



## **Policy för Jokkmokks Hockeyförening - JHF**

Fastställd av styrelsen 2011-08-14

JHF ska vara ett föredöme för andra lag och föreningar genom att utbilda och utveckla ungdomar till ärliga, ambitiösa människor och till duktiga hockeyspelare.

Vi vill att alla aktiva ledare ska skapa en fin PR för ishockeyn och vår förening.

Vi vill även att föräldrar ska känna samhörighet med föreningen och stödja vår verksamhet, eftersom vi alla är föreningen.

För att föräldrarna på rätt sätt ska stötta sina barn bör de vara engagerade i föreningens verksamhet. Detta blir till gagn för föreningen och föräldrarna själva.

Samtliga måste ställa upp på vår policy, vilket innebär:

- Vi ska vara justa både på och utanför planen och respektera våra motståndare, regler och publik. På träning, matcher samt i andra sammanhang representerar vi alltid föreningen och ska uppträda därefter.
- Vi tar avstånd från allt våld och accepterar aldrig mobbing eller andra trakasserier.
- Vi accepterar inga former av droger i samband med vår verksamhet
- Vi ska alltid vara bra kompisar och ta avstånd från rasism. Oavsett religion, hudfärg och språk är vi alla lika, med samma rättigheter och skyldigheter.

### **De röda trådarna i föreningen är:**

- Utveckla barn/ungdomar med inriktning på breddverksamhet.
- Medverka till god föreningsanda/laganda
- Kommunikation inom föreningen för att lösa uppkomna problem och utveckla verksamheten.



## **Detta gäller:**

### **Lagtilhörighet**

- Förflyttningar mellan olika lag får ske efter samråd mellan spelare och tränare.
- Låna spelare från annat lag till match är tillåtet efter samråd mellan tränarna i respektive lag och spelare. Parterna ska vara överens. Syftet ska vara att utveckla den/de aktuella spelaren/spelare oavsett om spelaren/spelarna flyttas uppåt eller nedåt i grupperna. Detta kan dock påverka något lag negativt på kort sikt men det viktiga är att det blir bra på lång sikt och att spelaren/spelarna får chansen att spela där de bäst passar in

### **Uppförande i samband med match och träning**

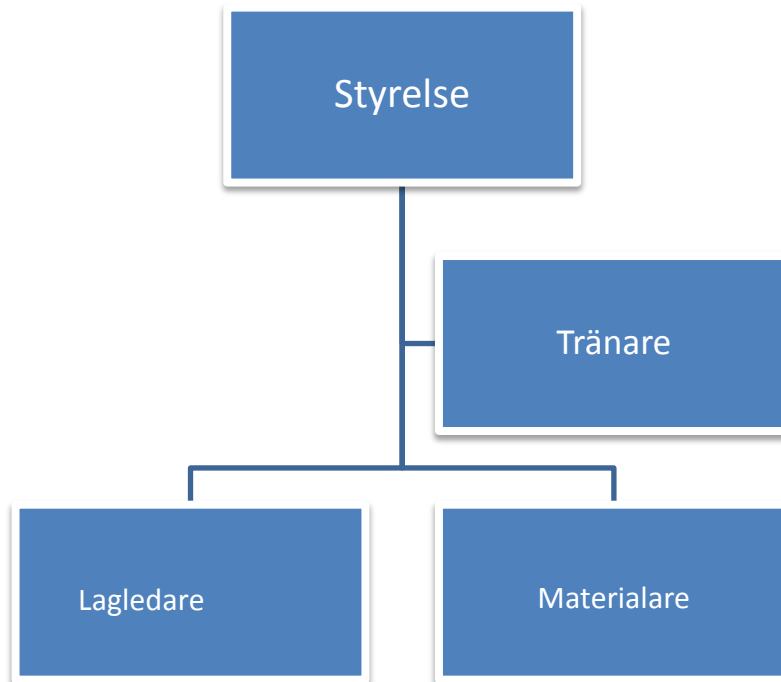
- Tränarna/ledarna är förebilder och får ej acceptera dåligt uppförande.
- Vid dåligt uppförande på träning eller match ska spelaren avvisas från träningen eller bänkas något byte.

### **Speltid**

- Till och med U12 spelar alla lika mycket och platserna i laget alterneras.
- U13-14 Alla spelar om de tränar regelbundet
- U 15 och uppåt Alla spelar om de tränar regelbundet, det är tillåtet med olika speltid i avgörande situationer under matcherna samt vid utvisningar beroende på den individuella utvecklingen, motivationen och inställningen.
- Hanteringen av speltid ska ske med sunt förnuft och bestäms av tränare.



## Ledarstruktur JHF



- Styrelsen har yttersta ansvaret för verksamheten.
- Tränarna ansvarar för träningsupplägg, laguttagningar, förflyttningar mellan nivåer/lag (samtal med berörda).
- Samtliga: styrelse, tränare och övriga ledare har ansvar för JHF:s policy följs och efterlevs.



## Förväntade roller inom JHF som ledare, spelare och förälder

### Som ungdomsledare

- Deltar du i rekommenderade utbildningar för ledare och tränare
- Följer du de utbildningsplaner som rekommenderas
- Ger du ofta **beröm och uppmuntran**
- Visar du god etik och lägger stor vikt vid "fair play"
- Är du själv ett gott föredöme
- Ställer du upp på föreningens policy och representerar JHF på ett trevligt och hedervärt sätt.

### Som spelare

- Deltar du regelbundet i lagets aktiviteter
- Vid träningar och matcher samt vid övriga samlingar representerar du JHF
- Är du ombytt och spelklar vid utsatt tid på träningarna
- Lämnar du återbud vid frånvaro vid någon form av samling
- Uppträder du alltid juste när du representerar JHF
- Uppträder du mot lagkamrater som du själv vill bli behandlad
- Hjälper du till vid föreningens arrangemang

### Som förälder

- Ser vi till att ungdomarna kommer i god tid till träningarna och att de alltid har rätt utrustning
- Betalar vi de avgifter som gäller (medlems- och spelaravgifter m m).
- Ansvarar vi själva för transporter till och från ishallen
- Är vi funktionärer vid föreningens arrangemang (seriematcher, cuper m m).
- Är vi i samband med föreningens tävlingar och arrangemang representanter för JHF och vi är lojala mot fattade beslut.
- Synpunkter på verksamheten lämnas i första hand direkt till ledarna.
- Uppträder vi hövligt mot de andra lagen, domarna m fl vid match. (Tränarna ansvarar för coachningen!)

Varje lag är en liten del av föreningen, vilket betyder att ledare, spelare och föräldrar **MÅSTE** arbeta efter gemensamma riktlinjer som föreningen fastställt. INTE enbart för det egna laget/barnet.



6-10 år	11-12 år	13-14 år	15 och äldre
<p>Nu börjar ishockeyverksamheten. Lek och god kamratskap betonas. Vi tränar 2-3 ggr/vecka. Alla spelar lika mycket och platserna i laget alterneras.</p> <p>2-3ggr/år Björnligan d v s spel på liten plan. Samarbete med skolorna. Skridskoskola.</p> <p>Träningen i form av smålagspel. Teknikträning i form av skridskoåkning, fram- och baklänges, svängar, översteg o s v. Klubbteknik som puckföring, passningar, svepskott och mycket koordination.</p> <p><b>Lek &amp; skridskoåkning</b></p>	<p>Vi deltar i seriespel och tränar 3 ggr/vecka. Lagets gemensamma resultat betonas. Alla spelar lika mycket och platserna i laget alterneras.</p> <p>Nu börjar träningen bedrivs på helplan. Mycket skridskoåkning (rörlighet, smidighet och snabbhet prioriteras).</p> <p>Klubbteknik i form av skott, dribblingar, kroppsblockeringar samt teckning. Koordinations- och balansövningar är viktiga ingredienser. Vid spelet lär vi oss enklare taktiskt agerande, spelarnas arbetsområde på banan.</p> <p><b>Spelbredd och speldjup</b></p>	<p>Nu deltar vi i seriespel. Vi tränar 3-4 ggr/vecka. Lagets gemensamma resultat betonas. Alla spelar om de tränat regelbundet.</p> <p>Teknikträningen består av mycket skridskoåkning med tempohöjningar, flippassningar, passningsövningar, skott, trängningar och täcka puck, koordination och rörlighet. Betoning på individuellt tekniska moment. I spelet betonas individuell spelförståelse 3 mot 1, 2 mot 2, 3 mot 3 situationer. Närmkampspel, aggressivt spel. Grunder i olika typer av försvar och anfallsspel. Grunder i femvis spelförståelse.</p>	<p>Träningarna utökas till 4-5 ggr/vecka. Serien är länsomfattande och lagets gemensamma resultat betonas. Alla spelar om de tränat regelbundet. Tränarna avgör speltid i vissa situationer beroende på den individuella utvecklingen, motivationen och inställningen. Teknik: Träningarna sker i högt tempo och svårighetsgrad. Handledsskott/passningar mycket kondition. Både snabbhet och uthållighet. Rörlighet och balansträning. Matcherna avgör övningsvalet. Teknikinriktad mjölk-syreträning.</p> <p>Spelet: Vidareutvecklad spelförståelse, forechecking, försvars- och anfallsspel, olika spelsystem, individuell specialträning, stressituationer under matchliknande former med aggressiva motståndare.</p>