

ÖVERENSKOMMELSER FÖR IFK TEAM 09 - HOCKEY

- Övergripande
- När vi ska träna
- När vi ska spela match
- För ledare
- För föräldrar



ÖVERGRIPANDE

Processen med överenskommelser påbörjades med ett spelarmöte den 17 oktober 2019. De två punkterna nedan var det som vi enades om efter samtal i mindre grupper och i storgrupp.

1. Om någon blir sådär jätte-, jättearg så får man kliva åt sidan till dess att en ledare bedömer att man kan återgå till aktiviteten
2. När ledare påkallat uppmärksamheten så upphör ALLA med ALL annan aktivitet, tittar på den som pratar och lyssnar

SPELARMÖTE 17 OKTOBER 2019

Under spelarmötet diskuterade vi kring nedanstående punkter och det som sas är sammanfattat under respektive punkt;

1. Hur beter vi oss när vi blir arga?

Vi har dåligt kroppsspråk, slår med kubban, skriker och gnäller på andra osv
Den som blir arg kan försöka jobba hårdare, fokusera, försöka hålla inne ilskan
Som kompis kan man försöka trösta, peppa, be om ursäkt, vara lugn, prata med spelare/ledare

2. Vad blir konsekvensen?

Ger dålig energi som sprider sig och ger oss dåligt rykte
Den som blir arg får kliva åt sidan till dess att en ledare bedömer att man är tillräckligt redo att återgå

3. Hur ger vi varandra positiv feedback?

1. I omklädningsrummet innan is

Hälsa på alla, säga snälla saker, vara bra kompis, vara positiv, kroppsspråk

2. På isen

Fira varandras prestationer, glädjas åt andras framsteg, säga "-bra match/tvåmål", slå peppande på benskydd

3. I omklädningsrummet efter is

Peppa, säga "-bra träning", vara bra kompis, säga "-hej då" innan man lämnar

4. Övrigt som behöver enas om

Inte ge upp utan kämpa till det är slut, inte slå klubban så den går av, inte hämnas/slå tillbaka

VAD HÄNDER NU?

Efter spelarmötet har vi jobbat lite annorlunda i omklädningsrummet och på isen

1. I omklädningsrummet innan is

- ▶ Vi jobbar på det positiva klimatet och att man t.ex. hälsar på alla när man kommer
- ▶ Vi tillser att alla är ombytta och klara 10-15 min innan
- ▶ Vi går igenom övningarna som ska köras och tar upp och kompletterar överenskommelserna
- ▶ Vi sätter stort fokus på att alla lyssnar och tittar på den som instruerar

2. På isen

- ▶ Vi sätter stort fokus på att alla lyssnar och tittar på den som instruerar
- ▶ Vi samlas i smågrupper för att prata om hur övningar genomförts
- ▶ Vi jobbar på det positiva klimatet

3. I omklädningsrummet efter is

- ▶ Vi går gemensamt igenom hur träningen genomförts
- ▶ Vi sätter stort fokus på att alla lyssnar och tittar på den som instruerar
- ▶ Vi jobbar på det positiva klimatet och ser till att alla säger "-hej då!"