Detta är en sammanställning av det spelarna i U10 och deras tränare kom fram till under teoripasset 27/9 2020:

**Det här ska vi göra för att alla ska trivas och må bra:**

**På isen:**

* Inte skjuta puckar efter signal från tränarna.
* Tacklas inte.
* Vara snälla mot varandra.
* Prata med alla, även de man känner ”mindre” bra.
* Låta varandra testa/försöka nya saker utan att retas.
* Passa alla.
* Låta alla vara med i spelet.
* När tränaren eller kompisen pratar ska man vara tyst och lyssna.
* Följa reglerna på isen.
* Vara en bra kompis.
* Vara snabba till samlingen när tränarna blåser i visselpipan. Samlas fortare så att vi får spela mera.
* Inte säga dumma saker till/om varandra.
* Peppa och hjälpa varandra.
* Fråga ”hur gick det” om någon gjort sig illa.
* Lyssna på den som pratar.
* Inga fula ord eller svordomar.

**Utanför isen:**

* Vara snälla mot varandra.
* Prata med alla, även de man känner ”mindre” bra.
* Hälsa på varandra, både vid och utanför hockeyn.
* Följa reglerna i omklädningsrummet.
* Vara en bra kompis.
* Inte säga dumma saker till/om varandra.
* Peppa varandra.
* Vi kan varandras namn.
* Lyssna på den som pratar.
* Hjälpa varandra.
* Inga fula ord eller svordomar.

**Det här ska vi säga till varandra:**

* Positivt pepp.
* Inga fula ord eller svordomar.
* Snälla saker.
* ”Nästa gång sitter den”
* Hälsa på varandra.
* Bra försök.
* Ge varandra beröm när någon gjort något bra.
* Säga ”hej då” till varandra när vi lämnar träningarna.
* ”Det blir bättre nästa gång”
* ”bra jobbat”

**Det här vill vi att våra föräldrar ska säga och göra:**

* Peppa oss.
* Hjälpa till då det behövs.
* Skjutsa till träningar och matcher i tid
* Uppmuntra.
* Föräldrarna ska vara tysta på träningarna. På matcherna får de jubla då det blir mål.
* Föräldrarna ska säga positiva saker till oss.
* Fråga hur träningen har gått.
* Fråga om barnen haft roligt.
* Dubbelkolla att all utrustning är med.
* Vara nyfiken och intresserad.
* Föräldrarna ska säga:
	+ Spela schysst.
	+ Gör ditt bästa.
	+ Kämpa
	+ Passa
	+ Ha kul.

**Det här vill vi att våra tränare ska säga och göra:**

* Mera uppsikt på hela planen.
* Positiva ord.
* Säga till om man gör övningen fel.
* Säga till vid regelbrott kring spel.
* Ge utmaningar.
* Berömma och utveckla alla.
* Låta spelarna vara delaktiga i att välja övningsmoment ibland.
* Säga ifrån om någon ej uppträtt schysst.
* Fortsätta peppa och pusha.
* Snälla och rättvisa.
* Lyssna på alla.
* ”Nu turas vi om att teka”
* Inte höja rösten direkt.
* Berömma
* Kolla att målvakterna är beredda.

(Lagledarnas jobb: Fixa så många matcher som möjligt under säsongen)