

TRE KRONORS Hockeyskola



Föräldrafoldern



SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET
Utvecklings- och landslagsavdelningen

Folksam®

Välkommen till TRE KRONORS Hockeyskola



Tre Kronors Hockeyskola är ett Idrottslyftsprojekt som Svenska

Ishockeyförbundet skapat för att underlätta rekryteringsarbetet för våra föreningar. Genom Tre Kronors Hockeyskola vill vi säkerställa kvalitén för de barn som väljer att delta i denna verksamhet. Målbilden är en för barnen trivsamt verksamhet där de ska få många roliga och lärorika upplevelser. Innehållet i Tre Kronors Hockeyskola vänder sig till barn upp till 10 år.

Tre Kronors Ishockeyskola vill skapa en ishockeyverksamhet på barnens villkor. Det handlar mycket om att umgås och ha roligt tillsammans med kompisar och ledare, vilket är en grundförutsättning för en positiv utveckling.

Farten och spänningen i en match är en av ishockeyns stora tjusningar. Utmaningen är att känna sig trygg på isen, ha kontroll på kroppens rörelser samtidigt som man hanterar en klubba och en puck. Att behärska detta är en fantastisk upplevelse.

Ett viktigt första mål är naturligtvis att lära barnen åka skridskor. Detta försöker vi göra genom lekfulla och roliga övningar. Ett annat mål är att göra ishockeyn intressant och meningsfull. Om barn får chansen att lära sig att åka skridskor

och spela ishockey i unga år samtidigt som de har roligt, kommer de med stor sannolikhet

att ha ishockeyn med sig resten av sitt liv. Med Tre Kronors Hockeyskola läggs grunden till ett livslångt intresse för ishockeyn, som aktiv spelare, publik eller som ledare i framtiden. Tre Kronors Hockeyskola är inkörsporren till ishockeyn och det viktigaste området för att säkerställa återväxten och rekryteringen av barn och ungdomar inom Svenska ishockey.

Vi hälsar er varmt välkommen till Tre Kronors Hockeyskola som ledare och tränare!

**Göran Lindblom,
Mikael Ström och
Anders Lundqvist**

*Hockeykonsulenter
i Svenska Ishockey-
förbundet*



Barns rätt i idrott:



✓ Att kunna delta utan krav på skicklighet i unga år.



✓ Att delta i en verksamhet som är anpassad till barnets egen utveckling.



✓ Att få umgås med duktiga och positiva ledare.



✓ Att kunna påverka sitt idrottsutövande efter sin egen mognad.



✓ Att få delta som ett barn och inte som en vuxen.



✓ Att få riktiga förberedelser i sin ishockey.



✓ Att alla får lika möjligheter i sin strävan att lyckas.



✓ Att bli behandlad med värdighet av sin omgivning.



✓ Att ha roligt med sin idrott.



15

budord om din roll som förälder

**1**

Informera Dig om Er förenings mål med sin verksamhet. Detta kan ge svar på om Du vill delta eller ej med Ditt barn.

2

Föräldraambition kan lätt bli en fallgrop för barnen. Ett led i utbildningen som ishockeyspelare är att så tidigt som möjligt klara sina åtaganden på egen hand (kommunikationen med ledarna, skötsel av sin utrustning, dagsplanering m.m.).

3

Stötta Ditt barn och ledarna i laget. Ditt barns problem kan du bäst lösa genom att kommunicera med ledarna i laget utan att ungdomarna finns med. Splittring mellan ledarna och föräldragruppen går alltid ut över barnen.

4

Låt barnen (så långt som det är möjligt) uppleva sin ishockey på egen hand.

5

Attityder och värderingar är viktiga. Ditt barn får naturligtvis lära sig respekt och rent spel, vikten av kamratskap och ett idrottsriktigt leverne.



6

Uppfostra Dina barn så att de i sin idrottsmiljö själva vågar uttrycka och visa sina känslor. Besvikelser kan då hanteras på ett godtagbart sätt.

7

Informera Dig om ledarnas principer när det gäller laguttagningar.

- När tas laget ut?
- Efter vilka principer?
- Riktlinjer vid femmans indelning?
- Betydelsen av spelarnas ambition, träningsdeltagande, vilja m.m.

8

Se till att Ni och Ledarna tillsammans enas kring normer och regler som är viktiga för Era barns utveckling som människor och ishockeyspelare.

9

Stötta domarna i deras svåra och viktiga roll som matchledare.

10

Hetsa aldrig fram Ditt barn för att nå resultat i matcher. Var sak har sin tid! Utbildningen till ishockeyspelare är en lång process. Varje spelare är unik!

11

Variera Ditt barns idrottande under hela ungdomsperioden. Låt dem utföra flera andra idrotter. **VARIATION ÄR BÄTTRE INLÄRNING!**

12

Tänk på att Ditt barn idrottar för att få uppleva:

- Gemenskap
- Utveckla sin skicklighet
- Spänning
- Tävling / framgång / status
- Fysisk form
- Få utlopp för energi

13

Under träning lär man sig nya saker. Under match praktiserar spelarna kunskapen. **ÖVERVÄRDERA ALDRIG MATCHENS BETYDELSE UNDER UNGDOMSPERIODEN.**

14

Älska Ditt barn som det är. Utan krav på prestation, var positiv och lyssna på funderingar om spelet, kamraterna och ledarna. Barn vill ha något att berätta om när de kommer hem.

15

Se till att Ditt barn äter rätt och vilar i tillräcklig mängd. Stötta Ditt barn både i skolan, och idrottandet.

**FairPlay
& Respekt** 

Föräldrarnas ansvar:

- *Coachar inte son/dotter från rinkside under pågående match.*
- *Stöttar sina barn i med- och motgång.*
- *Visar intresse för sitt barns idrottande.*
- *Lägger grunden till barnens livsstil.*
- *Har insikt om och skall respektera och leva efter föreningens policy.*
- *Skriker inte på domare, utan hejar på laget.*
- *Lägger sig inte i eller påverka laguttagningar.*
- *Tänker på att man som förälder är en viktig förebild*



**FairPlay
& Respekt** 

Ledaren/Tränarens ansvar:



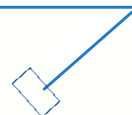
- *Samlar inte pokaler utan utbildar och utvecklar spelare och människor!*
- *Ger alla spelare samma chans, har inga favoriter!*
- *Tänker på att man är en förebild för ungdomarna!*
- *Skriker inte på domare eller spelare under matcher, utan coachar sina spelare i båset, ger konstruktiv kritik, vägleder!*
- *Bryr sig om spelarna och är uppmärksam på hur spelarna mår!*
- *Tar hand om spelare som kan ha det tungt.*
- *Lyssnar på spelarna för att skapa bättre gemenskap och Vi-känsla!*



FairPlay & Respekt



En bra kompis:



Visar respekt!

Ger beröm, stöttar och hjälper!

Sprider positiv energi!

Behandlar alla lika!

Lyssnar på andras åsikter!

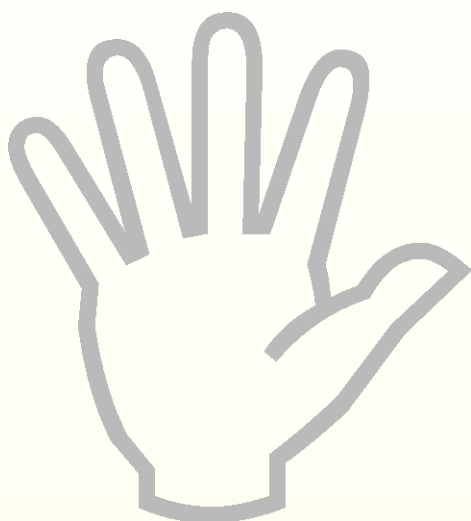
Kan prata med alla!



FairPlay & Respekt



Alkohol och Droger:



I samband med barn och ungdomsishockey gäller nolltolerans mot all alkohol och droger för ledare och föräldrar.

Föreningen skall informera föräldrar och ledare om sin alkoholpolicy

Som förälder dricker man inte alkohol kvällen före man skall skjutsa till match!

Som ledare/tränare så dricker man inte alkohol kvällen före match!



**FairPlay
& Respekt** 

Ishockeyns Värdegrunder

"Svenska Ishockeyförbundet har ytterst ansvaret för ishockeyns gemensamma värderingar om vad som är rätt eller fel inom ishockeyn. Det ska hjälpa oss att tydligt ta ställning för rent spel och mot fusk, våld, mobbning, rasism, grovt språkbruk, dopning, alkohol och droger. På så sätt utvecklar vi hela människan och inte bara idrottsprestationen. Vi vill på alla nivåer bedriva ishockey så att ishockeysporten positivt inverkar och påverkar både fysiskt och psykiskt, på och utanför rinken. Ett mål som vi behöver sträva mot tillsammans!"

CHRISTER ENGLUND

Ordförande Svenska Ishockeyförbundet




**FairPlay
& Respekt** **Viktiga punkter angående attityd:*****Ett barn som:***

- *får mycket kritik, lär sig att fördöma.*
- *får uppleva fientlighet, lär sig slåss.*
- *görs till åtlöje, utvecklar blyghet.*
- *behandlas med tolerans, lär sig tålamod.*
- *får uppmuntran, lär sig att hysa förtroende.*
- *har roligt, utvecklar ett livsintresse.*
- *blir respekterat, lär sig att respektera.*
- *får uppleva Fair Play, har nytta av det hela livet.*



Vårt språk



- 
- *Vi hånar eller hotar inte motståndarlagets spelare!*

 - *Vi använder inga rasistiska uttalanden!*

 - *Vi använder inte svordomar eller könsord för att uttrycka oss!*

 - *När man är ute på cuper och matcher så representerar man hela föreningen och visar det genom ett schysst språk!*

 - *Endast lagkaptenen diskuterar med domaren och gör det i lugn ton!*



Om ni vill läsa mer om FairPlay & Respekt, kan ni läsa den Lilla Blågula foldern, fråga föreningen om de har något exemplar eller beställ den via Coaches Corner på www.coachescorner.nu



Försäkringsinformation Lagförsäkringen/ Ungdomsförsäkringen

En viktig del att veta som förälder när ditt barn börjar Tre Kronor Hockeyskola är vad som gäller om något tråkigt skulle inträffa, om olyckan skulle vara framme. Det finns försäkring om det skulle hända något.

Det är mycket viktigt att våra spelare och ledare är försäkrade.

I samband med att licensavgiften som betalas till ishockeyns distriktsförbund av föreningen är spelaren automatiskt försäkrad i Folksam. Alla spelare som är 10 år eller äldre skall licensanmälas = försäkrad. Föreningen har ansvaret och ser till att anmäla alla spelarna genom en s.k. lagförsäkring.

Ditt barn som går Tre Kronor Hockeyskola och andra spelare (upp till 10 års ålder) som är med i föreningen omfattas automatiskt (utan licensregistrering) av ungdomsförsäkringen.

TRE KRONORS Hockeyskola

Spelarna som deltar är olycksfallsförsäkrade genom lagförsäkringen under hockeyskolan, matcher, träningar och resor till och från:

- akutersättning, upp till 6% av ett prisbasbelopp (pbb)
- tandskadeersättning, upp till 1 pbb
- sönderklippta kläder i samband med vård, upp till 15% av pbb
- invaliditetsersättning, 300 000 kr
- dödsfallsersättning, 30 000 kr

Folksams tand- och käkstudier visar att ungdomar som spelar med obligatoriskt galler har en betydligt lägre risk att få en tand eller käksskada jämfört med äldre spelare som spelar utan galler. Men det förekommer tand- och käksskador trots gallret och då har ofta gallret inte varit fastsatt på rätt sätt. Klubbbar har då kommit in under gallret och med kraft tryckt upp gallret och skadat tänder.

Se till att gallret sitter rätt !

Har du råkat ut för en idrottsskada?

Enkelt – ring Folksam 08-772 87 40.
De flesta olycksfallsskador inom idrotten går att anmäla med ett telefonsamtal.



Checklista för trafiksäker idrott

Varje dag rör sig hundratusentals idrottare i trafiken till och från träning eller match, till fots, med cykel eller bil. Med den här checklistan kan er förening göra idrottens resor säkrare, så att vi kan minska antalet döda och allvarligt skadade idrottare i trafiken.

Använd checklistan för att upprätta er egen trafiksäkerhetspolicy. Kunskapen är hämtad från Vägverket, Västerbottens Idrottsförbund och Folksams trafiksäkerhetsforskare.



Resor med bil eller minibuss

Tåg är alltid ett bättre miljöval än bil eller buss, överväg gärna det som alternativ.

Vid resor med bil eller minibuss förväntas föraren ha körkort och följa gällande trafi kregler, särskilt när det gäller att använda bilbältet, hålla hastigheten, köra nykter och drogfri och dessutom ha godkända däck (3 mm mönsterdjup).

När ni åker med egna bilar

- Finns det trepunktsbälten till alla?
- Finns det bälteskudde till barn mellan 6 och 10 år?
- Planeras resandet till matcher med god tidsmarginal?
- Har vi tidsmarginal för oförutsedda händelser?
- Vem byter av föraren när vi åker långt?
- Hur förankrar vi eventuell last?
- Finns det en lista med telefonnummer till alla anhöriga i gruppen?

När ni köper transporter

- Finns det säkerhetsbälten till alla passagerare?
- Använder alla passagerare säkerhetsbältet?
- Använder föraren säkerhetsbälte?
- Färdas fler i fordonet än tillåtet?
- Håller föraren hastighetsgränserna?
- Anpassar föraren hastigheten efter väglaget?
- Följer och respekterar föraren trafi kreglerna?
- Har däcken minst 3 mm mönsterdjup?

När ni hyr bil eller minibuss

- Har fordonet minst fyra stjärnor i EuroNCAP:s krocktester?
- Finns godkända whiplashskydd?
- Finns antisladd?
- Har däcken minst 3 mm mönsterdjup?

Cykla eller gå till träning och match

- Använder föreningens medlemmar cykelhjälm?
- Är cyklarna utrustade med belysning och reflexer?
- Använder föreningens medlemmar reflex i trafiken?

För mer information

www.rf.se eller idrottsförbundet i ditt län.
www.sisuidrottsutbildarna.se
www.folksam.se
www.vv.se
www.ntf.se
www.svenskacykelhjalmsgruppen.nu

Försäkringsinformation

Svenska Ishockeyförbundet
Gäller från och med 2007-10-01



Licens- och ungdomsförsäkring

Försäkringsnummer

K 62700 (licensförsäkringen)
K 62710 (ungdomsförsäkringen)
Licensperiod 1 oktober-30 september

Vilka är försäkrade Lagförsäkringen

Du som licensanmäls till Folksam och som spelar i ett lag som betalat laglicensavgiften till ditt distriktsförbund är försäkrad. Licensanmälan är obligatorisk för dig som är tio år eller äldre. Även yngre spelare som spelar i så kallad U11-lag ska licensanmälas.

Ungdomsförsäkringen

Du som spelar i en förening som tillhör Svenska Ishockeyförbundet och är yngre än tio år är försäkrad utan att betala någon premie. Även ungdomar 10-15 år som inte deltar i match och således inte behöver registreras är försäkrade.

När försäkringen gäller

Försäkringen gäller om du drabbas av en olycksfallsskada när du deltar i av Svenska Ishockeyförbundet, dess distriktsförbund eller föreningar anordnade matcher och träningar i ishockey eller då du är med i hockeyskola. Den gäller också under resor till och från dessa aktiviteter. När aktiviteten sker utanför din hemort (även utomlands), är du även försäkrad under resor och vistelsen där.

Giltighetstid Lagförsäkringen

Du är försäkrad så länge som din licens är giltig. Om du saknar licens, men tillfälligt deltar i en match kan du i efterhand förklaras som licenserad och försäkrad om du licensanmäls inom tre dagar från matchen. Om du licensanmäls under tiden 15 maj-30 september gäller försäkringen även för den hela kommande licensperioden som börjar 1 oktober.

Ungdomsförsäkringen

Du är försäkrad under licensperioden 1 oktober-30 september.

Ersättningar

Akutersättning	högst 6 % av ett basbelopp
Tandskadekostnader	högst ett basbelopp
Sönderklippta kläder i samband med vård	högst 15 % av ett basbelopp
Medicinsk invaliditet invaliditetsgrad 1-4 %	3 000 kr
invaliditetsgrad 5-74 %	ersättning beräknas på 300 000 kr
Invaliditetsgrad 75 % och högre	600 000 kr
Dödsfallsersättning oavsett orsak (enl villkor)	30 000 kr

Basbeloppet år 2007 är 40 300 kronor

Försäkringsvillkoren

Vid skada lämnas ersättning enligt de fullständiga villkoren. En kortfattad beskrivning av försäkringsvillkoren finns på baksidan.

Vid utlandsresa

Försäkringen gäller utomlands på samma sätt som i Sverige när utlandsvistelsen inte är längre än 45 dagar. Förbundet har tecknat en försäkring för alla föreningar och

deras aktiva resenärer som åker utomlands på sanktionerad ishockeyresa. Premien ingår i sanktionsavgiften och försäkringsnumret är K 64803. Tänk på att vid resa inom EU krävs att resenären har med sig det europeiska sjukförsäkringskortet som beställs på försäkringskassans hemsida fk.se/utomlands

Ledare och funktionärer

Ledare och funktionärer är olycksfallsförsäkrade genom RF:s Grundförsäkring (K 62510). Vid resa utomlands gäller den även vid akut sjukdom.

Utländska spelare

Utländska spelare som representerar svensk förening ska licensieras. Spelare från en del länder är inte berättigade till offentligt finansierad vård i Sverige. För dessa blir avgifter vid vård och behandling dyra och försäkringen otillräcklig. Komplettera med en försäkring för dessa som ger kostnadstäckning vid såväl olycksfall som akut sjukdom, dygnet runt, upp till 300 000 kronor per skada. Försäkringen heter K97 och du kontaktar Folksam Idrott för att teckna den.

Hockeyns extraförsäkring

Försäkringsskyddet i lagförsäkringen är ett grundskydd. Föreningen kan komplettera spelarnas skydd genom Hockeyns extraförsäkring som innehåller ett högre belopp vid medicinsk invaliditet och dödsfall. Kontakta Folksam Idrott på telefon 08-772 87 87 för mer information.