

Säsongsuppstart 2022-08-20 Team 13

1. Spelarnas förväntningar på ledarna

- Ledarna ska var snälla och hjälpsamma.
- Ledarna ska säga åt dem som inte gör som ledarna säger att vi ska göra.
- Ta med spelaren till båset och berätta varför man blir tillsagd – om man har gjort något dumt eller elakt.
- Prata med föräldrar när någon har gjort något bra eller när någon struntar i att göra något som man ska göra.
- Fixa så att vi får spela på Behrn Arena.
- Ge beröm om någon har gjort något bra.
- Göra roliga träningar som man lär sig mycket av.
- Säga till en gång om någon busar. Om det händer igen ska ledarna ta med spelaren till båset och prata.

2. Spelarnas förväntningar på föräldrar

- Föräldrar ska klappa händer när vi gör mål.
- Föräldrar MÅSTE titta på träning och match. Inte titta på telefonen. TELEFONFÖRBUD för föräldrar så fort de kommer innanför dörren i ishallen.
- Skjutsa hit spelarna så att de kommer i tid. Spelarna känner sig stressade och tycker inte att det är roligt om de kommer sent.
- Förälder får bara vara med i omklädningsrummet första träningen när man kommer som ny i laget, eller när man kommer sent. Annars får föräldrarna inte vara i omklädningsrummet.
- Föräldrar ska stanna kvar på läktaren och titta BÅDE PÅ TRÄNING OCH MATCH. Klappa händer när någon gör något bra.
- Föräldrar ska fokusera på spelet. Ta kort är ok men annars ingen mobiltelefon.
- Föräldrar ENBART på läktaren inte i båset.
- Föräldrar ska peppa.
- Inga föräldrar i omklädningsrummet MEN om någon behöver komma in med en korv eller något så är det ok att leverera den.

3. Ledarnas förväntningar på spelarna

- Först och främst att ha roligt. Det ska vara kul att åka till ishallen. Vi har roligt tillsammans i omklädningsrummet och på isen.
- Vi tar hand om varandra. Om någon ser ensam ut så pratar vi med den. Vi är snälla mot varandra. **Alla som spelar i laget är våra kompisar.**
- Om någonting inte känns bra så berättar man det för en ledare.
- Man kommer förberedd till träningar och matcher. Har ätit ordentligt och sovit ordentligt innan träning och match.
- Man gör sitt bästa på isen. Även om något är svårt så försöker man efter sin bästa förmåga. Alla kan inte allt men alla kan lära sig om man tränar på det.
- Man lyssnar på ledarna. Vid avblåsning släpper man pucken och åker direkt dit ledarna säger att man ska.
- Även om en övning är tråkig så gör man hela övningen. Vilar gör man bara om man har skadat sig eller om det är något fel på utrustningen.

- Man är fokuserad på det man gör. Gör alltid så rätt man kan och ta alltid i så mycket man orkar. Om ledaren säger att vi tränar teknik så gör man sakta men rätt. När vi spelar match och när vi gör övningar åker man så fort man kan, passar så hårt man kan, skjuter så hårt man kan.
- Om en lagkamrat inte åker lika fort eller skjuter lika hårt så kommenterar vi inte det. Alla är bra på olika saker.
- Man åker förbi någon som åker saktare i en övning. Annars får inte alla träna på att åka sitt snabbaste. Det betyder inte att den som åker saktare är sämre. Vi kommenterar aldrig att vi åker snabbare än någon eller att vi har åkt om någon i en övning.

4. Vad är en bra lagkamrat/hur är man en bra lagkamrat och kompis

- Har kul och skojar med varandra.
- Trösta den som är ledsen – gäller både ledare och spelare
- Beröm varandra när någon gör något bra och efter träningen
- Fråga hur det gick när någon ramlar

5. Vilka regler ska vi ha i omklädningsrummet

- Inga föräldrar.
- Inte skrika.
- Inga telefoner.
- Inte skjuta puckar.
- Inga klubbor.
- Vara snälla mot varandra.
- Inte slåss.
- Inte svära.
- Vi ska ha musik i omklädningsrummet.
- Efter matchen ska vi inte ifrågasätta varför någon gjorde något som var mindre bra.
- Umgås med varandra.
- Umgås med alla.
- Hjälmförbud tills ledarna säger att det är ok att ta på hjälm, så att alla kan se varandra utan galler.
- Skridskoskydd ska vara på.

6. Vilka regler ska vi ha på isen?

- Släpp pucken när ledare blåser i visselpipan.
- Hjälp den som är skadad. Säg till en tränare.
- Inte lägga sig och vila på isen. Då kan man bli pååkt. Farligt med vassa skridskor.
- Ha hjälm på isen.
- Handskar på sig så att man inte får en vass skridsko som skär fingrarna.
- Om någon gör något bra så berömmar vi den. Klapp på axeln eller high five. Bra kan vara mål, bra passning, jobbat hemåt eller en bra räddning.
- Drick vatten under ispasset. Föräldrars och spelares ansvar att vattenflaska finns med.
- Inte tacklas. Inte puttats.
- Alltid halsskydd på.
- Inte slänga sig med skridskorna först mot någon lagkamrat - Skaderisk.
- Visa respekt mot varandra.