



RAMVERK FÖR BARN- OCH UNGDOMSISHOCKEY

HEJ!

”Det är viktigt att låta barn växa in i kostymen på det sättet och ha roligt på vägen. Både för att locka spelare, behålla dem och utveckla ishockeyspelare som älskar sporten.”

Varför nya spelformer?

För det första görs den här förändringen för att hjälpa barn och unga i deras hockeyutveckling. Vi vill inte bara skapa en roligare och bättre hockeyutbildning. Vi vill som många av er där ute också närma oss ”riktig hockey”. Men ”riktig hockey” ur barnens perspektiv.

Riktig hockey är dynamisk mellan åldrar, förutsättningar och utvecklingsnivåer. Vill vi bli ännu bättre på spelarutveckling i Sverige måste vi ha ett öppet sinne inför vad som är bäst i olika skeden av en hockeykarriär.

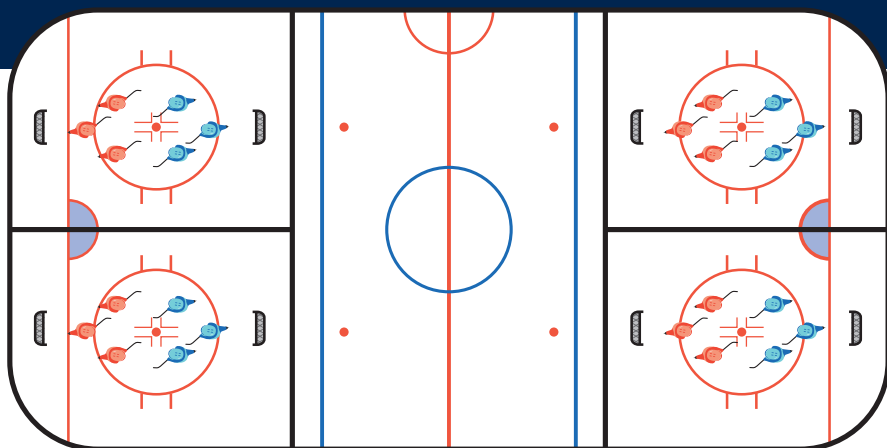
Om spelytan blir för stor, blir åkmönstret annorlunda och hockeyaktionerna betydligt färre. Genom att dra ner på yta och deltagare på isen så skjuter puckkontakter och andra hockeyrelaterade aktioner i höjden. Vilket såklart utvecklar, men också skapar en roligare sport.

Ser vi på fotbollen är det helt givet att spela på 5-, 7-, 9- och 11-mannaplaner beroende på ålder. Det är viktigt att låta barn växa in i kostymen på det sättet och ha roligt på vägen. Både för att locka spelare, behålla dem och utveckla ishockeyspelare som älskar sporten.

Den mer kliniska sammanfattningen av vår målbild är att främja och stimulera individens utveckling. Och samtidigt kunna utveckla taktiska, tekniska, fysiska och psykiska färdigheter med fokus på hockeyutövande.

Regelverkets varför och bakomliggande idéer presenteras på www.hemmaplansmodellen.se

ÖVERSIKT AV SPELYTORNAS STORLEK



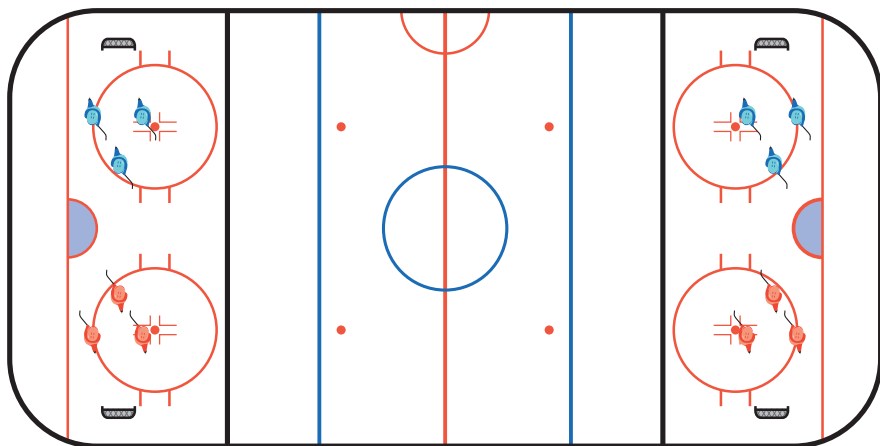
TKH och U9

1/6 av helplan (15 m x 20 m)

Ismarkeringar: Mittpunkt, mållinje och målgård.

Spelyta: 15 m x 20 m.

Yta för vila: Mittzon.



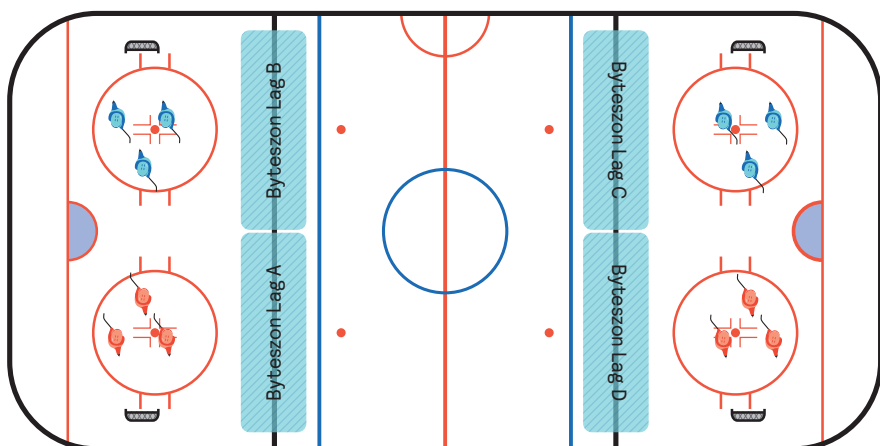
U10 och U11

1/4 av helplan (15 m x 30 m)

Ismarkeringar: Mittpunkt, mållinje och målgård.

Spelyta: 15 m x 30 m.

Yta för vila: Mittzon.



U12 och äldre

1/3 av helplan (20 m x 30 m)

Ismarkeringar: Mittpunkt, mållinje och målgård.

Spelyta: 20 m x 30 m.

Yta för vila: Mittzon.

ÖVERSIKT AV UTRUSTNING FÖR MATCHSPEL

Sarg/plandelare

- 1/6 av helplan (15 m x 20 m) – Spelytan delas av med hjälp av låg sarg/planavdelare.
- 1/4 av helplan (15 m x 30 m) – Spelytan delas av med hjälp av låg sarg/planavdelare.
- 1/3 av helplan (20 m x 30 m) – Spelytan delas av med hjälp av låg sarg/planavdelare.

Skyddsnät

Vid alla typer av matcher så rekommenderas det att ett skyddsnät hänger bakom målburarna för att skydda publik och vilande spelare.

Puck

- U10 (D1) och yngre – Blå light-puck¹ ska användas. Diameter 7,62 cm, vikt 120-135 gram.
- U11 (C2) och äldre – Svart puck² ska användas. Diameter 7,62 cm, vikt 156-170 gram.

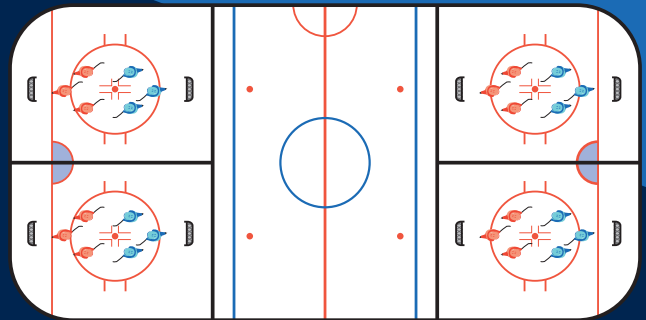
Målbur och målgård

- Stor målbur (122 cm x 183 cm) ska användas vid spel med målvakter.
- Liten målbur (45 cm x 60 cm) ska användas vid spel utan målvakter.
- Målgård³ ritas upp om det saknas. Målburen viks ned och målgården ritas upp efter det och blir alltså 122 cm x 183 cm stor.
- Mållinje ritas – precis som målgården – upp med en ispena⁴.
- Korta ispiggar⁵ används på dessa mål (inte goalpegs).



TKH (D3) OCH U9 (D2)

Spelar 3 mot 3 på 1/6 av helplan



Regel 1: Lag

1.1 Spelare. Lagen spelar med tre utespelare och en målvakt. Spelas matchen utan målvakter så spelar varje lag med tre utespelare. Målvakt kan inte ersättas med extra utespelare. Vid tillfälle där målvakt saknas ska alternativa målburar användas.

1.2 Ledare. Varje lag ska ha minst en ledare per spelplan som ansvarar för sina spelare. Ledaren ansvarar även för att sargen/pl-anavdelaren återplaceras om den hamnar ur läge.

Regel 2: Matchledare

2.1 Matchledaren. Till varje match ska arrangerande förening utse minst en ledare som ansvarar för att spelet flyter på – även kallad matchledare. Matchledaren ska vara minst en tränare/ledare från hemma och/eller bortalaget. Med fördel kan det vara två matchledare, och i så fall gärna en från varje lag.

2.2 Matchledarens uppgifter och ansvar. Matchledaren ansvarar för att regler och riktlinjer för match följs. Plus att ha kontakt med både ledare och eventuell annan matchledare om något inträffar med spelare eller spelplanens utrustning.

2.3 Matchledarens utrustning.

Varje matchledare ska vara utrustad med:

- Visselpipa
- Hjälms
- Skridskor

(Extra puckar får gärna ligga på målburarna för att snabbt komma igång igen om en puck åker ur spel.)

Regel 3: Speltid

3.1 Tidtagning. Oavsett om en eller fyra matcher genomförs så används samma matchklocka för alla matcher. Det fungerar bra då matcherna spelas med effektiv matchtid.

3.2 Speltid. En match är en period lång å 15 minuter.

3.3 Signaler vid start och stopp. En signal ska ljuda när matchtiden startar samt vid matchens slut efter 15 minuter. En ljudsignal ska också ljuda var 90:e sekund för att indikera spelarbyte.

3.4 Övriga händelser. Klockan ska normalt få löpa fritt, och stoppas bara om:

- En större skada uppstår
- Ett större anläggningsproblem uppstår

Regel 4: Start av spel

När spelet ska startas upp så är målet att komma igång så snabbt och säkert som möjligt. Spelet startas på ett av två följande sätt (det beskrivs i följande paragrafer när vilket sätt används):

- **Nedsläpp** – Två spelare ställer upp mot varandra för ett nedsläpp vid mittpunkten och där resterande spelare befinner sig bakom sin lagkamrat. En klassisk teknik alltså.
- **Uppstart.** Matchledaren använder en ny puck som kastas/läggs i någon av planens två dropprutor som ligger bakom de två målburarna. Se bild.

4.1 Efter Mål. När det blir mål ska laget som gjort målet omedelbart röra sig mot sitt eget mål. Motståndarna får då en möjlighet att starta med pucken i dropprutan bakom sitt eget mål.

4.2 Efter målvaktsblockering. Om målvakten blockerar pucken blåser matchledaren i sin visselpipa och kastar in en ny puck i dropprutan. Anfallande laget ska omedelbart röra sig mot sitt eget mål och ge motståndarna en möjlighet att starta med pucken genom uppstart från sin droppruta.

4.3 Efter stopp för förseelse. När en spelare har fått tillsägelse på grund av en förseelse som genomförts (regelbrott) så ska matchledaren ge ej felande lag pucken genom uppstart i sin droppruta för att starta spelet.

4.4 Pucken utanför banan. Om pucken skjuts utanför banan ska matchledaren blåsa av och ge laget som inte sköt ut den puckinnehav genom uppstart från sin droppruta. Om pucken tar i skydds nätet och studsar in på banan igen så fortgår spelet. Om pucken skjuts in på en annan spelplan så sätter matchledaren igång spelet igen med en ny puck. Matchledaren på den andra planen plockar upp den inkomna pucken och spelet stoppas inte på någon av planerna.

4.5 Efter spelarbyten. När ett spelarbyte har genomförts så ska matchledaren genomföra ett nedsläpp på mitten av banan. Alla spelare ska befinna sig på sin planhalva när nedsläpp sker. Alla planer startar igång spelet samtidigt.

4.6 Övriga stopp. Om spelet skulle stoppas av någon anledning som inte nämns ovan så ska matchledaren genomföra ett nedsläpp på mitten av banan.

Regel 5: Fysisk kontakt

5.1 Tillåten fysisk kontakt. En spelare får använda sin klubba för att spela pucken och erövra puckinnehav. Fysisk kontakt kan uppstå mellan spelare och är okej så länge inte kontakten är av en karaktär som beskrivs under 5.2.

5.2 Otillåten fysisk kontakt. En otillåten fysisk kontakt är en



kontakt som uppstår när en spelare:

- Använder sin kropp för att stoppa motståndaren utan att spela med klubban på pucken.
- Tacklar en motståndare med kroppen eller någon del av sin utrustning.
- Hoppas mot en spelare.
- Knuffar en spelare.
- Slår eller försöker slå en spelare med klubban eller händerna.
- Fäller eller försöker fälla en spelare med klubban eller kroppen.
- Tacklar en spelare mot sargen.
- Håller fast en spelare.
- Spelar på ett farligt sätt.
- Hindrar en motspelares förflyttning när den inte har pucken.

Regel 6: Otillåtet spel och olämpligt uppträdande

En spelare som använder sig av otillåten fysisk kontakt, spelar på ett farligt eller oaktsamt sätt eller genom uppträdande och språkbruk inte efter lever fair play och respekt ska ges en tillsägelse direkt i anslutning till att förseelsen skett.

Spelet blåses av och matchledaren tillrättavisar spelaren. Uppstart av spel sker sedan från icke felande lags droppruta.

Matchledaren är den som avgör huruvida spelaren inte följer reglerna och ansvarar för att ta bort spelare från matchen som upprepade gånger spelar ovärdigt på något sätt.

Regel 7: Mål

7.1 Mål. Matchledaren ska döma mål om en spelare – med sin klubba – spelat pucken över den uppritade mållinjen.

7.2 Ej mål. Ett mål kan inte godkännas om:

- Spelaren använder klubban över axelhöjd.
- Spelaren påverkar eller kör på målvakten.
- Spelaren medvetet använder något annat än sin klubba för att göra mål.
- Målburen är flyttad ur läge.