



Antnäs BK Ishockeysektion

Mål & riktlinjer

för Antnäs BKs Ishockeysektion

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

1. FÖRUTSÄTTNINGAR SEDAN 2013

Antnäs BK påbörjade ett samarbete år 2013 med Brooklyn Tigers, med säte i Bergnäset, med dåvarande U12-lag. Efterföljande år utvidgades samarbetet till att gälla samtliga lag i ABK samt ungdomslagen i BT. Föreningarna har gemensamma träningar och tävlar med slashlag ABK/BT fram till och med U13. Från och med U14 tar BT ensamt över ansvaret för samtliga barn.

Bägge föreningarna delar värdegrund, vilket är en förutsättning för att ett samarbete skall fungera. I detta dokument beskrivs föreningsgemensamma mål och riktlinjer för verksamheten.

Tillsammans med Luleå Hockey har vi kommit överens om att barns tillhörighet skall styras av upptagningsområde. Nya spelare från Ale, Alvik, Antnäs, Ersnäs, Måttsund, Rosvik och Skäret bör skrivas in i ABK och nya spelare från Avan, Bergnäset, Bergviken, Bälinge, Centrala staden, Gäddvik, Kallax, Kallkällan, Karlsvik och Östermalm bör skrivas in i BT.

Samarbetet ABK-BT involverar även alla praktiska aspekter inom hockeyverksamheten och hur detta skall utföras beskrivs också i detta dokument. Ekonomiska aspekter redovisas i ett separat dokument (*Ekonomiska riktlinjer*).

2. MÅL

ABK skall bedriva ishockeyverksamhet för ungdomar upp till och med U13. Träningarnas innehåll och ledarnas förhållningssätt skall vara anpassat till spelarnas ålder, utvecklingsnivå, optimal mottagningsålder och bygger på Svenska Ishockeyförbundets rekommendationer.

Verksamheten bygger även på ABKs/BTs värdegrunder:

- Behandla din omgivning på det sätt du själv vill bli behandlad på
- Vi pratar med varandra och inte om varandra
- Vi missunnar ingen framgång och berömmar gärna varandra
- Vi hjälper varandra vid motgång
- Vi är goda ambassadörer för ABK/BT och Luleå
- Positiv inställning inbjuder alltid till positiva resultat

Det skall vara roligt att vara spelare och ledare i ABK. Vi skall genom kunskap, hårt arbete, goda vanor och tålamod nå mesta möjliga utveckling och lärande.

3. SPORTSLIGA AMBITIONER

ABKs ambition är att vara det självklara valet för spelare upp till och med U13. Föreningen skall bedriva en seriös träningsverksamhet med rätt träning på samtliga nivåer. Träningsmängden ökar med ökad ålder, liksom kraven vi ställer på spelarna; allt för att möta ambitionen att utbilda duktiga hockeyspelare. Vår målsättning, trots föreningens storlek, är att vara ett fullvärdigt alternativ för barn och ungdomar som vill satsa på sin ishockey.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

4. POLICY

4.1. Information

I samband med säsongsupptakten ska ledare, spelare och föräldrar få ta del av föreningens dokument *Mål & riktlinjer*.

ABKs styrelse ansvarar för att föreningens *Mål & riktlinjer*-dokument är förankrat i verksamheten och att föreningens ledare känner till, har kunskap om och jobbar utifrån detta dokument.

Säsongen avslutas med att ledarna för respektive lag träffar styrelsen för att bland annat lämna en enklare utvärdering som dokumenteras av föreningen.

Föreningen ser gärna att så många föräldrar som möjligt stödjer föreningens viktiga arbete i sitt barns lag. Alla som är verksamma i föreningen, antingen som ledare eller föräldrar har ett stort ansvar när det gäller att skapa en bra miljö för barn och ungdomar i föreningen.

5. TRÄNING

ABK följer Svenska Ishockeyförbundets rekommendationer för barn- och ungdomslag vad gäller träningsmängd samt träningarnas innehåll, den sk *Hockeyns ABC*.

- Ledarna i varje lag har ett ansvar att spelarna upplever det roligt med att spela hockey. Ledarna skall kommunicera med spelarna om hur de upplever verksamheten.
- Barn mår bra av att utöva flera idrotter och skall ha rätt att göra detta i olika föreningar.
- Ledare och spelare har ansvar för att passa tider, ha ett gott uppförande mot andra människor, ta ansvar för sin och sin förenings utrustning samt att alltid göra sitt bästa.
- ABK eftersträvar rena årskullar, så långt det är möjligt.

6. SPORTRÅD

Genom samarbetet med BT finns en möjlighet att framföra frågeställningar till BTs sportråd. BTs styrelse utser ett sportråd bestående av minst tre personer, vars uppgift är att hantera sportsliga riktlinjer. Minst en medlem från ABK deltar i detta sportråd. Sportrådet har följande uppgifter:

- Kvalitetssäkra att policy efterlevs samt att rekommendationer från Svenska Ishockeyförbundet följs.
- Upprätthålla riktlinjer för miljöträning
- Tvister vid ovannämnda
- Medverka vid träningar, föräldramöten etc

Vid tvister kan sportrådet utfärda:

- Tillrättavisning.
- Om ovanstående ej hjälper, stänga av aktuell spelare, ledare, tränare från att delta i någon form av aktivitet som ABK/BT arrangerar.
- Om ovanstående ej hjälper, frånta aktuellt lags tilldelade tränings- och matchtider.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

7. NIVÅANPASSNING

7.1. Generellt

Med nivåanpassning avses att nivån på träning och match anpassas till den utvecklingsnivå som spelaren befinner sig på (inom sin åldersgrupp).

Nivåanpassning skall vara dynamisk och därför är det viktigt att tränarna provar olika alternativ på träning och på match samt att spelarna, oavsett utvecklingsnivå, ibland tränar/övar tillsammans.

Alla skall erbjudas möjlighet till miljöträning. Miljöträning sker i turordning men är inget tvång och det är ledarna i berörda lag som gemensamt tar beslut om ev. miljöträning.

Miljöträning bör ske utan inverkan på ordinarie träningstider.

7.2. Specifikt

ABK strävar efter att ha rena årskullar i spelande lag. Generellt gäller att beslut om flytt av spelare uppåt eller nedåt i årgångarna utgår från spelarens situation och att beslut sker genom samråd mellan huvudtränare i berörda lag samt vid behov med BTs Sportråd.

Yngre barn kan flyttas upp för enskilda träningar och enskilda matcher. Förslagsvis sker detta genom att upprätta en lista på yngre spelare som har rätt mognads-, kunskaps- och fysisk nivå samt att de själva vill prova på att träna med ett äldre lag. Genom användandet av en lista kan rullande schema användas och på så sätt undviker man att peka ut enskilda barn.

Dispenser för yngre spelare i äldre lag och för längre perioder bör undvikas. Undantagsfall utgör om det äldre lagets numerär kräver ett konstant stöd från det yngre laget för att kunna genomföra säsongen. För dessa situationer måste beslut tas på styrelsenivå med efterföljande utvärdering.

Äldre spelare kan flyttas ned för träning men endast i undantagsfall flyttas ned för match och ses då som en temporär lösning. Styrelsebeslut i tävlingsammanhang skall tas för varje enskilt tillfälle. Exempel på när överårig spelare deltar i yngre årskull kan vara:

- Temporär (oväntad) spelarbrist i det yngre laget. Lämpligtvis fyller man på laget med en yngre spelare för varje överårig spelare man tar in i laget så att snittålder blir densamma. Spelare som tas in, under- och ovanifrån, skall ligga på en nivå som samstämmer med aktuellt lag.
- Anpassning till specifika regler vid cuper. Ibland förekommer att ett mindre antal äldre spelare får delta i cuper. Äldre spelare kan i dessa sammanhang delta för att fylla ut laget så att hela femmor/backpar eller kedjor erhålls. Spelare som tas in skall ligga på en nivå som samstämmer med aktuellt lag.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

8. MATCHNING

8.1 Inför match

Från U11 (10 år) deltar spelarna i match i förhållande till sitt totala träningsdeltagande.

8.2 Under match

Alla spelare som är uttagna till match spelar lika mycket (så långt det är möjligt med hänsyn till att längden på ett byte kan variera under en match).

8.3 Giltig frånvaro

Skolarbete och annan idrottsaktivitet räknas som giltig frånvaro och ska inte belasta spelarna gällande laguttagning.

9. SJUKDOM/SKADA

Spelare får aldrig träna eller spela match med sjukdom eller skada (ex feber eller halsont). Minst två feberfria dagar innan träning är ett krav.

Vid skullskador gäller extra försiktighet och rehabilitering enligt hjärntrappan gäller.

Vid frånvaro längre än en vecka måste spelaren delta vid minst två träningar för att kunna bli uttagen till match.

10. LAGKASSA

ABK har riktlinjer för hur lagkassor skall skötas och finns tillgängliga på ABKs hemsida. Mer information om lagkassor redovisas i dokumentet *Ekonomiska riktlinjer*.

11. FÖRÄLDRAMÖTE

Alla lag kallas till föräldramöte minst 2 ggr/säsong. I samband med dessa skall ledarna bland annat igenom *Mål & riktlinjer* tillsammans med föräldrarna samt diskutera seriespel och cuper under säsongen.

12. SERIESPEL

Seriespel bestäms av ABKs hockeystyrelse före seriekonferensen som anordnas av Norrbottens Ishockeyförbund (NIF). Beslut om serietillhörighet fastställs i samband med NIF:s seriekonferens och endast smärre förändringar kan därefter göras.

13. UTBILDNING

ABKs ledare skall delta i utbildningar som anordnas av bl a NIF. ABKs ledare skall även medverka vid utbildningar tillsammans med SIF distriktskonsulent. Det är respektive lags ledare som är personligt ansvarig för att erforderlig utbildningsnivå upprätthålls.

14. SKOLA

Föreningen skall stödja spelarnas skolarbete. Ledarna skall uppmuntra att alltid, precis som på träning och match, göra sitt bästa när det gäller skolarbetet. Spelarna skall vara medvetna om att de representerar ABK även på skoltid och att det därför är viktigt att de är goda representanter för vår förening. ABK äger rätten att stänga av spelare från träning och match om skolarbetet inte sköts.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

15. SAMHÄLLSFRÅGOR, DROGER OCH TOBAK

ABK tar avstånd från mobbning, rasism och invandrarfientlighet. ABK skall samarbeta med skola och andra föreningar.

Alkohol får under inga omständigheter användas av ledare och spelare när de aktivt representerar föreningen.

16. UPPTRÄDANDE PÅ OCH UTANFÖR ISEN

16.1 Allmänt

- Att bära kläder med ABKs logga innebär att man förväntas uppträda i enlighet med ABKs policy
- Träningar skall präglas av lekfullhet och glädje
- Alla är lika viktiga och behövs för att ett lag skall fungera
- Alla skall få delta utan krav på skicklighet i unga år och ha lika mycket speltid i varje match (målvakter undantaget).
- Vi gör vårt bästa på träningar och matcher; vinst är en bonus, inte ett mål
- Vid behov lånas spelare från lägre årskull inom ABK. Endast i undantagsfall tas spelare från högre årskull.

16.2 Ledare

- Finns på plats i god tid för att bedriva verksamheten
- Skall informera spelare och föräldrar om föreningens policy
- Är öppna för konstruktiv kritik vad gäller ishockeyn och den sociala samvaron
- Har en gemensam åsikt för hur träning/matcher skall bedrivas och som utgår från ABKs policy
- Ger alla spelare samma chans utan favorisering
- Framför inte öppet domarkritik.

16.3 Spelare

- Kämpar alltid oavsett tilldelad position under match/träning
- Respekterar varandra inom laget och retas inte eller använder kränkningar eller skällsord
- Talar med ledare/föräldrar om något upplevs felaktigt eller orättvist
- Lyssnar när ledare pratar
- Håller ihop före, under, och efter match och träningar
- Uppträder schysst och klagar inte på medspelare, motspelare, ledare eller domare före, under eller efter match/träning
- Tackar alltid efter match på ett sportsligt sätt

16.4 Föräldrar

- Tillses att medlems-/deltagaravgift är betald och ställer upp vid olika arbetsinsatser i ABKs regi
- Uppmuntrar och underlättar för sina barn att delta på träningar/matcher genom att tillse att barnet har rätt utrustning, kost, och vila
- Kommer i tid till träning och match

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

- Berömmar och hejar på sitt lag vid träning och match – beröm kämpaglöd inte hur många mål de gjort.
- Låter ledarna ge taktiska direktiv och konstruktiv kritik under träning och match
- Meddelar någon av ledarna om spelare inte kan delta på träning eller match

17. SCOUTING AV SPELARE

Det händer att hockeyspelare scoutas vid unga år med avsikt att erbjudas plats vid hockeycamper, t ex prospect camps. ABK har bestämt att inga uppgifter, uppfattningar och ranking av föreningens spelare upp till U13 lämnas ut till tredje part.

18. RIKTLINJER FÖR UNGDOMSVERKSAMHETEN

18.1 Tre kronors hockeyskola 5-7 år samt skridskoskola

ABK samarbetar med BT men även med Luleå hockey för att intressera barn att börja spela ishockey.

18.2 U8 (7 år) till U11 (10 år)

Skridskoteknik, smålagsspel och tävlingsmoment är prioriterade inslag på träningarna. Nivåanpassning skall tillämpas.

Alla spelare har möjlighet att vara målvakt. Spelaren och föräldrarna har huvudansvaret för att hantera och ta på målvaktsutrustningen.

Ingen matchning av laget får förekomma i denna ålder. Spelarna deltar i match i förhållande till sitt totala träningsdeltagande (gäller från U10).

Antalet aktiviteter per vecka sker enligt rekommendationer från SIF.

18.3 U12 till U16

Skridskoteknik, smålagsspel och tävlingsmoment är prioriterade inslag på träningarna. Nivåanpassning skall tillämpas.

Alla spelare har möjlighet att vara målvakt. Spelaren och föräldrarna har huvudansvaret för att hantera och ta på målvaktsutrustningen.

Ingen matchning av laget får förekomma i denna ålder. Spelarna deltar i match i förhållande till sitt totala träningsdeltagande.

Antalet aktiviteter per vecka sker enligt rekommendationer från SIF.

19. ROLLER OCH ANSVARSFÖRDELNING INOM LAGEN

19.1 Allmänt

Det är av största vikt att samtliga föräldrar hjälper till för att verksamheten i laget skall fungera och för att arbetet skall kännas roligt, utan att vara betungande. När serierna drar igång märks en markant ökning av föräldragemenskapen då föräldrar ges uppgifter att sköta sekretariatet, fiket mm och det är mycket positivt för både föräldrar och barn.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

19.2 Huvudtränaren

Huvudtränaren ansvarar för träningar och laguttagningar inför match. Huvudtränaren ansvarar även för att rätt spelare och rätt antal spelare deltar på träning ur ett miljöträningsperspektiv, allt för att säkerställa att beslut fattas på sportsliga grunder. Detta är en ytterst viktig ansvarsfråga för huvudtränaren och föreningen.

19.3 Lagledaren

Lagledaren ska stödja huvudtränaren i sitt viktiga arbete med laget. Lagledaren är ytterst ansvarig för allt övrigt som rör det praktiska runt laget.

19.4 Materialansvarig

Materialansvarig tillser att ABK-material förblir i gott skick (se punkt 20) och serverar laget med slipning av skridskor, lättare reparationer av utrustning mm.

Materialansvarig har en mycket viktig roll i samband med budgetläggning då önskemål för kommande säsong skall preciseras. Materialbehovet från samtliga lag sammanställs av *material-/inköpsansvarig på föreningsnivå*.

Materialansvarig har ansvar för att slipmaskiner används på rätt sätt och utbildning krävs för att få körkort till dessa enheter. ABK har en *skridskoslipansvarig på föreningsnivå* för service och reparation av slipmaskiner och detta arbete är inte obligatoriskt i arbetsuppgiften för materialansvarig på lagnivå.

20. MATERIAL- OCH KLÄDESPOLICY

20.1 Allmänt

All materialinformation till lag, ledare, spelare och föräldrar går via materialansvarig alt. Lagledare för respektive lag. Ledare och spelare i varje lag skall vårda och sköta föreningens material, som i regel går i arv mellan de olika lagen. Detta gäller såväl lagets som föreningens gemensamma material.

20.2 Material från ABK

ABK lånar ut följande material:

- Matchtröjor; blå eller vit från ABK (röd från BT)
- Matchdamasker; röda
- Träningströjor
- Hockeybyxor
- Kompletta målvaktsutrustningar exkl. skridskor
- Ställ för vattenflaskor
- Taktiktavlor
- Förbandslåda
- Verktygslåda
- Puckar och puckhinkar
- Skridskoslip i Antnäs samt en bärbar version inklusive slitagedelar

Varje lag skall sköta sina matchställ och skall förvarad i avsedd väska mellan matcher. Detta innebär att man skall tvätta och laga dem vid behov – rådfråga med

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

materialansvarig om hur detta skall göras. Vid säsongens slut och innan överlämnandet av matchställ skall det vara helt, nytvättat, och inventerat i antal och storlek. Inventeringslista skall överlämnas till nästkommande lag.

Övrig utrustning, såsom gallerhjälm, klubba, axel-, armbågs-, och benskydd, handskar, halsskydd, träningsdamasker, underställ, suspensoar, skridskor, får införskaffas på egen hand. Rådgör med materialansvarig inför inköp om ni känner er osäkra.

20.3 Matchställ i förbundsserier och regler för sponstryck

För lag i förbundsserien gäller matchställ som ABK och BT tillhandahåller. För ABK skall matchställ vara reklamfria. Sponstryck får ej göras på matchtröja eftersom den går i arv i många år. För de delar som roteras oftare, såsom damasker, hockeybyxor och hjälmar kan sponstryck appliceras om önskemål finns.

20.4 Ledar- och spelarklädsel.

Ledare och tränare i ABK skall under träningar, matcher och övriga sammankomster med laget vara klädda i ABKs kläder.

Spelare kan köpa liknande värmeställ via ABK och laget egna kassa.

20.5 Inköp av material

Inköp av material sker alltid via *inköpsansvarig på föreningsnivå*. För att inköp skall kunna göras måste den aktuella produkten vara specificerad i en av ABKs huvudstyrelse godkänd budget. Endast i extrema fall görs undantag från denna regel.

För större inköp av material till laget, kan ABK agera bank under en kortare tid, såsom vid inköp av flertalet hjälmar eller värmeställ. Aktuell lag för sedan över en klumpsumma på motsvarande belopp från deras lagkassa till ABK.

21. RESOR

21.1 Allmänt

ABK reser i stor omfattning till och från matcher och träningar. Det naturligt att ABK tar ett aktivt ansvar och verkar för en långsiktigt hållbar miljö och en ökad trafiksäkerhet.

21.2 Resepolicy

Samåkning med andra lag inom/utanför föreningen i Luleås närområde ska eftersträvas. ABK har en resepolicy som gäller för ABKs samtliga sektioner och finns tillgänglig på ABKs hemsida.

21.3 Personbilstransport

Vid personbilstransport gäller följande regler:

- Planera resandet i god tid så att hastighetsgränserna ej måste överskridas
- Antalet passagerare får ej överskrida registreringshandlingens tillstånd
- Nyktra och drogfria förare
- Krockkudde på förarplatsen
- Trepunksbälten skall finnas och användas av samtliga passagerare

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

- Bilen skall ha minst 3 mm mönsterdjup på sommardäck och 4 mm på vinterdäck
- Säker körning förutsätter att trafikregler/bestämmelser efterlevs.

21.4 Busstransport

Vid busstransport gäller följande regler:

- Bussbolaget skall följa gällande trafiklagstiftning
- Man anlitar endast dokumenterat kvalificerade förare med minst ett års yrkesmässig erfarenhet och som ej är ålders- eller sjukpensionär
- Vid dåligt väder bör ej sk dubbeldäckare användas. Under vintern skall det bussbolag som anlitas rådfråga Vägverkets trafikinformation om väglag.
- Vi hyr endast bussar med säkerhetsbälten som också skall användas av samtliga passagerare vid föreningens transporter

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20



Antnäs BK Ishockeysektion

BILAGA: TVÄTTRÅD FÖR HOCKEYUTRUSTNING

Det är viktigt att sköta sin hockeyutrustning. Smutsiga och svettiga skydd kan orsaka eksem och infektioner som i värsta fall kan hålla dig och dina medspelare borta från spelet i veckor.

För att inte riskera att tvättmaskinen tar skada och att grafiken på skydden försvinner kan du lägga skydden i en tvättpåse. Det ni inte tvättar hänger ni upp så det får torka, annars möglar det. Vi ska inte bara vara duktiga hockeyspelare utan vi ska även vara friska snygga, hela och rena.

- Underställ och hockeystrumpor maskintvättas (önskvärt 60°) med liknande färger efter varje träning. Ha gärna dubbla uppsättningar.
- Halsskydd maskintvättas 40° varje vecka med liknande färger. Hängtorkas. Ha gärna ett extraskydd.
- Damasker maskintvättas 40° med liknande färger och hängtorkas. Har det gått hål får ni ta fram nål och tråd.
- Träningströja maskintvättas 40° med liknande färger varannan vecka. Har det gått hål får ni be någon laga den.
- Matchtröja maskintvättas 30° vid behov. Har det gått hål får ni be någon laga den.
- Suspensoar tvättas en gång i månaden. Ta ur plasten som går att torka av. • Kroppsskydd: Skulderskydd, Armbågsskydd, Benskydd maskintvättas med en handduk i 40° eller i en i en tvättpåse, hängtorkas. Skydden bör tvättas en gång i månaden. Är skydden i olika färger tvättar ni de var för sig. JOFA/RBK skydd tål detta.
- Handskar maskintvättas korttvätt i 30° tillsammans med en handduk eller i en i en tvättpåse, "OBS" använd inte sköljmedel. Handskarna bör tvättas en gång i månaden. Lufttorkas, det kan ta ett tag. För att ytterligare ta bort lukt, kan man lägga handskarna i en plastpåse och lägga in de i frysen. Det som förstör handskarna är handsvetten.
- Hjälm kan handtvättas med tvättsåpa och sköljas under kranen. Hängtorkas. Dra skruvarna i hjälmen.
- Hockeybyxor maskintvättas i 30° vid behov, lätt centrifugering, hängtorkas. På en del byxor går plastplattorna att ta ut.
- Skridskor skenorna torkas av och sätt inte på fuktiga skridskoskydd, ta ur sulan. Använd gärna en skotork. Kolla dina snören, ha gärna ett par extra i hockeytrunken.

ABK sektion	Dokument	Författare	Fastställt av styrelse den
Ishockey	Mål & riktlinjer	Daniel Ask	2017-03-20