



## Röda Tråden

I dokumentet nedan beskrivs kort de övergripande målen för föreningen samt vilket ansvar som åligger både spelare, ledare samt föräldrar i de olika åldergrupperna.

Detta dokument kallar vi för "Röda Tråden" och är ett levande dokument som kommer att revideras varje år av Sportrådet.

Sportrådet är ett forum som hanterar spelarfrågor och har kontakt med samtliga ledare inom föreningen. Sportrådet kommer också systematiskt att följa upp varje lags säsongsupplägg med respektive lag. Detta för att säkerställa att varje lag följer uppgjorda planer. ([Sportrådet](#))

### Övergripande mål

- Övergripande mål för föreningen är:
  - att utbilda och utveckla spelare och ledare enligt långsiktiga planer så att föreningen i stort sett blir självförsörjande på seniorspelare.
  - att bland spelarnas föräldrar skapa engagemang för vår verksamhet.
  - att utveckla spelare efter deras förutsättningar så att alla känner framgång och utmaning.
  - att utbilda föreningens spelare till att bli ett föredöme i skolan, på fritiden och hemma.
  - att på bästa sätt motarbeta användandet av tobak, sprit och andra droger.
  - att skapa ett livslångt intresse för ishockey.

För att förverkliga dessa övergripande mål kommer föreningen att sätta upp delmål inför varje säsong.

Detta kommer att göras tillsammans med ledare och tränare. Nedan följer de riktlinjer och stöd som föreningen kommer att leva och verka efter:

### **INRIKTNING**

- Huvudmålet för våra tränare skall vara att göra träningarna så roliga och innehållsrika som möjligt. Välplanerade och väl genomförda träningar ökar träningsviljan och solidariteten mellan spelare och tränare.
- Beträffande träningsmetoder och hur vi följer barnens utvecklingskurvor, kommer vi att arbeta **med litteratur** som är framtagen av Svenska Ishockeyförbundet.
- Tränare och ledare kommer att utbildas på respektive nivå, d.v.s. vilken åldergrupp man ansvarar för.
- Utbildning sker under ledning av Göteborgs Ishockeyförbund .
- En särskild utbildningsmatris kommer att följas och all utbildning är obligatorisk.

## A- LAGET

### *Målsättning:*

Att arbeta för att ha ett slagkraftigt A-lag och som skall vara självförsörjande av spelare från egna led.

### *Spelarens ansvar:*

- Det åligger varje spelare att till se att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling.
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### *Tränarnas/ledarnas ansvar:*

- Berörda tränare skall tillsammans inför varje säsong göra en inventering av spelare samt en säsongplanering.
- Till tränings- och seriematcher skall minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränaren tar ut laget. Han/hon ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. Han/hon måste få alla att känna att de är en del av laget.

## J18-laget

### *Målsättning:*

Att förbereda spelarna inför seniorspel, samt att utveckla spelarna individuellt både på det mentala och fysiska planet.

### *Spelarens ansvar:*

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling.
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### *Tränarnas/ledarnas ansvar:*

- Berörda tränare skall tillsammans inför varje säsong kartlägga hur det ser ut med spelare inför kommande säsong.
- Till tränings- och seriematcher skall minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut laget. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av laget.
- Vid cupspel skall alla vara med. Man skall ha minst 15 utespelare och två målvakter ombytta till varje match.
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## **A-pojkar, (15-16 år)**

### ***Målsättning:***

Att arbeta för att ha ett slagkraftigt A-pojkslag och som skall vara föreningens "flaggskepp". Ett lag i division 1, med ambition att klara kvalet till Alletan och ett lag i division 2. Uttagning av spelare till respektive lag sker nivåanpassat. Ansvarig tränare bedömer vilken nivå som är lämplig för respektive spelare.

### ***Spelarens ansvar:***

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling.
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### ***Tränarnas/ledarnas ansvar:***

- Till tränings- och seriematcher skall minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut lagen. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av truppen.
- Vid cupspel skall alla vara med. Man skall ha minst 15 utespelare och två målvakter ombytta till varje match.
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## U-14

### **Målsättning:**

- Klubbens mål är att laget spelare i den svåra serien. Dessutom delta i Göteborgs Ishockey Cup, GIC om laget motsvarat förväntningarna och om laget ligger på den övre halvan i sin serie.

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Till tränings- och seriematcher skall om möjligt minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut laget. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av laget.
- *Vid cupspel skall alla vara med.* Man skall om möjligt vara minst 15 utespelare och två målvakter ombytta till varje match.
- Vid Göteborg Ishockey Cup är klubbens mål att laget skall ta sig till finalomgången. Minst 15 utespelare och två målvakter skall vara uttagna. Lagledningen kan matcha de spelare som för dagen visar bäst form.
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare. Sportrådet skall hållas informerad om gjorda överenskommelser.
- Berörda tränare skall tillsammans inför varje säsong bedöma om spelare som spelar i annat ålderslag skall återgå till U-14 eller ej.
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## U-13

### **Målsättning:**

- Klubbens mål är att laget skall spela i den svåra serien.

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling,
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Till tränings- och seriematcher skall om möjligt minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut laget. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av laget.
- Vid cupspel skall alla vara med. Man skall om möjligt ha minst 15 utespelare och två målvakter ombytta till varje match.
- Till GP-pucken kan två jämna lag anmälas. Varje lag måste bestå av minst tio utespelare och en målvakt. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare från U-12 "lånas upp".
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare.
- Då en äldre åldersgrupp "lånar upp" spelare till match, skall tränarna i de bägge lagen tillsammans avgöra vem eller vilka som spelare som berörs.
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## U-12

### **Målsättning:**

- Klubbens mål är att laget skall spela i den svåra serien.

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling,
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.
- De spelare som visar bäst träningsflit, högst arbetsmoral, ödmjukhet inför uppgiften samt visar en god lagmoral kommer att få spela mest.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Till tränings- och seriematcher skall om möjligt minst 15 utespelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut laget. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av laget.
- Alla uttagna spelare i laget får spela lika mycket. Huvudmålet skall vara att "hålla igång" så många spelare som möjligt. Inga spelare skall ges mer istid än andra. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare lånas in från andra åldersgrupper.
- Vid cupspel skall alla vara med. Man skall om möjligt ha minst 15 utespelare och två målvakter ombytta till varje match. Målet är att alla spelare skall få spela ett visst antal matcher baserade på sin individuella träningsmängd.
- Till GP-pucken kan två jämna lag anmälas. Varje lag måste bestå av minst tio utespelare och en målvakt. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare från U-11 "lånas upp".
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare.
- Då en äldre åldersgrupp "lånar upp" spelare till match, skall tränarna i de bägge lagen tillsammans avgöra vem eller vilka som skall "lånas upp".
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## U-11

### **Målsättning:**

- Förbereda laget för spel på helplan (första året som laget spelar på helplan).

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling,
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Till tränings- och seriematcher skall minst om möjligt 15 utspelare och två målvakter vara uttagna.
- Tränarna tar ut laget. De ansvarar för att icke uttagna spelare informeras om detta i tid. De måste få alla att känna att de är en del av laget.
- Alla uttagna spelare i laget får spela lika mycket. Huvudmålet skall vara att "hålla igång" så många spelare som möjligt. Inga spelare skall ges mer istid än andra. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare lånas in från andra åldersgrupper.
- Vid cupspel skall alla vara med. Man skall om möjligt ha minst 15 utspelare och två målvakter ombytt till varje match. Målet är att alla spelare skall få spela ett så jämnt antal matcher som möjligt.
- Till GP-pucken kan två jämna lag anmälas. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare från U-10 "lånas upp".
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare.
- Då en äldre åldersgrupp "lånar upp" spelare till match, skall tränarna i de bägge lagen tillsammans avgöra vem eller vilka som skall "lånas upp".
- "Off ice" träning skall bedrivas av något slag som t ex barmarksträning/teori.

## U-10

### **Målsättning:**

Delta med 2 lag i poolspel (halvplan)

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling,
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Alla spelare i laget får spela lika mycket. Huvudmålet skall vara att "hålla igång" så många spelare som möjligt. Inga spelare skall ges mer istid än andra. Då spelet sker på halvplan skall man använda sig av två så jämna lag som möjligt. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare lånas in från andra åldersgrupper.
- Vid cupspel skall alla spelare få spela lika mycket. Då spelet sker på halvplan skall, om lagets spelarantal så tillåter, två så jämna lag som möjligt anmälas. I annat fall så kan man låna upp spelare från U-9 alternativt anmäler ett lag och spelar med alla egna spelare.
- Till GP-pucken kan två jämna lag anmälas. Varje lag måste bestå av minst tio utespelare och en målvakt. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så kan spelare från U-9 "lånas upp".
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare.
- Då en äldre åldersgrupp "lånar upp" spelare till match, skall tränarna i de bägge lagen tillsammans avgöra vem eller vilka som skall "lånas upp".



## U-9

### **Målsättning:**

Delta med 2 lag i poolspel (halvplan)

### **Spelarens ansvar:**

- Det åligger varje spelare att tillsammans med hans/hennes föräldrar se till att närvara på så många träningar som möjligt. En hög träningsnärvaro är det allra viktigaste för både den enskilde spelarens och lagets utveckling,
- Alla spelare skall, om inte lagledningen angett annat, inför träning och match samlas för gemensam omklädning en timme innan utsatt istid.

### **Tränarnas/ledarnas ansvar:**

- Alla spelare i laget får spela lika mycket. Huvudmålet skall vara att "hålla igång" så många spelare som möjligt. Inga spelare skall ges mer istid än andra. Då spelet sker på halvplan skall man använda sig av två så jämna lag som möjligt. Om inte det egna lagets spelarantal räcker till detta så skall spelare från hockeyskolan "lånas upp".
- Vid cupspel skall alla spelare få spela lika mycket. Då spelet sker på halvplan skall, om lagets spelarantal så tillåter, två så jämna lag som möjligt anmälas. I annat fall så kan spelare från hockeyskolan lånas upp, alternativt anmäls ett lag och man spelar med alla egna spelare.
- Spelare med samma födelseår skall spela i samma lag. Spelare som är tidiga i sin utveckling för sin åldersgrupp skall beredas möjlighet att träna och spela med åldersgruppen ovanför. Detta beslut tas i samråd med spelaren, spelarens föräldrar och berörda tränare.
- Då en äldre åldersgrupp "lånar upp" spelare till match, skall tränarna i de bägge lagen tillsammans avgöra vem eller vilka som skall "lånas upp".

## Hockeyskolan/Barnligan

Barnet har nått en sådan motorisk mognad att de kan kombinera arm och benrörelser så väl att de kan lära sig åka skridskor. Barnet är dock inne i en period av snabb utveckling och är därför ofta något orolig och ibland fumlig.

### **Målsättning**

- Alla skall ha kul
- Alla skall lära sig visa hänsyn till ledare, lagkamrater, motståndare och föräldrar
- Alla skall lära sig visa empati med lagkamrater och motståndare i med- och motgång
- Alla skall lära sig åka skridskor med god balans
- Vi skall skapa ett livslångt intresse för hockey

### **Träningsinriktning**

*"Lekfull teknikträning skall dominera samtliga träningspass"*

- Skridskoåkningens grunder
- Spel i lekform
- Grundläggande inläring hur vi kommer att fungera som grupp
- Lekar såsom Vem är rädd för vargen, Följ John mm.