



**Sportsliga riktlinjer för
ungdomsverksamheten i
Limhamn Hockey
2024-2025**



Riktlinjer för Limhamn Hockey

Detta är de sportsliga riktlinjerna som riktar sig till alla tränare i Limhamn Hockey och innehåller de riktlinjer som skall följas.

Högst styrande organ i Limhamn Hockey är dess valda styrelse och det är också denna som godkänner kommande revideringar. Limhamn Hockey strävar att alltid kunna vara aktuellt med vad som förändras genom Svenska Ishockeyförbundet och vid sådant tillfälle kommer detta dokument att uppgraderas. Alla tränare kommer via tränarmöten ha sin fulla rätt att säga vad de tycker och anser om följande dokument, samt kunna lägga in förslag till förändringar. Dessa skall alltid först gå till sittande styrelse och denna beslutar om eventuella tillägg eller ändringar.

Under styrelsen finns ett Sportråd, Sportrådet beslutar om disciplinära åtgärder för såväl spelare som tränare, och skall ha övergripande insyn över samtliga block i föreningen.

I Limhamn Hockey skall alla tränare under september månad lämna in en säsongsplanering till kansliet. I denna skall det kortfattat ingå vad som kommer att bedrivas under säsong i form av: typ av träningar, vilken serie skall lag/lagen spela i, hur många cuper som laget tänker delta i.

Lagsammansättning

- Huvudtränare (ansvarar för tillsättning av nedan stödfunktioner)
- Assisterande tränare
- Målvaktsansvarig
- Lagledare
- Materialförvaltare

Tränare/ledare

- Huvudtränare i respektive lag tillsätts av Sportrådet.
- Huvudtränare tillsätter sina ledare i respektive lag, dessa ledare skall godkännas av Sportrådet.

Träning

- Issäsongen sträcker sig normalt mellan augusti – april
- Närvaro på träning räknas från vecka 35 då ordinarie säsong startar.
- Limhamn Hockey har riktlinjer för vilken typ av träning som ska bedrivas. Detta gäller såväl fysträning som isträning.
- Teknik (skridsko, klubba/puck, pass/mottag, avslut), smålagsspel och tävlingsmoment är prioriterade inslag på isträningarna.
- Nivåanpassning på träning och match är ett naturligt inslag.

Seriespel

Serieansvar innebär att laget har hand om matchkallelser, ledare vid hemmamatcher, matchvärd och sekretariat. Serieindelningen kommer ut i separat tillägg så fort förbundet har bestämt serieupplägget.

Laguttagning

Vi följer förbundets seriestruktur vilket innebär nivåanpassade lag från B2 och uppåt. Huvudansvariga tränare är förtroendevalda av föreningens sportgrupper och är ansvariga för laguttagning. Även matcher är ett utbildningstillfälle.

Distriktsmästerskap

Från och med B2 deltar föreningen i DM-spel.

Cupspel

Cupspel är ett utmärkt tillfälle att arbeta ihop gruppen och ledarna får tid att arbeta mer med de sociala delarna av ett lagbygge. Det ger även ett ökat socialt utbyte med spelare och ledare i andra föreningar. Lagledning ansöker om cupdeltagande vid bortacuper hos Kansliet innan anmälan. Vid ansökan ska cupbudget bifogas. Efter godkännande kan ni anmäla er till cup och Kansliet ansöker om sanktion hos hockeyförbundet.

Hockeyrelaterad verksamhet utanför vår egen förening

Det är ett grundfundament inom svensk idrottsrörelse att föreningar och förbund utbildar spelare och ledare inom ramen för den ideella verksamheten. Limhamn Hockey's riktlinje är därför att föreningens spelare och ledare under pågående säsong prioriterar sådan idrottsverksamhet som anordnas av Limhamn Hockey, Svenska Ishockeyförbundet, andra idrottsförbund eller av föreningar med licensierade spelare och lag som deltar i tävlingsverksamhet via distriktsförbund eller via Svenska Ishockeyförbundet. Med pågående säsong menar vi i huvudsak den tidsperiod då föreningen erbjuder isverksamhet.

Ledare som är över 18 år och väljer annan hockeyrelaterad verksamhet i konkurrens med föreningens riskerar att få avsluta sitt ledaruppdrag i Limhamn Hockey.

Att betänka under sommarperioden, då spelare och ledare från föreningen eventuellt avser att delta i hockeyskolor, så rekommenderar Limhamn Hockey hockeyskolor som anordnas av föreningar eller idrottsförbund. Denna rekommendation har med grundfundamentet att göra, samt att eventuella överskott från hockeyskolorna återinvesteras i idrotten och därigenom gynnar föreningarnas och förbundens fortsatta arbete med att utveckla spelare och ledare.

Material

Vi förväntar oss att du har egen hockeyutrustning:

- Skridskor
- Röd hjälm
- Röda byxor
- Klubba
- Övriga skydd

Föreningen står för följande:

- Matchtröjor
- Träningströjor
- Damasker

12-mannaregeln/15-mannaregeln

Innebär att Limhamn Hockey har som mål att ungdomslagen i B1 och B2 ska spela med minst 12 utespelare under Seriematcher/DM. Samt att A1 och A2 skall spela med minst 15 utespelare. Undantag kan ske vid sjukdomsbortfall, sena avhopp etc.

Uttagning av spelare från det egna laget går i första hand. Därefter underåriga spelare som kommit längre i sin hockeyutveckling. I tredje hand överåriga spelare som behöver matchspel med underåriga för sin utvecklings skull.

Underåriga spelare som ligger långt fram i sin mognad på och utanför isen kan gå före egen årgång ifall tränarna anser att spelaren/spelarna behöver det för sin stimulans/utveckling. Detta förutsätter att alla spelare i egen årgång har blivit erbjuden minst annan match samma spelhelg/vecka. Underåriga går dock inte före egen årgång om det saknas spelare i årgången.

Respektive tränare (egen årgång samt underårig årgång) ska vara överens om vilken/vilka spelare det gäller samt godkännande av sportråd att fränsteg från grunduttagning sker.

Matchning

Innebär att man byter spelare under och innan spelarbyten under pågående match för att påverka matchens resultat.

Toppning

Innebär att man åsidosätter spelare stora delar under match för att påverka matchens resultat. Lag får heller inte medvetet kalla ett mindre antal spelare till match än vad 15-mannaregeln säger för att försöka påverka matchens resultat.

Individanpassning

Innebär att träningsgrupperna eller matchlagen anpassas efter individernas kunskaper och färdigheter.

Coachning

Innebär att utbilda spelare både på och utanför isen. Det innebär även att man vägleder spelare i deras mentala, fysiska och tekniska färdigheter.

Off-Ice

Är en viktig del för att utveckla framtidens hockeyspelare. Begreppet innefattar t.ex. uppvärmning, praktisk teori, fysisk träning, motorik/rörelse, skottramp, träna med teknikkula m.m.

Regelbunden träning

Med regelbunden träning avses minst 75% närvaro under en tvåveckorsperiod. Har man inte regelbunden träningsnärvaro under aktuell period kan man inte förutsätta att man spelar match.

D1/D2/D3

Limhamn Hockey jobbar under de här åren med ledorden "Glädje/Passion/Utveckling".

De första åren ska präglas av glädje, lek, disciplin och tävlingsmoment.

Limhamn Hockey tycker att ungdomar i unga år ska uppmuntras att hålla på med mer än en idrott.

Limhamn Hockey bedriver därför ingen försäsongsträning då man tillhör dessa årgångar.

Man ska praktiskt lära sig hockeyns grunder såväl på is som vid sidan av.

Vi jobbar aktivt med Svenska Ishockeyförbundets ledord "Fairplay & Respekt". Detta är något man ska visa mot lagkompisar, ledare, motståndare, domare, vuxna, funktionärer etc.

Man lär sig regler som är anpassade för respektive årgång. Spelarna ska lära sig kunna hantera både vinster och förluster.

Träningsmängden ökar successivt och införandet av "goda vanor" avseende Off-Ice-träning som är en stor del i utvecklandet av hockeyspelare.

Viss individanpassning i träningsgrupperna kan ske.

Eventuella "permanenta uppflyttningar" till årgång över sker om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Eventuella "permanenta nedflyttningar" till årgång under kan ske över en tid om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Mål för D2/D3

- Att kunna ge så många som möjligt chansen att kunna få spela ishockey.
- Att betona vikten av glädje och gemenskap.
- Att lära sig samarbeta i en grupp.
- Att lära sig disciplin; passa tider, lyssna på ledare etc.
- Ingen försäsongsträning i D2/D3

Försäsong

- Obligatoriskt uppehåll från hockey på minst två veckor efter säsongsavslut innan sommarträning startar.
- Sommarträning genomförs vid högst ett tillfälle/vecka.
- Ungdomar som håller på med andra sommaridrotter kan räkna denna som sommarträning efter överenskommelse med ansvarig tränare.

Is säsong

- D2/D3 börjar träna på is då grundschema börjar gälla v.35.
- D2/D3 har två isträningar/vecka.

Off-Ice

- Ingen Off-Ice i D2/D3.

Matcher

- D2/D3 spelar match i enlighet med Svenska hockeyförbundets hemmaplansmodell.
- Matchning av lag är inte tillåtet
- Alla spelar lika mycket under matcherna
- Utbyten med andra föreningar kan ske om möjlighet uppstår
- Målvakter ska om möjligt stå lika många perioder/matcher

- Matcher är utbildning men ska inte förväxlas med träning
- Spelare ska spela på olika positioner
- Alla som deltar på träning ska spela matcher såväl hemma som borta

Cupspel

- Om möjlighet finns ska man delta i 1-3 cuper/spelare i närområdet

Föräldramöte

- Föräldramöte ska hållas vid två tillfällen per år, höst-vår. Ansvarig ledare ser till att så sker.

Tränare

- Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs

Mål för D1

- Att kunna ge så många som möjligt chansen att kunna få spela ishockey.
- Att betona vikten av glädje och gemenskap.
- Att lära sig samarbeta i en grupp.
- Att lära sig disciplin; passa tider, lyssna på ledare etc.

Försäsong

- Obligatoriskt uppehåll från hockey på minst två veckor efter säongsavslut innan sommarträning startar.
- Sommarträning genomförs vid högst två tillfälle/vecka.
- Ungdomar som håller på med andra sommaridrotter kan räkna denna som sommarträning efter överenskommelse med ansvarig tränare.

Is säsong

- D1 börjar träna på is då grundschema börjar gälla v.35.
- D1 har två isträningar/vecka

Off-Ice

- Off-Ice ska genomföras vid ett tillfälle per vecka i samband med isträning

Matcher

- D1 spelar match i enlighet med Svenska hockeyförbundets hemmaplansmodell.
- Matchning av lag är inte tillåtet.
- Alla spelar lika mycket under matcherna.
- Utbyten med andra föreningar kan ske om möjlighet uppstår.
- Målvakter ska om möjligt stå lika många perioder/matcher.
- Matcher är utbildning men ska inte förväxlas med träning.
- Spelare ska spela på olika positioner.
- Alla som deltar på träning ska spela matcher såväl hemma som borta.

Cupspel

- Om möjlighet finns ska man delta i 1-3 cuper/spelare

Föräldramöte

- Föräldramöte ska hållas vid två tillfällen per år, Höst-Vår. Ansvarig ledare ser till att så sker

Tränare

- Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs och BU1

C1/C2

Limhamn Hockey jobbar under de här åren vidare med ledorden "Glädje/Passion/Utveckling".
Tränarna blir mer "hockeylika" och tävlingsmomenten blir fler. Under de här åren stegas träningsdosen successivt och högre krav på närvaro ställs.

Vi fortsätter med att skapa Goda vanor genom att ha off-Ice träning i samband med en del isträningar.
Viss individanpassning under träning kan ske.

Man lär sig regler som är anpassade för respektive årgång.

Under de här åren påbörjas bedriva organiserad "sommarträning".

Kravbildningen på att träna regelbundet, vara engagerad och uppföra sig väl ökar för att få vara med på matcher. Ansvariga tränare genomför "enskilda samtal" med sina spelare.

Eventuella "permanenta uppflyttningar" till årgång över sker om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Eventuella "permanenta nedflyttningar" till årgång under kan ske över en tid om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Mål för C1/C2

- Att betona vikten av glädje och gemenskap
- Att lära sig vara en god kamrat/lagspelare/motståndare
- Att lära sig ta hand om sin utrustning
- Att lära sig samarbeta i en grupp
- Att lära sig disciplin; passa tider, lyssna på ledare etc.
- Alltid meddela om man har förhinder att medverka på träning och match
- Att lära sig hantera både vinster och förluster.

Försäsong

- Obligatoriskt uppehåll från hockey på minst två veckor efter säsongsavslut innan sommarträning startar.
- Sommarträning genomförs vid högst tre tillfälle/vecka.
- Ungdomar som håller på med andra sommaridrotter kan räkna denna som sommarträning efter överenskommelse med ansvarig tränare.

Is säsong

- C1/C2 börjar träna på is då grundschemat börjar gälla v.35.
- C1/C2 har tre isträningar/vecka
- Målvakter ska delta på föreningens målvaktsträning

Off-Ice

- C1 Off-Ice ska genomföras vid två tillfälle per vecka i samband med isträning

- C2 Off-Ice ska genomföras vid ett tillfälle per vecka i samband med isträning

Matcher

- C1/C2 spelar match i enlighet med Svenska hockeyförbundets hemmaplansmodell.
- Matchning av lag är Inte tillåtet
- Alla spelar lika mycket under matcherna
- Utbyten med andra föreningar kan ske om möjlighet uppstår
- Målvakter ska om möjligt stå lika många perioder/matcher
- Matcher är utbildning men ska inte förväxlas med träning
- Spelare ska spela på olika positioner
- Alla som tränar regelbundet ska spela matcher såväl hemma som borta

Cupspel

- Om möjlighet finns ska man delta i 1-3 cuper/spelare

Teori

- Organiserade teoripass baserat på Svenska hockeyförbundets riktlinjer
- Kunskaper om grundläggande kostlära
- Regelträning

Föräldramöte

- Föräldramöte ska hållas vid två tillfällen per år, höst-vår

Tränare

- C1 Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs, BU1 och BU2
- C2 Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs och BU1

B1/B2

Limhamn Hockey jobbar under de här åren vidare med ledorden "Glädje/Passion/Utveckling".

Under de här åren börjar hockeyspelare formas och föreningen arbetar aktivt med "Alla ska med", vilket innebär att vi vill att fler spelare ska fortsätta spela hockey längre.

Distriktsmästerskap (DM) börjar spelas.

Individanpassning, både under träning och på match, stegras.

Träningarna blir än mer "hockeylika", tävlingsmomenten blir fler och högre krav på närvaro ställs för att få delta på match.

Lagen ska fortsätta sitt arbete med att skapa "Goda Vanor" gällande Off-Ice i samband med isträning.

Extraträning/match med årgången under kan ske. Detta sker i samråd med tränare i årgången under.

Extraträning/match med årgång över kan ske. Detta sker i samråd med tränare i årgången över.

Eventuella "permanenta uppflyttningar" till årgång över sker om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Eventuella "permanenta nedflyttningar" till årgång under kan ske över en tid om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Mål för B1/B2

- Att betona vikten av glädje och gemenskap
- Att lära sig vara en god kamrat/lagspelare/motståndare
- Att lära sig samarbeta i en grupp
- Att lära sig disciplin; passa tider, lyssna på ledare etc.
- Alltid meddela om man har förhinder att medverka på träning och match
- Att lära sig hantera både vinster och förluster
- Att växa som individ och ta ansvar genom att leda sig själv och andra under träning och match
- Hitta rätt nivå för matchande/isträning för att uppnå "Alla ska med"
- Spelarsamtal ska genomföras

Försäsong

- Obligatoriskt uppehåll från hockey på minst två veckor efter säsongsavslut innan sommarträning startar
- Sommarträning genomförs gemensamt vid tre tillfällen/vecka samt 1 individuellt pass.
- Ungdomar som håller på med andra sommaridrotter kan räkna denna som sommarträning efter överenskommelse med ansvarig tränare

Is säsong

- B1/B2 börjar träna på is då grundschema börjar gälla v.35.
- B1/B2 har tre isträningar/vecka
- Målvakter ska delta på föreningens målvaktsträning

Off-Ice

- Off-Ice ska genomföras i samband med varje isträning

Matcher

- Seriespel, ansvarig tränare bedömer behov av antal lag och serietillhörighet. Detta stäms sedan av med sportrådet
- Matchning av lag under pågående match är inte tillåtet
- Tränare har möjlighet att individanpassa lagen
- Målvakter ska om möjligt stå lika många perioder/matcher-hänsyn till träningsnärvaro ska tas
- Matcher är utbildning men ska inte förväxlas med träning
- Spelare kan spela på olika positioner, tränaren avgör
- Alla som tränar regelbundet ska spela matcher såväl hemma som borta
- Utbyten med andra föreningar kan ske om möjlighet uppstår
- "12-mannaregeln" gäller

Cupspel

- Om möjlighet finns ska man delta i 1-3 cuper/spelare. Ytterligare deltagande i cuper stäms av med Sportrådet

DM

- Tränaren tar ut ett lag med tolv utespelare och två målvakter. Truppen kan ändras mellan Gruppspel och Final. Underåriga får endast användas om det saknas spelare i laget

Teori

- Organiserade teoripass baserat på Svenska hockeyförbundets riktlinjer

- Kunskaper om grundläggande kostlära
- Regelträning

Föräldramöte

- Föräldramöte ska hållas vid två tillfällen per år, Höst-Vår.

Tränare

- Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs, BU1 och BU2

A1/A2

Limhamn Hockey jobbar under de här åren vidare med ledorden "Glädje/Passion/Utveckling".

A1/A2 består av en eller två träningsgrupper beroende på antalet spelare. Man börjar med testverksamheter för att på så sätt se att individen utvecklas. Träning med överåriga kan ske. Detta styrs av tränarna i respektive lag. Man måste träna regelbundet för att vara aktuell för match.

Eventuella "permanenta uppflyttningar" till årgång över sker om individen behöver det för sin utveckling. Detta sker i samråd med respektive årgångs tränare, individen och föräldrar samt att Sportrådet tar det slutgiltiga beslutet.

Spelarna kommer att utbildas för andra uppdrag i föreningen, exempelvis som domare.

Mål för A1/A2

- Att betona vikten av glädje och gemenskap
- Att lära sig vara en god kamrat/lagspelare/motståndare
- Att lära sig disciplin; passa tider, lyssna på ledare etc.
- Alltid meddela om man har förhinder att medverka på träning och match
- Att lära sig hantera både vinster och förluster
- Att växa som individ och ta ansvar genom att leda sig själv och andra under träning och match
- Påverka individen att ta ansvar för sin egen utveckling
- Spelarsamtal med individuella mål ska genomföras

Försäsong

- Obligatoriskt uppehåll från hockey på minst två veckor efter säsongsavslut innan Sommarträning startar
- Sommarträning genomförs gemensamt vid fyra tillfällen/vecka samt 1 individuellt pass.
- Ungdomar som håller på med andra sommaridrotter kan räkna denna som sommarträning efter överenskommelse med ansvarig tränare. Man bör vid något tillfälle per vecka närvara på lagets sommarträning

Is säsong

- A1/A2 börjar träna på is då grundschemat börjar gälla v.35.
- A-pojk har tre isträningar/vecka
- Målvakter ska delta på föreningens målvaktsträning

Off-Ice

- Off-Ice ska genomföras i samband med varje isträning

Matcher

- Seriespel, ansvarig tränare bedömer behov av antal lag och serietillhörighet. Detta stäms sedan av med sportrådet
- Matchning av lag under pågående match är endast tillåtet under tredje perioden
- Individanpassning av lag sker, ska dock inte vara statiska
- Matcher är utbildning men ska inte förväxlas med träning
- "15-manna regeln" gäller

Cupspel

- Om möjlighet finns ska man delta i 1-3 cuper. Ytterligare deltagande i cuper stäms av med sportrådet.

DM

- Tränaren tar ut ett lag med femton utespelare och två målvakter. Truppen kan ändras mellan Gruppspel och Final.

Teori

- Organiserade teoripass baserat på Svenska hockeyförbundets riktlinjer
- Kunskaper om grundläggande kostlära
- Regelträning

Föräldramöte

- Föräldramöte ska hållas vid två tillfällen per år, Höst-Vår. Ansvarig ledare ser till att så sker.

Tränare

- Tränare ska ha genomgått Svenska Ishockeyförbundets Grundkurs, BU1 och BU2