

Den gulsvarta stigen

INLEDNING OCH SYFTE

Den gulsvarta stigen har vi valt att kalla SIKs samlingsdokument för att utveckla tankarna bakom vår ungdoms-, flick-/dam- och juniorverksamhet, samt föreningens verksamhet i sin helhet.

Dokumentet ska ge spelare, ledare, tränare, funktionärer, domare, föräldrar och intressenter vägledning kring föreningens målsättningar, ambitioner, förutsättningar och policys gällande ungdomsverksamheten. *Den gulsvarta stigen* ska även ge en tydlig vägledning till intressenter av krav och förväntningar för att vi som förening ska uppnå våra mål och ha en bra fungerande verksamhet som alla kan trivas med.

En fungerande och framgångsrik verksamhet präglas av entusiasm, glädje och samarbete, både på och utanför isen. En bra och fungerande verksamhet är nyckeln för att uppnå våra ställda mål för att lyckas rekrytera egna spelare till vårt representationslag, A-laget. En viktig förutsättning för en väl fungerande verksamhet är att det finns duktiga och välutbildade tränare och ledare som med sina kunskaper kan bidra till en positiv utveckling av föreningens ungdomar. Viktigt är naturligtvis att det finns domare och funktionärer av olika slag för att få en helhet och engagerade föräldrar.

Många av de spelare som nått stora framgångar inom elitishockeyn har nämnt hemmet och sina föräldrar som en viktig faktor i sin utvecklingsbana. Du som förälder har en stor möjlighet att påverka ditt barns/ungdoms idrottande. En positiv, nyfiken och sporrande attityd är viktiga faktorer för framgång inom ishockeyn.

Vår ambition är att *Den gulsvarta stigen* ska hållas aktuell och levande. Dokumentet utgör ramverk för ungdoms-, flick-/dam- och juniorverksamheten, samt föreningens verksamhet i sin helhet. Andemeningen är att det ska utgöra en röd tråd genom verksamhetens alla delar. Du som spelare och ledare i föreningen ska känna samhörighet med det som finns i detta dokument och inför varje säsong underteckna det kontrakt som finns i bilaga 1.

Styrelsen SIK.

Den gulsvarta stigen

Stigen att följa genom ungdoms-, flick-/dam- och juniorverksamheten

SIK

En hockeyutbildning för framtiden

Mål: Ishockeyn ska ge utbildning för spelare, ledare, domare, funktionärer och föräldrar.

Metod: Spelare och ledare ska genom deltagande mellan ålderskullarna* och åldersgrupperna* ta vara på föreningens gemensamma kunskaper. Spelande lag tas ut till match uppifrån och ner genom hela föreningen.

SIK:s ungdoms-, flick-/dam- och juniorverksamhet ska:

- Rekrytera nya spelare till Tre Kronors Hockeyskola varje säsong.
- Ha egen flick-/damverksamhet.
- I framtiden generera egna produkter till J18 varje säsong.
- I framtiden generera egna produkter till A-lagstruppen varje säsong.

**Se begreppsförklaring sidan 4.*

Alla ungdomar som börjar spela ishockey kan naturligtvis inte bli SHL spelare, men samtliga ska förhoppningsvis kunna se tillbaka på tiden som ungdomsspelare i föreningen som ett positivt minne för livet. Målet i föreningen är att genom en så bred social verksamhet som möjligt i de yngre åldersklasserna kunna lyfta fram egna spelare upp genom leden för att så småningom kunna nå vårt representationslag.

SIK vill:

- Ge en meningsfull fritid.
- Ge en individanpassad utbildning.
- Ge ett livslångt intresse för ishockey som spelare, ledare, domare, funktionär eller supporter.
- Ge grunden för att bli en god idrottsman/kvinna och kamrat.
- Skapa en drog-, alkohol- och nikotinfri miljö.
- Genom att utbilda tränare och ledare enligt Svenska Ishockeyförbundets tränarstege alltid ha väl kompetenta tränare i varje lag.
- Kunna öka intresset för träning, förståelse och kunskap om träningslära, äta, vila och träna i rätt mängd.

Du är vår viktigaste spelare

Att vara en av ungdomsspelarna i SIK är något speciellt. Föreningen har arbetat fram en linje som vi kallar *den gulsvarta stigen*. Om du följer den så kommer du att få uppleva mycket positivt. Du får tillsammans med andra som har samma intresse kvalificerad hockeyträning och ni får kunskap om sporten i stort och smått.

Ungdomsverksamheten är SIK:s viktigaste del. Vi bygger från hockeyskolan och uppåt. Förhoppningsvis resulterar det i egna stolta A-lagsspelare i slutändan. Men huvudsaken är givetvis att *den gulsvarta stigen* är inspirerande och engagerande.

Som ung spelare i SIK får du träningen både på isen och socialt. Vi diskuterar såväl försvar och anfall som etik och moral. Du lär dig fungera i grupp och tar ansvar för dig själv och för andra. I takt med att du blir äldre spetsas de sportsliga kraven.

Vi prioriterar också bra ledare, som är välutbildade och entusiasmerande. Vi är ständigt i behov av intresserade personer som vill engagera sig som ledare, (tränare, lagledare, materialare etc.), i föreningen.

Vi vill också vara tydliga med vad som krävs av oss alla i föreningen; spelare, ledare och föräldrar för att vi ska nå målen. Det är tillsammans som vi är en förening! Samarbete är nyckeln för att lyckas både på isen och i övrigt arbete i föreningen. Låt samarbete och omtanke bli våra ledstjärnor, liksom att vi ska ha roligt i vår förening! Då har vi en bra grund att utvecklas från.

När den dagen kommer då spelare väljer att sluta som aktiv, ska han/hon kunna se tillbaka på en rolig och lärorik tid tillsammans med vänner och en klubbgemenskap han/hon fått för livet och kanske vilja engagera sig ideellt i föreningens arbete och utveckling.

Utvecklingsstegen i SIK

Begreppsförklaring

Ålderskull = Personer som är födda samma år.

Åldersgrupp = Grupp av personer med ungefär samma ålder. Här D-gruppen, C-gruppen etc.

Ålderskullar säsongen 2021/2022

U9 = Födda 2013

U11 = Födda 2011

U13 = Födda 2009

U 15 = Födda 2007

U10 = Födda 2012

U12 = Födda 2010

U14 = Födda 2008

U16 = Födda 2006

Åldersgrupper 2021/2022

D-gruppen

C-gruppen

B-gruppen

A-gruppen

Förberedelser

Kom alltid väl förberedd till träning och match:

- Se till att få tillräckligt med sömn och vila. Tänk på att skaderisken ökar med en ökande trötthet.
- Se till att ha goda matvanor. Ät ordentlig frukost, lunch och middag med allsidig kost. Grönsaker är en given del av en riktig måltid. Som mellanmål lämpar sig frukt väl. Undvik chips, godis, pommis, bullar, kakor och läsk osv.

Lek på is

En lek på is för alla

Mål: Alla som vill prova på att lära sig åka skridskor under enkla och lekfulla former ska få möjlighet till det.

Metod:

- Ett ispass i veckan.
- De första stapplande skären.
- Öva-nöta-misslyckas.
- Öva-nöta-lyckas.
- Uppmuntra skridskoåkning.
- Ingen utrustning, förutom skridskor och hjälm behövs.
- Förälder kan/får delta med sitt/sina barn.
- Tränarna/ledarna har genomgått utbildning i Tre Kronors Hockeyskola.
- Skridskoteknikens grunder.
- Balans.
- Motorik.
- Lekar.
- Skapa aktivitet – undvika köer.

Tre Kronors Hockeyskola

En hockeyskola för alla.

Mål: Alla som vill prova på ishockey ska få möjlighet till det. Lära sig grunderna i skridskoåkning och klubbteknik under enkla och lekfulla former.

Metod:

- Utöver ordinarie träning anordna verksamhet under skolloven.
- Ett ispass i veckan
- De första stapplande skären.
- Hålla balansen.
- Öva-nöta-misslyckat.
- Öva-nöta-lyckas.
- Spel på tvären i smålagsspel.
- Uppmuntra skridskoåkning.
- Prova på andra idrotter.
- Tränarna har genomgått utbildning i Tre Kronors Hockeyskola.
- Skridskoteknikens grunder.
- Puckföreling.
- Balans.
- Motorik.
- Lekar.
- Viktigt med många upprepningar.
- Skapa aktivitet – undvika köer.

D-gruppen

U9-U10

Ett hockeylag för alla

Mål: Bilda ett lag för åldersgruppen med spelare, ledare och funktionärer som är aktiva medlemmar i föreningen SIK.

Metod: Medverka i Blekinge Ishockeyförbunds samarbete med övriga klubbar för att arrangera poolspel.

- Två ispass i veckan
- Föräldrainformation och utbildning.
- Lag bildas under namnet SIK.
- Lekbetonad träning.
- Huvudinriktning: Skridskoåkning, puckföreling och passningar – Grunder!
- Deltar i Blekinge Ishockeyförbunds verksamhet i poolspel med andra föreningar.
- Utbildningen är viktigast, alla spelar lika.
- Ingen serietabell eller statistik.
- Spelarna provar olika positioner. (Även mv-utespelare).
- Skridskoteknikens grunder.
- Klubba/puckhantering (Split vision). 5

- Balans.
- Motorik.
- Passning (svep-passning).
- Skott (dragskott).
- Regelträning.
- Viktigt med många upprepningar.
- Skapa aktivitet – undvika köer.
- Börja med personlig träning av hygien, kamratskap, uppträdande på och utanför isen.
- Prova andra idrotter.
- Tränarna har genomgått Grundkurs upp till 9-åringar och Grundkurs + BU1 för 10-åringar.

C-gruppen

U11-U12

Ett hockeylag för alla hockeyspelare och hockeyledare

Mål: Bilda ett lag för åldersgruppen med spelare, ledare och funktionärer som är aktiva medlemmar i föreningen SIK.

Utbilda ledare, funktionärer, och domare inom Svenska Ishockeyförbundet och Blekinge Ishockeyförbund.

Metod: Medverka i Smålands-/Skånes ishockeyförbund vad gäller seriespel och Blekinge Ishockeyförbund vad gäller DM.

- Träning tre gånger i veckan, varav minst två ispass.
- Off-ice med enbart koordination, frekvens- och balansövningar.
- Isträning med mycket smålagsspel (spelförståelse).
- Bygger vidare på de tekniska färdigheterna skridskoåkning, puckföring, passningar, dribblingar och skott.
- Individuell teknikträning.
- Individuella arbetsområden på banan (mv, back, center respektive forward).
- Ingen uppdelning forward-back. Fortsätta prova olika positioner inom laget.
- Speldjup och spelbredd.
- Triangelspel.
- 1 mot 1, 2 mot 1.
- Tävlingsmoment.
- Skapa aktivitet och undvik köer.
- Alla spelar lika vid match.
- Prova på andra idrotter.
- Deltar i Småland-/Skåne ishockeyförbunds seriespel.
- Deltar i Blekinge ishockeyförbunds DM spel.
- Tränarna har genomgått Grundkurs och BU1.

B-gruppen

U13-U14

Ett hockeylag för alla hockeyspelare och hockeyledare

Mål: Bilda ett lag för åldersgruppen med spelare, ledare och funktionärer som är aktiva medlemmar i föreningen SIK.

Fortsätta utbilda ledare, funktionärer, och domare inom Svenska Ishockeyförbundet och Blekinge Ishockeyförbund.

Metod:

- Träning fyra gånger i veckan, varav minst tre ispass.
- Off-ice, före/efter isträning, med koordination, snabbhet/frekvens, kondition och rörlighet.
- Fyspass med lätta vikter, teknikinläring viktigast.
- Isträning med mycket individuell spelförståelse, 3 mot 1, 2 mot 2, 3 mot 3 situationer osv.
- Närkampsspel, aggressivitet.
- Grunder i försvar och anfallsspel.
- Grunder i femvis spelförståelse.
- Högt tempo.
- Teknikträningen fortsätter med ökad svårighetsgrad.
- Taktiken utvecklas: passningsskugga, göra sig spelbar-spelförståelse.
- Alla spelar lika vid match.
- Individuella färdigheter går före lagets resultat.
- Viss specialisering på var han/hon spelar i laget, te x mv-, back- och forwardsträning.
- Kostlära.
- Försäsongsträning bedrivs.
- Viss matchning vid DM.
- Prova på andra idrotter.
- Tränarna har Grundkurs + BU1 + TL1

A-gruppen

U15-U16

Ett hockeylag för alla hockeyspelare och hockeyledare

Mål: Bilda ett lag för åldersgruppen med spelare, ledare och funktionärer som är aktiva medlemmar i föreningen SIK.

Fortsätta utbilda ledare, funktionärer, och domare inom Svenska Ishockeyförbundet och Blekinge Ishockeyförbund.

Metod: Detta är det första riktiga steget i matchning på elitens villkor. En förutsättning för att skapa den mentala tuffhet som krävs inom de närmsta åren framåt för att ta steget mot elitishockeyn, för de som har det som mål.

- Fem till sju träningspass i veckan, varav minst fyra ispass.
- Off-ice med inläring av koordination, styrka, uthållighet och rörlighet.
- Fysisk träning året runt. Försäsongsträning sker i SIK:s regi. (Tillsammans med J-lag och A-lag).
- Isträning med spelförståelse och hela femmans agerande.
- Spelsituationer, forecheck, backcheck, powerplay, boxplay osv.
- Stressövningar, matchlikt, te x uppspel med forecheck.
- Ökade krav på träning och matcher.
- Övningarna ska utföras i hög fart, matchlika.
- Intresset hos varje spelare är viktigt.
- Teknikträning och spel i olika former vidareutvecklas.
- Större organisation i femmorna.
- Ökat antal teoripass.
- Mer specialiserade uppgifter för varje spelare.
- Personliga träningen får inte försummas.
- Viss matchning vid seriespel.
- Tränarna har Grundkurs + BU1 + BU2 + TL1 alternativt Grundkurs + JS 1 + TL1.

Juniorer J18 och J20

Mål: Juniorlag i J18 och/eller J20 div 1 eller div 2.

Metod: Genom egna leden och eventuellt utbyte med andra klubbar ha lag som spelar i J18 och/eller J20 serie och där spelare är en träningsgrupp.

I J18 och J20 gäller satsning med sikte på SIK:s A-lag eller högre. Talang är givetvis viktig, men även förståelse och kunskap om vad som krävs för att bli spelare på hög nivå. Träningen bedrivs året runt med 4-7 pass per vecka, specialinriktat mot ishockey på högre nivå. Satsningen gäller även off-ice, bland kompisar, i skolan, och på stadens gator och torg. Kosthållning och sömn är en förutsättning för en lyckad satsning. I J18 och J20 spelar alltid bästa möjliga lag och uttagning till matcher och matchning sker på den aktuella nivåns villkor.

Flick-/damgruppen

Samtliga tjejer.

Ett hockeylag för alla hockeyspelande tjejer och hockeyledare

Mål: Bilda ett lag för gruppen med spelare, ledare och funktionärer som är aktiva medlemmar i föreningen SIK.

Fortsätta utbilda ledare, funktionärer, och domare inom Svenska Ishockeyförbundet och Blekinge Ishockeyförbund.

Metod:

- Två ispass i veckan, 1 fyspass.
- Huvudinriktning: Skridskoåkning, puckföring och passningar – Grunder!
- Utbildningen är viktigast
- Klubba/puckhantering
- Balans.
- Motorik.
- Passning (svep-passning).
- Skott (dragskott).
- Viktigt med många upprepningar.
- Träning smålagspel

Policy för matcher och träning

Huvudregel

En spelares grundtillhörigheten är alltid den egna ålderskullen*.

Huvudregeln i Sölvesborgs IK är att man spelar och tränar i den åldersgrupp* man tillhör. Skulle man av olika anledningar, t ex stor numerär, behöva dela åldersgruppen, tillhör man alltid sin ålderskull.

*Se begreppsförklaring sidan 4.

D- gruppen

U9-U10. Ett hockeylag för alla.

Alla spelar lika mycket. Man tillhör alltid sin ålderskull, men kan träna extra med både Äldre och yngre ålderskullar eller åldersgrupper beroende på individuell kunskapsnivå och intresse, samverkan ska dock ske mellan tränarna i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och föräldrarna.

Deltagande vid match i äldre- eller yngre lag sker enligt överenskommelse mellan tränare i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och dennes föräldrar.

Har vi många spelare i laget ska aldrig någon behöva stå över mer än en match i taget.

En förutsättning för matchspel är att spelaren deltar flitigt på träningar och meddelar eventuell frånvaro till lagledningen.

Ingen matchning ska förekomma.

Toppningar ska aldrig förekomma!

C-gruppen

U11-U12. Ett hockeylag för alla hockeyspelare och ledare.

Alla spelar lika mycket.

Man tillhör alltid sin ålderskull, men kan träna extra med både yngre och äldre lag beroende på individuell kunskapsnivå och intresse, samverkan ska dock ske mellan tränarna i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och föräldrarna.

Deltagande vid match i yngre och äldre lag sker enligt överenskommelse mellan tränare i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och dennes föräldrar.

Har vi många spelare i laget ska aldrig någon behöva stå över mer än en match i taget.

En förutsättning för matchspel är att spelaren deltar flitigt på träningar och meddelar eventuell frånvaro till lagledningen.

B-gruppen

U13-U14. Ett hockeylag för alla hockeyspelare och ledare.

Målsättningen är att alla ska spela lika mycket totalt under säsongen, men att med hänsyn till skador, sjukdom, träningsflit, fysisk status kan variation förekomma. Man tillhör alltid sin ålderskull, men kan träna extra med både yngre och äldre lag beroende på individuell kunskapsnivå och intresse, samverkan ska dock ske mellan tränarna i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och föräldrarna. Deltagande vid match i yngre och äldre lag sker enligt överenskommelse mellan tränare i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och dennes föräldrar. Har vi många spelare i laget ska aldrig någon behöva stå över mer än en match i taget. En förutsättning för matchspel är att spelaren deltar flitigt på träningar och meddelar eventuell frånvaro till lagledningen.

Undantag från målsättningen är cuper och DM där viss matchning tillåts i enlighet med Svenska Ishockeyförbundets ABC. Exempelvis vid avgörande situationer i slutet av matcher.

A-gruppen

U15-U16. Ett hockeylag för alla hockeyspelarespelare och ledare och där även de främsta ska finna en utmaning.

I A-gruppen spelar alla lika i träningsmatcher. I seriematcher, cuper och DM kan viss matchning förekomma, även om strävan är att alla ska spela så lika som möjligt. Träningsflit och sättet träningen genomförs, inställning och motivation kan påverka speltiden i matcher. Exempel då matchning kan bli aktuell är powerplay, boxplay samt avgörande situationer i slutet av matcher. Man tillhör alltid sin ålderskull, men kan träna extra med både yngre och äldre lag beroende på individuell kunskapsnivå och intresse, samverkan ska dock ske mellan tränare i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och föräldrarna. Deltagande vid match i yngre och äldre lag sker enligt överenskommelse mellan tränare i respektive lag, utvecklingsansvarig, spelaren och dennes föräldrar

Flick-/damgruppen

Ett hockeylag för alla hockeyspelande tjejer och hockeyledare.

Alla spelar lika mycket. Har vi många spelare i laget ska aldrig någon behöva stå över mer än en match i taget. En förutsättning för matchspel är att spelaren deltar flitigt på träningar och meddelar eventuell frånvaro till lagledningen.

Alla spelar lika

Enligt Svenska Ishockeyförbundets ABC definieras ”alla spelar lika” enligt följande:

”Värdera spelarnas beslutsamhet, ishockeyattityd och disciplin. De skickligaste spelarna ska uppvisa bästa träningsfliten, högsta arbetsmoralen, ödmjukhet inför uppgifterna och visa en god lagmoral. Då förtjänar de att spela mycket.”

7-10 år (D) 11-12 år(C1-2) 13-14 år(B1-2) 15-16 år(A1-2)

Träningsmatcher	Alla	Alla	Alla	Alla
Seriematcher	Alla	Alla	Alla	Viss matchning
Cuper	Alla	Alla	Viss matchning	Matchning
DM	---	Alla	Viss matchning	Matchning

Självklarheter

- Att både ledare och föräldrar tänker på att vi har att göra med barn. Anpassa kraven och pedagogiken därefter.
- Att föräldrar låter barnen utveckla sin ishockey tillsammans med lagkamrater och ledare.
- Att föräldrar inser att alla gör sitt bästa och att laget består av fler än sitt eget barn.
- Att alla barn, föräldrar och ledare respekterar och ställer upp för varandra i med- och motgång.
- Att alla ledare, spelare och föräldrar jobbar i en positiv anda. Ishockeyn är och ska vara rolig!
- Glimten i ögat, hockey är det roligaste vi vet.
- Vi har respekt för varandra och mot andra.
- Vi passar tider.
- Vi hälsar på varandra.
- Vi skapar en trivsamt miljö tillsammans.
- Vi håller rent och snyggt i omklädningsrum, såväl hemma som borta, i förråd och korridorer eller varhelst vi vistas.
- Föräldrar är en stor resurs, men inte i omklädningsrum, spelarbås och korridorer. Naturligtvis är det OK att hjälpa de yngsta spelarna med utrustningen, men stäm av med ledarna först.

- Mobiltelefoner använder vi inte i omklädningsrum eller under samlingar.
- Vi använder rätt och hel utrustning i samband med match och träning.

Målsättning – Resultat

All träning ska leda till de fem fysiska grundegenskaperna för en ishockeyspelare:

- Snabbhet.
- Styrka.
- Uthållighet.
- Koordination.
- Rörlighet.

Dessa egenskaper ska utvecklas i samspel genom varierande fysiks träning.

All styrketräning upp till junioråldern ska genomföras med ledare som har den kunskapen och utbildningen som krävs. Att bedriva styrketräning på rätt sätt utvecklar ungdomen redan före puberteten. Att träna styrketräning innefattar mycket mera än att ”lyfta skrot”. Styrka ska alltid sättas i relation till kroppsvikten (relativ styrka), ju tyngre spelare – desto mer styrka krävs för att t ex starta eller öka farten i skridskoåkningen, hoppa eller springa. Genomtänkt och kontinuerlig styrketräning kommer att ge varje individ möjlighet att utveckla sina kvaliteter som hockeyspelare, förebygga skador och maximera effekterna av sin träning.

Grunden för en god prestation

Vi vill att varje kille eller tjej ska förstå betydelsen av bra förberedelser av läxor, kost, vila och träning. Det är viktigt att hitta en balans mellan skola, familj, kompisar och fritid. Med rätt förberedelser och planering kommer träningen att bli roligare och ge mer för varje individ, möjligheten att hantera med- och motgångar blir också bättre med bra förberedelser.

Enbart hård träning bygger inte några nya muskler, det krävs energi att bygga med. Balansen mellan sömn, mat och träning är viktig.

En bra grundregel är att äta 2-4 timmar innan träningen och så snart som möjligt efter avslutat pass (helst inom 20 min). Ju längre tid det går mellan träningens avslut och mat, desto längre tid tar återhämtningen.

Våra tränare och ledare

SIK ska erbjuda dig välutbildade tränare och ledare. Vi har en målsättning att ge alla tränare och ledare den utbildningsnivå som krävs för respektive åldersgrupp. Detta för att kunna erbjuda våra barn och ungdomar en hög kvalitet på utbildningen som hockeyspelare.

SIK ställer krav på att samtliga istränare, från U-9, ska ha genomgått grundkurs enligt Svenska Ishockeyförbundets utbildningsstegen. En uppföljning sker kontinuerligt i syfte att höja kompetensen hos våra tränare i takt med att barnen och ungdomarna utvecklas och blir äldre.

En ledare ska alltid finnas i omklädningsrummet i samband med träning och match för att stävja mobbing och liknande.

Ledning och styrning av verksamheten

SIK:s styrelse väljs av årsmötet. Ledamöterna föreslås av valberedningen som tillsätts av årsmötet. En ungdomsansvarig utses och ansvarar för ungdomsverksamheten, från hockeyskolan till A-grupps lagen. För J18 och J20 ansvarar junioransvarig.

Ungdomssektionen: I Ungdomssektionen ska följande funktioner finnas representerade:

- Ungdomsansvarig.
- Föreningsdomaransvarig.
- Materialansvarig.
- Nyrekryteringsansvarig.
- Utvecklingsansvarig (ledare/tränare)
- Lagrepresentanter (Lagledarna).
- Funktionärs/Eventansvarig.

Ungdomssektionen arbetar utifrån styrelsens fastställda målsättning och budget.

Lagorganisation

Huvudtränare

- Gör en säsongspanering vad gäller träningsinriktning, träningsmatcher, cuper och seriespel tillsammans med övriga ledare i laget, samt sportutvecklingsansvarig i föreningen.
- Planerar och genomför träningar.
- Ansvarar för laguttagningar och coachar vid matcher i enlighet policyn.
- Ansvarar för att utvecklingssamtal genomförs med spelarna .
- Vidareutbildar sig på lämplig nivå efter samråd med utbildningsansvarig.
- Ansvarar för organisationen kring laget.
- Deltar på ledarträffar och möten med Ungdomssektionen.

Assisterande tränare

- Hjälper huvudtränaren under träning och match.
- Tar över huvudtränarens uppgifter vid dennes frånvaro.
- Vidareutbildar sig på lämplig nivå efter samråd med utbildningsansvarig.
- Deltar på ledarträffar.

Lagledare

- Vara kontaktperson och administrativ länk mellan föräldrar, spelare, kansli och tränare.
- Ansvarar för närvarokort och upprättar adressregister som delges kansliet.
- Organiserar transporter till bortamatcher samt kallar motståndarlag till hemmamatcher.
- Organiserar alla personer och funktioner runt laget.
- Agerar värdskap så att motståndarlaget känner sig välkomna.
- Deltar på ledarträffar och möten med ungdomssektionen.
- Följer rutiner som är uppsatta av föreningen.
- Säkerställer fördelningen av kioskpersonal etc till matcher.
- Ansvarar att eventuell försäljning, lotter etc, som anordnas av föreningen redovisas till kansliet.
- Ansvarar för att nödvändiga tillstånd finns för träningsmatcher, där distriktet tillsätter funktionärer (div2,3, J20, J18 och U16 elit) under tiden 1/8-30/4.
- Ansvarar för att nödvändiga tillstånd finns för matcher mot internationella lag och deltagande i internationella cuper. Svenska Ishockeyförbundets blanketter och regler gäller.
- Ansvarar för att föräldrar ges möjlighet att delta i båsfunktionärsutbildning.
- Ansvarar för att organisationen kring de egna hemmamatcherna fungerar.

Materialaren

- Ansvarar för lagets material.
- Slipar lagets skridskor.
- Rapporterar till föreningens materialansvarig om något saknas eller är trasigt.
- Ansvarar för underhåll av sjv-väska och dess innehåll.
- Deltar på materialträffar.

Allmänna regler för ungdoms- och juniorverksamheten

Avgifter

Medlemskort utdelas först när medlemsavgiften är inbetald. Korten delas ut av respektive lagledare. Medlemsavgift ska betalas av samtliga spelare och ledare i föreningen.

Deltagaravgiften/träningsavgiften och medlemsavgiften fastställs årligen av SIK:s styrelse. Se speciellt dokument.

Medlems- och träningsavgiften ska vara inbetald senast den 30/9. Utebliven avgift innebär att spelaren inte tillåts delta på föreningens verksamhet. Möjlighet finns att dela träningsavgiften på två inbetalningar. Se speciellt dokument.

När medlemmen/medlemmens vårdnadshavare har erlagt medlems- och deltagaravgift, har medlemmen och medlemmens vårdnadshavare därmed också accepterat att följa innehållet i SIKs policydokument, *Den gulsvarta stigen*.

Spelaren ska vara kontrakterad (se speciellt kontrakt).

Doping

Du som spelare, eller förälder till minderårig, har ansvar att hålla dig informerad om doping och vilka skadeverkningar och andra konsekvenser det kan ge.

Om skador och sjukdomar

Spelaren måste kunna avgöra om han/hon ska träna eller vila. Vid minsta tveksamhet kontakta läkare eller distriktssköterska. Att spela och träna i samband med infektion kan få negativa följder.

Cupverksamhet

SIK har som målsättning att anordna en större cup/camp per säsong som alla i föreningen hjälps åt med. Vinsten delas mellan ungdomslagen i föreningen så att de i sin tur kan åka på cup.

Alla lag som deltar i seriespel har rätt till ett bidrag, till anmälningsavgift, på max 3000kr/säsong att åka på cup för. Detta under förutsättning att laget genomfört en egen cup i Sölveshov och genomför de åtaganden som de är ålagda av föreningen.

Utrustning

Föreningen tillhandahåller viss utrustning, främst till mv i de yngre lagen.

Till hockeyskolan finns ett antal bagar med utrustning till låns.

Gemensamt är att utrustningen ska lämnas in efter avslutad säsong. Respektive materialansvarig ansvarar för detta.

Olycksfall

Spelare/föräldrar ansvarar själv för att anmäla skada till försäkringsbolaget. Alla eventuella kvitton för utlägg i samband med olycksfall sparas för att få ersättning från försäkringsbolaget. Sjukvårdande behandling ersätts inte av föreningen.

Disciplinärenden

Spelare som utsätts för disciplinärende betalar själv alla eventuella kostnader gällande disciplinärendet, ex. administrativa kostnader.

Domare

Det ska finnas en domaransvarig i föreningen (DAIF) för att få delta i seriespel. Daifs uppgift är bl a att hålla utbildning av föreningsdomare samt ansvara för domartillsättning vid matcher där Smålands-/Skåneshockeyförbund eller Svenska Ishockeyförbundet inte utser domare. Daif ansvarar även för båsfunktionärsutbildning i föreningen.

Föreningen betalar utbildningen för föreningsdomare under förutsättning att av domaransvarig tilldelade matcher döms. Övriga domarutbildningar bekostas av den enskilde. Föreningen tillhandahåller för föreningsdomare hjälm och tröja.

Uppträdande

Ledare ska föregå med gott exempel med sitt uppträdande. Ingen domarkritik får ges. Spelare som kritiserar domaren, medspelare eller hånar motspelare ska tillrättavisas av ledare. Föreningen ska också verka för ett vårdat språkbruk bland våra ungdomar.

Drogpolicy

Föreningen ska arbeta aktivt med information runt droger och tobak. Ingen snusning eller rökning får förekomma bland spelare runt träning och matcher. Ledare ska föregå med gott exempel. Alkohol får under inga omständigheter användas av ledare och spelare vid träning, cuper eller turneringar med SIK.

Föräldrar i SIK

- Ska verka för att stötta ledare och spelare så att verksamheten kan bedrivas enligt av SIK fastställd plan.
- Ska ta del av policy som gäller i SIK.
- Ska medverka till att god föräldraanda råder inom föreningen.
- Ska genom sitt engagemang ha en positiv anda genom att stötta laget, överlåta rättskipning åt domaren, träning och match åt lagledningen.
- Ska organisera och leda de aktiviteter som åligger föräldrar till barnen i föreningen, t ex:
 - Bemanning av kiosk under A-lagsmatch. (Vid behov)
 - Bemanning av speakerbås eller andra funktionärssysslor.
 - Hjälpa till vid andra evenemang som anordnas av SIK.

Synpunkter på verksamheten tas upp med lagledaren i respektive lag som sedan tar synpunkterna med sig till ungdomssektionen, såvida de inte är av intern art och går att lösa internt.

Kontrakt för spelare i ungdomslag i SIK

1. Jag vet att lagets totala insats betyder mer än enskilda prestationer. (Jag sätter laget före jaget).
2. Jag är alltid ödmjuk över mina egna prestationer.
3. Jag fokuserar på mina lagkamraters goda insatser och gnäller inte över andras misstag. Jag mobbar aldrig.
4. Jag spelar hårt men aldrig fult, dvs aldrig tackla för att skada. Aldrig tackla i ryggen. Aldrig ge efterslängar eller utföra hämndaktioner.
5. Jag är medveten om att jag representerar föreningen när det är match eller cup. Därför uppträder jag positivt både på och utanför isen.
6. Endast lagkaptenen diskuterar med domaren och gör det i lugn ton.
7. Jag sköter och är aktsam både med min egen utrustning och med klubbens material och lokaler.
8. Jag vet att skötsamhet utanför planen är en förutsättning för framgång på planen. Det innebär att:
 - a. Jag uppför mig som en god representant för min klubb ute i samhället.
 - b. Jag tar helt avstånd från droger, alkohol och tobak.
 - c. Jag sköter mitt skolarbete på bästa sätt.
9. Jag respekterar föreningen, ledare och lagkamrater genom att:
 - a. Jag meddelar i god tid om jag inte kan komma till träning eller match.
 - b. Jag är alltid ombytt och klar i god tid inför träning och match.
 - c. Jag lyssnar på och spelar/tränar efter tränarens anvisningar.
 - d. Jag stretchar och duschar alltid efter match och träning.
10. Jag som spelare känner till och accepterar innehållet i *den gulsvarta stigen*. Jag är också fullt införstådd med att om jag uppträder ojust eller bryter mot våra regler, kommer jag att kunna stängas av från match och/eller träning. Lagets ledare avgör vilket i relation till förseelsen. Vid allvarliga förseelser ska ledaren koppla in klubbens ungdomssektion eller styrelse.

Jag tillåter att mitt barns namn finns med på hemsidan.

Jag tillåter att mitt barns bild finns med på hemsidan.

Jag tillåter INTE att mitt barns namn finns med på hemsidan.

Jag tillåter INTE att mitt barns bild finns med på hemsidan.

Sölvesborg den ____/____ 20____

Spelare _____

Målsman _____

Ledare _____

