och är fristående från föreningen Almtuna IS. Tillsammans bildar dessa två enheter en koncern.

Föreningens/AB-styrelse väljs en gång om året på separata årsmöten. Styrelsens huvudsakliga uppgift är att skapa förutsättningar för att uppnå föreningens visioner och mål. Styrelsen är också ansvarig för föreningens ekonomi och tillsättning av anställd personal. Styrelsens ledamöter bör inte ha någon beslutsfattande roll i något av föreningens lag.

Föreningens Klubbchef tillsätts av styrelsen och har ett övergripande operativt ansvar för ekonomi och verksamhet i Almtuna IS. För klubbchefen innebär det ansvar för både föreningen och AB. Klubbchefen rekryterar anställd personal till verksamheten och ansvarar för kontakten med samarbetspartners, kommun och liknande.

Almtuna IS damlag har en egen organisation runt laget, sportchef, anställd tränare och materialare och dessa funktioner tillsätts av klubbchefen och styrelsen.

Ungdomsansvarig är anställd i föreningen och har kontakt med alla lag när det gäller allt utom den sportsliga delen.

Utvecklingsansvarig inom ungdom arbetar tillsammans med junioransvarig och sätter riktlinjerna för den sportsliga verksamheten och har löpande kontakt med ungdomslagets tränare.

Föreningen har anställda tränare på hockeygymnasiet, J18 och J20. De anställda tränarna verkar även för kvalitetsäkring av ungdomsverksamheten.

### **Vi som representerar Almtuna IS Hockey är föreningens ambassadörer i alla sammanhang.**

Vi förväntar oss att alla medlemmar och anställda inom föreningen följer föreningens värdegrund. I de fall då föreningen anser att den inte efterlevs äger föreningen rätten att utesluta vederbörande.

- Vi lyssnar på våra kollegor, kunder, spelare och är positiva mot vår omgivning även i motgång
- Vi hälsar på alla som besöker oss och är stolta över vår förening och vårt lag.

*Vi AIS:are respekterar varandra och vår omgivning, såväl motståndare som domare, vi fokuserar på det vi kan påverka. Vi visar förståelse för varandras arbetsuppgifter och hjälper varandra till en positiv arbetsmiljö. Via kommunikation!*

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



## **SOM SPELARE I ALMTUNA IS**

- Uppträder jag på ett schysst sätt mot mina lagkompisar, ledare och domare.
- Jag har ett vårdat språk.
- Lyssnar på tränare, ledare och de spelare som har ordet.
- Jag tar hänsyn till alla runt mig och jag bidrar till en trivsamt miljö.
- Jag gör alltid mitt bästa på träningen!
- Jag ansvarar för min egna utrustning, samt städar undan efter mig själv oavsett var jag är.
- Jag tar ansvar till att följa tider och meddela i god tid om jag har förhinder.
- Som spelare tar jag avstånd från brukande av alkohol, narkotika och tobak.
- I Almtuna IS har vi obligatorisk domarutbildning för spelare i U14
- Jag följer föreningens och lagets regler.

## **SOM LEDARE I ALMTUNA IS**

- Förväntas du stå för ett ledarskap som ligger i linje med föreningens värdegrund. Att agera respektfullt genom tydlig kommunikation och dialog. Verka för en positiv atmosfär mellan spelare, ledare, föräldrar och andra som kommer i kontakt med vår verksamhet.
- Värna om alla barns rätt till en rättvis behandling och arbeta aktivt mot alla former av kränkande behandling.
- Lära spelarna att känna glädje i träning, tävling och övriga aktiviteter inom ishockeyn.
- Genomgå Svenska HF stegutbildningar. Delta på de träffar/utbildningar för ledare som föreningen anordnar.
- Visa engagemang, ödmjukhet, kunskap, ärlighet, tydlighet och respektera föreningens tankar, idéer och regler.
- Visa upp ett utdrag ur belastningsregistret som är max 1 år gammalt för ungdomsansvarig i samband med säsongstart. Gäller alla ledare som har direkt kontakt med deltagande spelare i laget.
- Alkohol får inte förtäras av ledare/spelare när de aktivt representerar klubben.
- Vid svåra samtal med spelare ska alltid två ledare närvara, samt spelarens förälder ska erbjudas att vara närvarande/närvarande
- Aktivt arbeta med att fostra varje individ att nå sin maximala hockeypotential.

Om en ledare märkbart bryter mot föreningens riktlinjer sker följande:

- samtal med ledaren kommer att ske.
- om det inte sker en förändring så kommer föreningens klubbchef och styrelse att informeras och varning utdelas.
- Har ingen förändring skett kan ledare fråntas sin roll som aktiv ledare i föreningen.

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



## **SOM FÖRÄLDER I ALMTUNA IS**

Föräldrarna är en viktig del i Almtuna IS och föreningen ställer också krav på föräldrarna. De enskilda lagen är en liten del av föreningen, vilket betyder att du som förälder måste acceptera regler, ramar och riktlinjer som föreningen beslutat och fastslagit.

- Följer Almtuna IS värdegrund och riktlinjer. Vi i Almtuna IS värdesätter hur du som förälder uppträder mot ledare, domare och andra föräldrar
- Betalar medlems- och träningsavgift i tid.
- Deltar vid föräldramöten och ev andra aktiviteter som anordnas av laget
- Deltar på de arbetsuppgifter som laget är ålagda från föreningen.
- Alltid stöttar våra spelare i med- och motgång
- Hjälper ditt barn med goda vanor, tex att komma i tid, ätit och vara förberedd för uppgiften
- Respekterar ledarnas beslut som följer föreningens och lagets riktlinjer och regler
- Följer du som förälder med på cuper, bortamatcher, läger eller andra aktiviteter med laget så ser vi dig som en representant för AIS. Du är vår ambassadör.
- Vid konflikt mellan förälder och ledare, steg ett lös inom laget, steg två kontakta ungdomsansvarig för medling.

**Läs igenom och signera detta dokument**

*KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!*



## **BILDA LAG**

Från U8 så bildar årskullarna ett eget lag och antal spelare i varje lag varierar från årskull till årskull, därför måste föreningen agera flexibelt när det gäller hanteringen av antal lag i seriespel inom respektive årskull. Lagens organisation består i huvudsak av föräldrar med stöd av representanter från föreningen.

När lag ska bildas första gången skall föreningens ungdomsansvarig vara delaktig. Föräldrarna får skicka in intresseanmälan på vad de kan ha för uppgift i laget och sedan sätts organisationen tillsammans med Almtuna IS ungdomsansvarig/Utvecklingsansvarig.

Från U16 är målet att en extern huvudtränare tillsätts av föreningen. I samband med detta så är det tillsatt huvudtränare tillsammans med föreningen som sätter en organisation som passar under kommande U16 säsong. Det är också föreningen som kallar till föräldramöten etc.

Alla lag ska tillsammans med föreningen se till att följande roller tillsätts.

- Tränare, ev fystränare
- TM/Lagledare
- Kassör, gärna 2 st
- Materialare, gärna 2 st
- Sekretariatansvarig
- Ev. webansvarig
- Cupansvarig

I samband med varje säsongstart skall TM kalla till ett föräldramöte där ungdomsansvarig/utvecklingsansvarig skall bjudas in. Vid säsongsupptakten ska också ansvarig TM/lagledare gå igenom föreningens dokument Mål och Riktlinje i respektive lag med spelare och föräldrar.

Vid jul/nyår ansvarar ledarna för respektive lag att genomföra en enklare utvärdering till föreningens ungdomsansvarig hur arbetet genomförts. Samt vid säsongens slut (April månad) göra en utvärdering till föreningens ungdomsansvarig/Utvecklingsansvarig.

Lagets tränare och TM/lagledare skall delta på de möten som föreningen kallar till.



## ALLMÄN INFORMATION

Almtuna IS verksamhet bygger på RFs riktlinjer när det gäller idrott för barn, breddidrott för ungdomar och elitinriktad idrott för ungdomar.

Alla deltagare i föreningens aktiviteter **ska lösa ett medlemskap och betala en träningsavgift senast i samband med säsongsupptakt. Spelare som inte betalat avgifterna får inte delta i verksamheten. Det går bra att betala avgiften i två delar.**

Har man problem med att betala medlems- och deltagaravgift ska man kontakta klubbens ungdomsansvarig för att finna en lösning.

Ungdomslagen har olika arbetsuppgifter för föreningen och där är det obligatoriskt att delta som förälder eller i de fall det är deltagarna som ska utföra arbetet. Detta är även ett sätt för laget att stärka lagkassan.

Försäljning under säsongen:

- Klubbrabatten säljs två gånger/säsong, augusti och januari, 5 häften/spelare/gång, dock ett maxtal på 10 häften/familj.
- Försäljning av Bingolotter till Uppesittarkvällen, 15 lotter/spelare, max 30 lotter/familj.

Föreningens alla ungdomsspelare kommer in gratis på herrlagets matcher. Varmt Välkomna!

**Istider** fördelas i föreningen efter prioritering enligt följande

- Elitverksamhet
- Juniorverksamhet
- Ungdomsverksamhet i fallande ålder

Tillgång till isytor är begränsat i Uppsala och fördelas mellan de föreningar som bedriver isverksamhet för barn/ungdomar. Det innebär att de tider vi tilldelas kan vara tidig förmiddag till sen kväll. De yngre lagen kommer att ha istid med start tidigast 15.30 på vardagarna minst en gång/vecka.

Tilldelningen av istider i hallarna baseras på antalet aktiva medlemmar i åldern 5-25 år, därför är det av största vikt att alla aktiva deltagare löser ett medlemskap.

Ungdomsansvarig tillsammans med Utvecklingsansvarig säkerställer att föreningens Mål och riktlinjer är uppdaterad och förankrad i verksamheten hos samtliga ledare, spelare och föräldrar i Almtuna IS.

Almtuna IS som förening ser positivt på multisportande ungdomar, där ishockeyn kan kombineras med andra sporter.

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



## UTBILDNING

### TRÄNING

Vår ambition är att erbjuda en utbildning som innebär att ingen spelare ska behöva lämna föreningen för en bättre utbildning. Utbildningen ska präglas av Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer för respektive åldersgrupp.

Almtuna IS filosofi är att spela en hockey som främjar både lagets resultat och individens utveckling. Det innebär att vårt spel ska utgå från puckinnehav, fart och offensiv kreativitet. Det är viktigt att vi accepterar misstag för att spelarna ska våga och därmed utvecklas. Vi sätter stor vikt vid att spelarna ska göra sitt bästa.

Utbildningen ska metodiskt följa den plan som tränarna fastställt i samråd med utvecklingsansvarig vilken ska bygga på klubbens filosofi enligt ovan. Den prioriterar det som är viktigt för långsiktig utveckling över kortsiktiga punktinsatser. I de yngre åldrarna är basfärdigheter som skridskoåkning, klubbteknik och smålagsspel dominerande moment i utbildningen. En stor del av träningen skall bedrivas matchlikt för att utveckla spelarnas intelligens och förmåga att fatta bra beslut på isen.

Vår utbildning ska baseras på vetenskapen att spelare utvecklas i olika takt och den ska därför vara individanpassad. Vår syn på utbildningen innebär att vi sätter stor vikt på kvalitén på träningen. Det innebär att vi har ambitionen att våra träningar ska ledas av erfarna och skickliga instruktörer, att vi ställer krav på att våra spelare ska komma i tid till passen, vara laddade med energi och göra sitt bästa för att genomföra passen med god koncentration och rätt inställning.

Tränarna skapar utvecklande, varierande och lärorika träningar där tränaren vågar ställa krav, ge befogad feedback och beröm. Vi är övertygade om att när dessa kriterier uppfylls så känner spelarna glädje och entusiasm. Spelare som har kommit längre i sin utveckling kan med fördel träna och spela med äldre lag. Det utbytet skall fungera mellan alla lag i Almtuna IS på ett organiserat sätt och sker i samverkan mellan aktuella tränare och utvecklingsansvarig.

Våra lag delar ofta på isen under träning vilket dels ökar antalet tillgängliga träningstillfällen samt gynnar samarbete mellan lagen.

*KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!*





## **TÄVLING**

### **KALLELSER**

Tränarna ansvarar för kallelser till matcher samt speltid i matcher. Dessa ska följa föreningens policy i respektive ålderskull. I vissa matcher kan nivåanpassning tillämpas. Vilken nivå en spelare tillhör är tränarnas ansvar och kan variera över tid. Vår verksamhet baseras på de riktlinjer som de regionala och nationella hockeyförbunden satt upp.

### **U8-U14 och flicklagen**

Från U8-U14 spelar vi ungdomshockey vilket skall baseras på bredd, lek, glädje och inte minst utveckling. Vi följer de riktlinjer som Upplands Hockeyförbund sätter upp för seriespel och cuper. Matchernas huvudsyfte är utbildning, dvs att träna på sådant man övat på under träningar fast under matchförhållanden. Utgångspunkten är att kalla 15 utespelare och två målvakter till varje match vid match på helplan. Målet är att alla spelare i ett lag ska få spela ungefär lika mycket. I övrigt hänvisas till utarbetade dokument för tränarna för respektive åldersgrupp.

### **U15**

I U15 bedriver vi en förberedande elitverksamhet. Med det menar vi att utbildningen skall syfta till att förbereda spelarna för elitsatsningen som sker från U16 samt till att kunna bli uttagna till Almtuna IS hockeygymnasium om spelaren har detta som ambition. I Almtuna IS innebär detta att samtliga spelare erbjuds nivåanpassad träning och matcher men att spelarna inte är garanterade ett antal matcher på viss nivå. Tränarnas beslut om istid under match kan baseras på t ex matchspecifika situationer, utbildningssyfte, position, spelarens attityd och inställning, styrkor och svagheter eller disciplinära skäl.

### **U16**

Från U16 bedriver vi elitverksamhet. Spelare garanteras inte ett visst antal matcher men föreningen strävar efter att erbjuda matcher i så stor utsträckning som möjligt. Tränarna avgör istid.



## ÅLDERSTILLHÖRIGHET

Syftet med denna policy är att samtliga spelare i Almtuna IS skall erhålla en sådan bra hockeyutbildning som möjligt. Den enskilda spelaren skall få spela i den bästa möjliga miljön sett till glädje, trygghet, kamratskap, utbildning och utveckling.

**Grundpolicy** - Samtliga spelare ska tillhöra sin egen årskull. Det ska tydligt göras skillnad på tillhörighet till sin årskull och möjlighet för spelare att träna och spela matcher med årgångar både över och under sin egen. Detta beslutas av berörda tränare per tillfälle.

**Utvärdering tillhörighet** - Utvärdering av permanent uppflyttning av spelare till en äldre årskull görs tillsammans av utvecklingsansvarig och tränare för de båda aktuella lagen eller av Almtuna IS sportchefer. Detta görs löpande och bör revideras mellan varje säsong.

## UTLÅNING AV SPELARE OCH "SELECTVERKSAMHET"

Så länge säsongen pågår, dvs. fram till och med den 31 mars enligt Uppland- och Stockholms Ishockeyförbund, ska spelaren prioritera sina lagträningar och matcher före annan ishockeyrelaterad verksamhet, exempelvis privata träningsgrupper etc. Under ordinarie säsong får spelare inte heller "lånas in eller ut" till annan förening eller organisation för träning och/eller matchspel utan godkännande från utvecklingsansvarig. Detta gäller även s.k. "select-lag".

## ÖVERGÅNGAR

Föreningen följer Uppland- och Stockholms ishockeyförbunds bestämmelser om spelarövergångar vilka i huvudsak är följande:

- Spelare som önskar byta förening ska först anmäla detta till sportchef (eller liknande) i sin klubb för en dialog kring orsaker och lösningsförslag.
- Om spelare/föräldrar kontaktar ny förening/lag direkt med förfrågan om spelplats, ska alla diskussioner om eventuell övergång avvisas och spelaren uppmanas kontakta moderföreningens sportchef (eller liknande) och följa beskriven process.
- Därefter ska föreningen till vilken spelaren tillhör kontaktas för att informeras om att förfrågan om övergång gjorts.

## LAGENS ÖVERGRIPANDE VERKSAMHET

### FLICKOR A-C

(Dam och flickverksamheten har även ett eget beskrivande dokument)

Almtuna IS erbjuder föreningens flickor att spela och träna både med pojk- och flicklag.

- Alla flickor som tränar med pojkar kommer erbjudas separat omklädningsrum.
- Flickor och pojkar kommer inte byta om tillsammans.
- Flickor som tränar med pojkar följer lagets övergripande mål.

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



Eftersom spelarunderlaget i AIS är för litet för att SAMTIDIGT tillgodose träning och tävling på samma nivå och i samma åldersgrupp har vi delat in truppen i

- Träningsgrupper som i stort följer åldersstrukturen
- Matchtrupper som tas ut efter nivå.

### **HOCKEYSKOLAN FLICKOR OCH POJKAR**

- Ge plats för alla som vill vara med
- Bjuda in alla barn i Uppsala kommun i åldersgruppen 5-7 år
- Erbjud äldre barn inträde i verksamheten och bereda väg till lagverksamhet i rätt ålder
- Väcka ett intresse för ishockey
- Slussa vidare minst 35 spelare till U8 varje år
- Träning 1-2 gånger i veckan från oktober till mars
- Ungdomsansvarig ansvarar för hockeyskolan med hjälp av föräldrar
- Alla barn på isen ska ha skridskor, hjälm och halsskydd
- Låneklubb och i viss mån annan utrustning finns att låna (ej skridskor och hjälm)
- Föräldrar som är med barnen på isen ska ha skridskor och hjälm
- Anordna hockeyskola för flickor

### **U8**

- Ge plats för alla som vill vara med och behålla så många spelare som möjligt
- Lagaktivitet 2-3 gånger per vecka från augusti till mars
- Åldersgruppen deltar inte i seriespel
- Laget anordnar "hockeyskoj", dvs. matchspel utan resultatrapportering, med föreningar i närområdet efter ansökan om tillstånd
- Tränarna och organisationen runt laget består av föräldrar med stöd av anställda tränare
- Fr.o.m. U8 ska alla barn ska ha full hockeyutrustning för deras säkerhet

### **U9-U10**

- Ge plats för alla som vill vara med och behålla så många spelare som möjligt
- Väcka och fördjupa ett livslångt intresse för ishockey
- Aktivitetsmängd 2-4 gånger per vecka från augusti till april (isträning, fysträning och match)
- Fysträning ska erbjudas 1-3 tillfälle per vecka
- Träningen individanpassas och nivåanpassas för att gynna alla individer.
- Deltagande i Upplandsserien i enlighet med Upplands ishockeyförbunds bestämmelser
- Deltagande i hockeyskojcuper under serieuppehåll
- Tränarna och organisationen runt laget består av föräldrar med stöd av anställda tränare

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



## U11-U12

- Ge plats åt alla som vill vara med och behålla så många spelare som möjligt
- Föreningen och laget strävar efter att ha en bred trupp
- Alla får vara med och tävla på sin nivå
- Aktivitetsmängd 3-5 gånger per vecka från augusti till april (isträning, fysträning och match)
- Fysträning ska erbjudas 2-4 tillfälle per vecka
- Träningen individanpassas och nivåanpassas för att gynna alla individer.
- Deltagande i Upplandsserien i enlighet med Upplands ishockeyförbund bestämmelser
- Deltagande i cuper under serieuppehåll
- Samarbeta både uppåt och nedåt mellan lagen för att spelarna ska utvecklas på bästa sätt individuellt och som lag
- Tränarna och organisationen runt laget består av föräldrar med stöd av anställda tränare

## U13-U14

- Behålla så många spelare som möjligt
- Föreningen och laget strävar efter att ha en bred trupp
- Alla får vara med och tävla på sin nivå
- Träning 4-6 gånger per vecka från augusti till maj (isträning, fysträning och match)
- Fysträning ska erbjudas 3-5 tillfälle per vecka
- Träningen individanpassas och nivåanpassas för att gynna alla individer.
- Deltagande i Upplandsserien (U14 spelar Stockholm Hockey Cup) i enlighet med Upplands- och Stockholms ishockeyförbunds bestämmelser
- Deltagande i cuper under serieuppehåll. Cuperna bestäms efter lagets nivå
- Samarbeta både uppåt och nedåt mellan lagen för att spelarna ska utvecklas på bästa sätt individuellt.
- Fr.o.m. U14 finns en ambition om att ha extern tränare, som bekostas av laget och godkänns av föreningen.
- Organisationen i övrigt består av föräldrar med stöd av föreningens representanter
- Målet är att alla spelare i ett lag ska få spela ungefär samma antal matcher under säsongen och ingen matchning bör ske. Undantag från denna princip kan ske vid ett färre antal tillfällen. Det är då tränarnas beslut i samråd med sportchefen och det ska tas med utgångspunkt att det ska gynna individen och gruppens utveckling

## U15

- Förberedande elitverksamhet
- Behålla så många spelare som möjligt
- Alla får vara med och tävla på sin nivå
- Laget ska sträva efter att minst nå A-serien i Stockholmsserien
- Träning 5-6 gånger per vecka från augusti till maj (isträning, fysträning och match)
- Fysträning 4-6 tillfälle per vecka
- Träningen individanpassas och nivåanpassas för att gynna alla individer.
- Deltagande i Upplandsserien och Stockholm Hockey Cup i enlighet med Upplands- och Stockholms ishockeyförbunds bestämmelser
- Deltagande i cuper under serieuppehåll. Cuperna bestäms efter lagets nivå i samråd med utvecklingsansvarig

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**



- Samtliga spelare erbjuds att spela matcher men är inte garanterade ett visst antal matcher på en viss nivå
- Samarbeta både uppåt och nedåt mellan lagen för att spelarna ska utvecklas på bästa sätt individuellt.
- I U15 finns en ambition om att ha extern tränare, som bekostas av laget och godkänns av föreningen.

## **U16**

- Elitverksamhet.
- Behålla så många spelare som möjligt
- Laget ska sträva efter att spela A-serien i Stockholmsserien
- Laget ska sträva efter att minst nå SM-kval
- Laget ska sträva efter att vinna DM
- Träning 5-6 gånger per vecka från augusti till maj (isträning, fysträning och match)
- Fysträning 5-7 tillfälle per vecka
- Träningen nivåanpassas
- Deltagande i Upplandsserien och Stockholm Hockey Cup i enlighet med Upplands- och Stockholms ishockeyförbunds bestämmelser
- Deltagande i cuper under serieuppehåll. Cuperna bestäms efter lagets nivå i samråd med utvecklingsansvarig
- Samtliga spelare erbjuds att spela matcher men är inte garanterade ett visst antal matcher på en viss nivå
- Samarbeta både uppåt och nedåt mellan lagen för att spelarna ska utvecklas på bästa sätt individuellt.
- Huvudansvarig tränare är tillsatt av föreningen. Organisationen i övrigt består av föräldrar som valts av föreningen

## **Hockeygymnasium**

- Ett av målen med ungdomsverksamheten i Almtuna IS är att så många som möjligt av de som går vårt hockeygymnasium ska ha gjort majoriteten av sin ishockeyutbildning i Almtuna IS regi.



## AVTAL - Ansvarstagande

Utifrån Almtuna IS Mål och Riktlinjer för Almtuna IS ungdom och Sportslig utbildningsplattform U8 till U16 vill vi säkerställa att våra medlemmar i form av ledare, föräldrar och spelare accepterar dess utformning och innehåll.

I och med detta avtal förbinder jag mig som medlem (ledare, spelare och förälder) i Almtuna IS att förhålla mig utefter denna "Sportsliga utbildningsplattform" med dess innehåll.

Uppsala den .....

Kristina Eklund  
Ungdomsansvarig

André Kallenberg  
Utvecklingsansvarig

.....  
Namnteckning

.....  
Namnteckning

.....  
Förälder/Vårdnadshavare  
Namnteckning

.....  
Spelare  
Namnteckning

.....  
Förälder/Vårdnadshavare  
Namnteckning

**KOM IHÅG ATT DET ÄR BARN OCH UNGDOMSIDROTT!**