



Säsongspanering 2021/22

IFK Mariefred team 09



Säsongspanering 2021/2022

Syftet med en säsongspanering är att den ska bidra till att strukturera verksamheten i enlighet med såväl den kortsiktiga som den långsiktiga målsättningen. Den syftar också till att tydliggöra verksamheten som ligger framför oss för alla inblandade. Spelare, föräldrar och ledare ska med hjälp av detta dokument veta hur säsongen kommer se ut i stora drag, vilka mål vi strävar efter och vilka förväntningar vi kan ställa på varandra. Planeringen grundar sig på Svenska Ishockeyförbundets utbildningsmaterial, "[Ishockeyns ABC](#)", Svenska Ishockeyförbundets måldokument "[Ishockeyn Vill](#)", samt IFK Mariefred Ishockeys styr- och policydokument, "[The Blue White Line](#)". Dessa underlag, tillsammans med de erfarenheter vi i ledarstaben har från ishockey samt grupp- och individperspektiv på utveckling, utgör fundamenten för säsongspaneringen.

I dagsläget räknar vi in 21 spelare i truppen. Tillsammans med ishallarna i Mariefred och Åker och alla engagerade ledare och föräldragrupp, så har vi ytterst goda förutsättningar att genomföra en rolig och utvecklande hockeysäsong. Förhoppningsvis även med en hel del matcher.

IFK Mariefred Ishockeys värderingar

I ovan nämnda "Blue White Line" står att läsa om de värderingar som ska fungera vägledande för vår verksamhet. Dessa sammanfattas med de tre ledorden Glädje, Kamratskap och Målmedvetenhet.

Glädje är den känsla som får alla aktiva att vilja engagera sig i vårt lag, anledningen att vi är beredda att återkomma till träningarna, att orka uppbringa den energi som krävs för att genomföra de stundtals krävande fysiska påfrestningar som sporten ishockey förutsätter.

Kamratskap är en stor källa till glädje. Vi som människor mår bra av att uppleva en känsla av att tillhöra en grupp och ett sammanhang. I ordet kamratskap lägger vi in att behandla andra människor respektfullt och att alla bidrar till att se och uppmärksamma de andra. Vi vill sträva efter att alltid vara en bra lagkamrat.

Målmedvetenhet är förknippat med att fokuserat arbeta mot att uppnå ett mål. I det långa loppet är det att utveckla hockeyspelare och medmänniskor, i det allra kortaste perspektivet är det att vinna en jämn match, eller göra ett bra byte eller att vinna sin kamp mot sin motståndare. Att uppnå ett mål är förknippat med glädje och stolthet.

Målsättning

Vår målsättning med hockeyn långsiktigt för IFK Mariefred är att erbjuda en riktigt bra verksamhet på hemmaplan till dess att man minst går ut högstadiet. Det finns riktlinjer från förbundet som inte tillåter övergångar i tidig ålder, en bakomliggande drivkraft till dessa riktlinjer grundar sig i att det är skadligt för ishockeyn i stort och förbundet att lag utarmas och riskerar läggas ned som en följd av att barn byter klubb. Även om vi känner till dessa riktlinjer, så vill vi i IFK Mariefred bedriva en så bra verksamhet att detta inte ska vara ett alternativ för spelare och föräldrar att ens överväga. Vi vill vara i framkant i regionen vad gäller att bedriva en utvecklande miljö. Oavsett vilken nivå som spelaren är på så ska de kunna tävla och utvecklas och verksamheten ska försöka tillgodose detta. Vi vill utveckla kompetenta och modiga hockeyspelare, likväl som individer som har sunda värderingar, på hemmaplan. För att nå målet att ha ett utvecklande och slagkraftigt lag över högstadiet är vi övertygade om att glädje och kärlek till sporten ishockey är kärnan. Samtliga inblandade, spelare, ledare och föräldrar, behöver bidra till detta.

Vår målsättning för säsongen är något vi kommer att arbeta fram tillsammans med spelarna i början av säsongen. Detta för att de ska vara delaktiga i att formulera ett mål som för de känns angeläget.

Träningsupplägg

Is

Vi siktar på att ha 3-4 ispass i veckan, beroende på matcher. Fokus kommer fortsatt ligga på mycket av grunderna; skridskoåkning, klubbteknik, passningar, skott och spelförståelse. Vid sidan av detta kommer inslag av spelövningar och kampmoment att öka. Vi kommer fortsätta att jobba mycket med tävlingar under träning.

Fys

Vi kommer ha fyspass i samband med många träningar, antingen före eller efter ispassen. Här kommer vi träna på koordination, balans, reaktion, frekvens och aktionssnabbhet, rörelseprecision, uthållighet samt grundstyrka.

Teori

Spelarna har nu uppnått en kognitiv mognad som gör att vi kan börja förkovra oss mer i speltaktiska moment. Men vi kommer även jobba med det egna ansvaret över såväl sin påverkan på gruppen som på sin egen förmåga att styra den egen prestationen på olika sätt, exempelvis genom att hitta sin optimala anspänningsnivå. Teoripassen kommer ligga i anknytning till ispass.

Social utveckling

Detta är en punkt som vi bär med oss i alla moment vi gör tillsammans som lag. Vi vill att all vår verksamhet genomsyras av att man är en god lagkamrat. Vi ämnar också genomföra en del aktiviteter utanför ishallen för att även träffas i andra sammanhang än enbart förknippat med ishockey.

Individuella samtal

Vi kommer genomföra individuella samtal med alla spelare. Tanken bakom detta är att engagera spelaren själv i sin utveckling. Att formulera vad man vill få ut av sitt hockeyspelande både på kort och lång sikt är viktigt att tänka på för att kunna formulera en egen målsättning. Det är också viktigt att börja reflektera över hur det egna beteendet och engagemanget påverkar den egna målsättningen.

Seriespel och cuper, match

Vi kommer delta i fyra cuper under säsongen. Två på försäsongen, en vid juluppehållet samt en innan säsongen rundas av. Därtill har vi anmält ett lag för seriespel i Södermanlands distrikt och ett lag i Stockholms distrikt. Södermanland planerar även att genomföra distriktsmästerskap för vår ålderskull. Vi kommer kalla spelare efter träningsnärvaro och engagemang på träningar. Vid laguttagningar kommer vi att se till det motstånd vi möter i kombination med träningsnärvaro, fokus på träningar och god kamratanda. Detta återigen för att säkerställa att vår verksamhet är för alla och att spelarna får utvecklas på bästa sätt utifrån deras aktuella nivå.

Serie/cup	Tidpunkt
Länscupen, Örebro	24-26 september
Höstcupen, Avesta	2 oktober
Stockholm Hockey Cup U13	Vecka 40 – vecka 11
Södermanlands förbundsserie U13	Ej fastställt
Södermanlands distriktsmästerskap U13	Ej fastställt
Nicklas Lidström cup*, Avesta	6-9 januari
Waterside Cup, Mariestad	26-27 mars

*ej bekräftad, besked om vi blivit antagna i november.

Ledarstab

Nedan presenteras ledarstaben inför kommande säsong samt de olika ansvarsområden.

Joakim Basilius	träningsupplägg, matchupplägg och istränare
Filip Roglar	laguttagning, matchupplägg och istränare
Anders Lindelöf	istränare, asscoach
Nico Mouillé	fystränare och istränare, asscoach
Jesper Höglin	istränare, asscoach
Peter Törnblom	istränare, asscoach
Jimmie Munkhammar	materialförvaltare
Kalle Ståhle	materialförvaltare
Sara Åman	lagledare
Sara Lindholm	kassör

Ekonomi

Lagets ekonomi är relativt god efter föregående säsong med färre utgifter men flera inkomstbringande aktiviteter. Inför kommande säsong har lagkassan betalat lagavgiften för tre cuper. Kassan kommer ta hela kostanden för endagscupen i Skogsbo 2 okt samt delar av kostnaden för Länscupen 24-26 september. Länscupen innebär högre omkostnader med övernattnig på hotell bl.a, så där kommer vi ta ut en spelaravgift för att undvika att dränera kassan.

Till kommande cuper våren 2022 kommer det finnas en del pengar kvar att ta från kassan men vi kommer också behöva dra in mer pengar via någon aktivitet/försäljning.

Tanken denna säsong är att använda lagkassan för att åka på cuper men att det ska finnas en grundplåt kvar inför nästa säsong att bygga vidare på. Planerna på att åka på en mer långväga cup t.ex. i Tjeckien är något vi får titta på lite längre fram och då göra en punktinsats och tjäna in pengar till det specifikt.

Bestämt är att Sara Å håller i en ost-försäljning i samband med säsongsuppstarten. Dessa pengar samt det vi tjänade på städdagen och därtill spons går oavkortat till nya overaller och jackor. Tanken är att detta ska räcka men det är upp till oss själva att sälja bra och hitta sponsorer. Annars kommer var och en få betala den överskjutande delen för kläderna.

Att betala per spelare för den kommande säsongen blir som vanligt en sektionavgift (summa ej fastställd) till föreningen (betalas till lagkontot och skickas vidare i klump) samt 1000kr/spelare.

Eventuellt någon hundralapp för kläderna men målsättningen är att det inte ska behövas. Till cuperna under våren kommer troligen en avgift behöva tas ut för att täcka spelaravgifterna.

Vad spelare och föräldrar kan förvänta sig av oss som ledare

Att vi planerar och genomför åldersadekvata träningar i enlighet med riktlinjer från Svenska Ishockeyförbundet, samt bästa praxis.

Att vi agerar som de förebilder vi är, som ledare och människor, på och utanför isen.

Att vi arbetar för att skapa en bra föräldrakontakt.

Att vi arbetar för att skapa bra relationer till motståndare och domare.

Att vi gör vårt allra yttersta för att se och höra alla, vi är lyhörda för att försöka upptäcka signaler i spelargruppen som behöver tas om hand om.

Att vi motarbetar mobbing, kränkningar, diskriminering och rasism.

Vad vi förväntar oss av dig som spelare

Att du agerar respektfullt mot andra människor och tar helt avstånd mot mobbing, kränkningar, diskriminering och rasism.

Att du visar disciplin genom att passa tider, lyssna på genomgångar vid träningar och samlingar. Samt att agera på signal, när vi blåser i pipan samlas vi direkt.

Att du använder ett vårdat språk.

Att du skapar goda vanor gällande träning, kost, vila och skola.

Att du visar ett stort hjärta och engagemang genom att alltid göra ditt bästa.

Att du medverkar till att skapa en bra lagkänsla i gruppen.

Att du tar ansvar för att påverka ditt idrottande och ditt skolarbete.

Vad vi förväntar oss av dig som förälder

Att ni har en stöttande och positiv attityd mot spelare och ledare.

Att ni aldrig skriker på domare eller motståndare på match.

Att ni ansvarar för att spelaren sköter helheten med idrott, skola, vila och kost.

Att ni svarar på kallelser och tar del av den information som kommuniceras via laget.se

Att ni meddelar frånvaro från träning, företrädesvis i gästboken, annars går det bra direkt till någon av oss istränare.

Att ni respekterar att det är ledarna som håller i träning och match. Att ni kommer till oss och pratar om det är något ni vill ventilera.