

AIK Hockey Härnösand

TUGGA 2024/25

Trygghet, utbildning, Glädje, Gemenskap, Ansvar

Styrelsen AIK Hockey Härnösand
2024-08-21

Innehåll

AIK HOCKEY HÄRNÖSAND	2
Hockeyglädje och Utveckling för Alla	2
Vision:	2
Mission:.....	2
Kärnvärden: TUGGA	2
Trygghet, Inkludering och Mångfald:	2
Utbildning och Utveckling:.....	2
Glädje med passion för Ishockey:	2
Gemenskap	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Ansvar och Samhällsengagemang:.....	2
Verksamhetsområden:.....	2
Ungdoms- och Talangutveckling:	2
Seniorlag och tävlingsinriktad Ishockey:	Fel! Bokmärket är inte definierat.
kan tas bort vid beslut om att inte köra vidare med A-lag.	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Tränarutbildning:	2
Samhällsaktiviteter och Evenemang:	2
Hållbarhet och Miljöansvar:.....	2
Kommunikation och Öppenhet:.....	2
1. Mål och Strategier:	3
Mål 1: Barn & Ungdomsutveckling	3
Mål 2: Inkludering och Mångfald	3
Mål 3: Tränarutbildning och Mentorprogram	3
Mål 4: Samhällsengagemang	3
Mål 5: Seniorlagets Framgång	3
2. Verksamhetsområden: En mer detaljerad beskrivning	3
Ungdoms- och Talangutveckling:	3
Tränarutbildning:	3
Samhällsaktiviteter och Evenemang:	3
3. Resursallokering och Finansiering:	3
4. Uppföljning och Utvärdering:	4
5. Trygghet Utveckling Glädje Gemenskap Ansvar	4

2024-08-21

AIK HOCKEY HÄRNÖSAND - Hockeyglädje och Utveckling för Alla

Vision: Att vara den ledande plantskolan för ishockeyspelare i Västernorrland, som skapar en passionerad och inkluderande gemenskap där spelare, tränare och supportrar inspireras och utvecklas genom ishockeysporten.

Mission: Att erbjuda en trygg och stimulerande miljö där människor i alla åldrar kan delta och växa genom ishockeyn. Vi strävar efter att främja teamwork, färdighetsutveckling och gemenskap, med fokus på hållbara värderingar.

Kärnvärden: TUGGA

Trygghet, Inkludering och Mångfald: Att välkomna alla, oavsett ålder, kön, bakgrund eller erfarenhetsnivå, och skapa en inkluderande gemenskap där varje individ känner sig accepterad och respekterad.

Utbildning och Utveckling: Att erbjuda högkvalitativ utbildning och utvecklingsmöjligheter för både spelare och tränare för att maximera individuell och kollektiv prestation.

Glädje och Gemenskap med passion för Ishockey: Att odla en stark kärlek och passion för ishockey som sträcker sig från spelare och tränare till supportrar, "volontärer" och familj.

Ansvar och Samhällsengagemang: Att vara en aktiv del av samhället genom att främja en hälsosam livsstil, på och utanför isen, samarbete med lokala företag och stödja välgörenhetsinitiativ.

Verksamhetsområden:

Ungdoms- och Talangutveckling:

Erbjuda strukturerade ungdomsverksamhet som fokuserar på både ishockeyspecifika färdigheter och livslärdor för att bygga en stark grund för framtida framgång.

Tränarutbildning:

Investera i tränarutbildning och mentorprogram för att säkerställa att våra tränare är välutbildade och kan inspirera och utveckla våra spelare på bästa möjliga sätt.

Samhällsaktiviteter och Evenemang:

Arrangera evenemang, seminarier och välgörenhetsinitiativ för att stärka relationerna med lokalsamhället och öka intresset för ishockeyn.

Hållbarhet och Miljöansvar: Att vara en ansvarsfull organisation genom att aktivt arbeta för att minska vår miljöpåverkan, främja hållbara resurser och inspirera våra medlemmar att göra medvetna val.

Kommunikation och Öppenhet: Att upprätthålla öppen och tydlig kommunikation inom föreningen och med vårt samhälle för att skapa förtroende och engagemang.

Genom att följa dessa grundläggande principer strävar AIK Hockey Härnösand efter att vara en plats där hockeyn är rolig, utvecklande och tillgänglig för alla som delar vår passion för sporten.

Verksamhetsplan för AIK HOCKEY HÄRÖSAND:

1. Mål och Strategier:

Mål 1: Barn & Ungdomsutveckling

Strategi: Implementera strukturerade Barn & ungdomsprogram som fokuserar på grundläggande färdigheter, lagarbete och karaktärsutveckling.

Mål 2: Inkludering och Mångfald

Strategi: Skapa ett inkluderande och respektfullt klimat genom att erbjuda träningsmöjligheter för alla åldrar, kön och bakgrunder.

Mål 3: Tränarutbildning och Mentorprogram

Strategi: Utveckla och genomföra kontinuerliga tränarutbildningsprogram och mentorprogram för att förbättra tränarstaben med tillhörande funktioner och därmed höja kvaliteten.

Mål 4: Samhällsengagemang

Strategi: Arrangera regelbundna samhällsaktiviteter, evenemang och partnerskap för att bygga starka band med det lokala samhället.

Mål 5: Juniorlagens framgång

Strategi: Rekrytera och utveckla kompetenta tränare, främja tävlingsandan och investera i utrustning och faciliteter för att stödja hockeygymnasiet och juniorlagens prestation.

2. Verksamhetsområden: En mer detaljerad beskrivning

Ungdoms- och Talangutveckling:

Erbjuda strukturerade ungdomsverksamhet som fokuserar på både ishockeyspecifika färdigheter och livslärdomar för att bygga en stark grund för framtida framgång.

Tränarutbildning:

Investera i tränarutbildning och mentorprogram för att säkerställa att våra tränare är välutbildade och kan inspirera och utveckla våra spelare på bästa möjliga sätt.

Samhällsaktiviteter och Evenemang:

Arrangera evenemang, seminarier och välgörenhetsinitiativ för att stärka relationerna med lokalsamhället och öka intresset för ishockeyn.

3. Resursallokering och Finansiering:

Budgetplanering:

Upprätta en detaljerad budget som omfattar utrustning, anläggningar, resor, utbildning och evenemang.

Sponsorer och Partnerskap:

Utforska möjligheter för Sponsring och skapa partnerskap med lokala företag för finansiellt stöd.

Volontärer och Föräldrars Engagemang:

Rekrytera och involvera volontärer för att stödja olika verksamhetsområden.

Engagera föräldrar genom informationsmöten och deltagande i föreningsaktiviteter.

4. Uppföljning och Utvärdering:

Mätbara Resultat:

Implementera mätbara mål för varje verksamhetsområde och utvärdera regelbundet resultaten.

Samla in feedback från spelare, föräldrar och tränare för att identifiera områden för förbättring.

Årlig Utvärdering:

Utvärdera föreningens övergripande framsteg och resultat på årsbasis.

Justera verksamhetsplanen baserat på lärande och förbättringsområden.

Genom att aktivt genomföra och följa denna verksamhetsplan strävar ishockeyföreningen efter att bli en livskraftig och välmående organisation som främjar hockeyglädje och utveckling för alla sina medlemmar.

5. Trygghet Utveckling Glädje Gemenskap Ansvar

Trygghet:

- Alla är välkomna hos oss
- Vi uppmuntrar varandra i både med- och motgång
- Våra ledare är välutbildade
- Vi har en rak och tydlig kommunikation

Utveckling:

- Varje individ ges möjlighet att utvecklas socialt, fysiskt och idrottsligt efter sina egna förutsättningar
- Vi jobbar aktivt för att vara en attraktiv arbetsgivare och arbetsplats
- Vi jobbar aktivt för att utveckla samarbetet mellan klubbarna i regionen. Vi uppmuntrar att våra spelare håller på med andra idrotter.
- Vi ska utveckla och värna om våra anläggningar så att de blir mötesplatser och tillgångar för alla föreningar i regionen

Glädje:

- Positiv inställning och visar ödmjukhet.
- Vi bygger vårt engagemang på glädje.
- Vi gläds åt framsteg och framgång.

Gemenskap:

- Vi värnar om alla medlemmars trivsel.
- Vi är respektfulla och bemöter andra som vi själva vill bli bemött.

- Vi ska utveckla vår organisation så att den blir starkare och mer attraktiv för alla.

Ansvar:

- Vi tillåter inte fusk i någon form och följer alltid respektive SF:s upprättade regler.
- Vi tar helt avstånd ifrån droger, alkohol, rökning, doping och andra otillåtna preparat.
- Vi tar avstånd från alla former av diskriminering och trakasserier.
- Samtliga ledare lämnar årligen utdrag ur belastningsregistret.

Inom AIK Hockey Härnösand arbetar vi tillsammans och mot samma mål.

Genom samverkan och långsiktigt tänkande når vi resultat!

- Verksamheten ska präglas av långsiktighet och investeringar och kostnader ska planeras efter verksamhetens förutsättningar.
- Föreningen ska i sin verksamhet ta miljöhänsyn i såväl det korta som långa perspektivet.
- Föreningen skall ha en långsiktig och bred junior- och ungdomssatsning.
- Ett medlemskap i föreningen är ett kretslopp med utövare allt ifrån ungdomsverksamhet via junior och senior för att sedan sluta cirkeln som ledare, funktionär, aktiv medlem eller styrelseledamot med rik erfarenhet och kunskap.

Verksamhetsidé

Idrottsföreningen AIK Hockey Härnösand, i dagligt tal benämnd "AIK Hockey", utövar

idrotten ishockey. Föreningen, som bildades 1957 har sin hemvist i Härnösands kommun.

AIK Hockeys verksamhet skall bedrivas i överensstämmelse med idrottsrörelsens verksamhetsidé så som den definieras av Sveriges Riksidrottsförbund (RF). AIK Hockey är medlem i Svenska Ishockeyförbundet (SIF) och därmed också i RF.

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna prestera mera, ha roligt och må bra.

AIK Hockeys Ishockeyverksamheten delas in i ålderskategorier. Ambitionsnivån höjs successivt i takt med stigande ålder. För klubben är det ett givet mål att ledare med flera jobbar på ett sätt som skapar livslångt intresse för ishockey som sport samt för AIK Hockey som förening.

Föreningen ska på medlemmarnas uppdrag utveckla sporten positivt på alla nivåer.

Alla som vill ska få möjlighet att spela ishockey efter sina förutsättningar. Detta innebär att det ska finnas möjlighet för alla att utöva ishockey oavsett religion, sexuell läggning eller etnisk bakgrund, ambitionsnivå, ålder, kön, eller fysiska förutsättningar.

Vi ska vara en förening som verkar för en aktiv fritid där alla medlemmar ska ges möjlighet att utvecklas som hockeyspelare och ansvarsfulla individer i en miljö präglad av vår värdegrund.

AIK Hockey står för kvalitet.

All verksamhet i AIK Hockey skall präglas av kvalitet. Det gäller såväl junior- och

ungdomsishockeyn samt administrativa stödfunktioner. Verksamheten skall bygga på en sund ekonomi, lagar och regler skall respekteras och efterlevas.

Hög kvalitet innebär ständiga förbättringar vilket kräver att alla inom föreningen är ödmjuka, goda lyssnare och öppna för nya idéer och ny kunskap. Saklig kritik skall kunna tas och ges och åsikter brytas mot varandra. För såväl den interna som den externa kommunikationen eftersträvas öppenhet och hög kvalitet.

I AIK Hockey talar vi med varandra, inte om varandra!

Utbildning av tränare, ledare, domare, föräldrar och andra funktioner prioriteras för en långsiktig hög kvalitetsnivå på alla områden. Ledare skall uppfylla Svenska Ishockeyförbundets vid varje tid gällande krav. Föreningen skall bedriva ishockeygymnasium och sommarhockeyskola av sådan kvalitet att kraven för auktorisation av Svenska Ishockeyförbundet är uppfyllda.

AIK Hockey är en ideell förening vars verksamhet till övervägande del bygger på ideella, oavlönade arbetsinsatser. Många olika kompetenser behövs: Tränare och lagledare, funktionärer, chaufförer, kioskförsäljare, materialförvaltare etc. Alla är lika välkomna att bidra med sin arbetsinsats efter fallenhet och intresse.

Denna verksamhetsidé, som redovisar föreningens övergripande målsättningar, reviderades av föreningens styrelse under 2024. För ändring av verksamhetsidén krävs nytt styrelsebeslut.

VARFÖR EN VERKSAMHETSPLAN FÖR AIK Hockey Härnösand?

Verksamhetsplanen är ett dokument som dels behandlar korta mål med tillhörande aktiviteter, dels långa mål med dess strategier. Syftet med dokumentet är att ha en gemensamt beslutad verksamhetsplan som ligger till grund för verksamheten.

Värdegrund

T U G G A

De i detta dokument angivna korta målen följs fortlöpande upp på styrelsens möten under det kommande verksamhetsåret.

Verksamhetsplanen revideras årligen. Detta sker bland annat genom att gå igenom vad som skett av föregående års, korta mål samt granska de långa målens aktualitet. Arbetet med en verksamhetsplan skall vara en levande process och det skall finnas en röd tråd över tiden.

Verksamhetsplanering enligt denna struktur startade 2024 och målet är att alla skall känna delaktighet i de olika leden.

Ett långsiktigt arbete med en verksamhetsplan ger en tydlig utvärdering av de mål man satt, och de

metoder man valt för att nå de kortsiktiga målen samt strategierna för att nå de långsiktiga. Dessutom kan alla se vilka mål som satts, vilka som eventuellt saknas och vilka som kan behöva modifieras. På så sätt skapas en kunskapsuppbyggnad som ger en allt bättre verksamhet. Till detta dokument kopplas dokumentet "Arbetsordning" och Befattningsbeskrivning för AIK Härnösand som reglerar ansvarsområden, arbetsuppgifter i detalj. Verksamhetsplan anger vem som utsetts av årsmötet eller styrelsen att ansvara för ett specifikt område/verksamhet samt de övergripande mål, styrelsen formulerat för respektive område/verksamhet. Planen förser även klubbens styrelse och sektionerna med viktigt underlag för budgetarbetet.

Sportsligt ramverk

Innehåll, riktlinjer och målsättningar

Den övergripande målsättningen för AIK Hockey som klubb är att bedriva en verksamhet på alla åldersnivåer.

AIK Hockey Härnösand är en förening där alla ska ha möjligheten att delta oavsett den individuella nivån på färdigheter och ambitioner.

Vår kanske viktigaste uppgift som förening är att skapa ett livslångt intresse för ishockey hos våra spelare, pojkar och flickor. Samtidigt ska vi kunna erbjuda en verksamhet för spelare som vill satsa extra mycket på sitt ishockeyspelande.

Vi ska inom vår verksamhet ge samtliga utövare en högkvalitativ utbildning enligt T U G G A.

AIK Hockey Härnösand har en spelidé där formerna och metoderna ska säkerställa den sportsliga kvalitén som ska genomsyra hela verksamheten. Spelare som blir uttagen till match skall ges speltid, tillåtet att matcha laget under pågående match **avser endast J20, J18, U16. I U15 godkänns det under 3:e perioden om matchen står och väger.**

Vi ska ha tydliga riktlinjer i vår utbildning av spelarna avseende is- och fysträning. AIK Hockey Härnösand följer riktlinjer utfärdade av RF och SIF gällande träning för barn och ungdomar.

Träning, utbildning och utveckling av individen ska vara i centrum i hela vår verksamhet, men för våra äldsta spelare ska även de resultatmässiga målsättningarna finnas.

Vår ambition är att representera i U16 Region, J18 Region samt J20 Region.

Målsättningen för J18 är att samtliga spelare kombinerar spel med studier med hockeyinriktning.

Målsättning utöver lagens ordinarie verksamhet

- Målvakterna skall få specifik målvaktsträning under ledning av klubbens målvaktstränare.
- Backar och forwards deltar i specialträningar med back- och forwardsinriktning.
- Tre Kronor hockeyskola är verksamhetens bas och är en förutsättning för en fungerande rekrytering.

Ledarna i AIK Hockey Härnösand har ett tillåtande klimat inom lagen och mot spelare

Under träning ska spelarna vara delaktiga, öppna med sina tankar och komma med åsikter samt be om förklaringar.

Spelarna ska få utbildning hur man hanterar ett misslyckande (ett felpass eller en missad dragning är okej men man ska klara av att hantera nästa spelsituation).

Framgångar bygger på en god träningskultur. På träning ska det vara sinnesnärvaro och en inställning att TÄVLA.

Vi skall erbjuda försäsongsträning i unga åldrar med flera lag tillsammans för att underlätta för tränare och få en större träningsgrupp samt utbyte mellan årskullar. Med goda vanor i ung ålder så bygger vi för framtiden.

All annan sommaridrott anses vara bra för spelarna och deras utveckling.

Utbildningsplan

I AIK Hockey Härnösand får alla spelare utbildning i teknik, taktik (lag och individuellt), fysik samt psykologi (mental träning).

Teknik: Redan i starten tränar vi mycket skridskoåkning, passning och mottagning men framför allt individuell teknik som ger förutsättningarna för att behärska allt som kommer senare i utbildningen.

Fysik: Att veta vad som krävs fysiskt och att lära sig ta ansvar för sin egen utveckling.

Psykologi: TÄVLA på träning och match är viktiga ingredienser för att utvecklas och skapar förutsättningar att bli framgångsrik.

Taktik: Från U14 till J20 skall samtliga spelare få kunskap om vilket typ av spel AIK Hockey Härnösand skall spela, fokus på taktik skall ökas ju äldre spelarna blir.

Ålderstrappa

TKH: Här skall glädjen prioriteras. Barnen ska längta till nästa tillfälle att åka skridskor. Vi tränar givetvis skridskoåkning men har även mycket olika lekar som barn tycker är roligt. Det finns ett bra urval i TKH pärmerna, utöver detta så går det att lägga in enklare övningar med puck. Att dela gruppen i flera grupper där till exempel de som vill köra med puck gör det i en zon, de som vill tävla/leka gör det i mittzon och de som bara vill åka skridskor, gör det i den tredje zonen. Den röda tråden genom denna fas hämtas ur TKH pärmerna.

U10 - U11: Vi fortsätter att leka mycket genom olika tävlingar. Vi höjer upp den individuella teknikträningen med skridskoteknik, puckbehandling och uppmuntrar till kreativitet. Vi börjar att jobba med 1-1 situationer där vi lägger in närkampsspel och lär ut att tackla klubban men även att ta emot tacklingar.

Vi börjar förklara begrepp som spelbar, passningsskugga, speldjup, spelbredd m.m. och jobbar med grunderna i 2-1-2. Mycket smålagsspel i alla former. Vi individanpassar fysträning enligt utvecklingstrappan och respektive ålder. Vi tar hjälp av ABC pärmerna där vi jobbar i rätt flikar för spelarnas ålder.

U12 - U13: Vi fortsätter med teknikträningen men höjer svårigheten allt eftersom spelarna utvecklas i sina färdigheter. Vi kommer även ihåg att repetera det grundläggande. Här lägger vi in separata back respektive forwards träningar. Vi övar mer med 1-1, 2-1, 2-2, 3-2 övningar där vi talar om att vara spelbar och att hålla spelbredd/speldjup mm. Mycket smålagsspel där vi uppmuntrar till kreativitet och kommunikation. Vi fortsätter jobba med ABC pärmerna i rätt flikar både när det gäller is och fys träning.

U14 - U15: Det mesta är detsamma som U13-U14 men ytterligare lite svårare för att spelarna hela tiden skall få utmana sig själva. Vi går tillbaka till grunderna och underhåller dem. Vi börjar prata om presspel och uppspel enligt vår spelidé och praktiserar detta. TÄVLA, är ett viktigt inslag i både träning och matchmoment. Vi uppmuntrar fortsatt till kreativitet och kommunikation. Vi fortsätter jobba med ABC pärmerna i rätt flikar både när det gäller is och fysträning.

U16 – Uppåt, Samma som U14 - U15 med en succesivt ökande svårighetsgrad och föreningens spelidé genomförs fullt ut.

Spelidé – en trygghet ska finnas

Press på puckförare över hela banan

Vända spelet snabbt

Vårda pucken

Spelare i alla 3 korridorer = spelbredd

Öppenhet – prata på och utanför isen

Träningar består av tävlingsmoment = effektivitet!

Vi tror på mycket spel i alla åldrar där man till största delen spelar på små ytor 1-1,

2-1, 2-2, 3-2, 3-3 o.s.v. Det är på de små ytorna man tränar upp den individuella skickligheten bäst samtidigt kommer vi att lära mycket i det taktiska spelet.

2-1-2 är ett bra spelsätt för framförallt när man spelar helplan. Det ger en relativt jämn

arbetsfördelning i femman och är grunden till i stort sett alla olika spelsystem. Vi talar inte så mycket om att vi har ett system utan att vi går på med två man och tredje forwarden blir en hög trea och backen på pucksida står upp medan andra backen säkrar och tar djup.

Högre upp i åldrarna från U14 och uppåt har föreningen en beslutad spelidé som är genomgående för alla lag.

Spelet med puck AIK Hockey Härnösand

Vi ska vara ett puckägande lag med en strävan att så fort och så enkelt som möjligt flytta pucken framåt.

Sträva efter att så fort som möjligt vända spelet efter puckerövring men med kontroll. (V-spel)

Att "dumpa" ska göras med tanke, dvs inte söka röd och bli "av med problemet"

Burskydd ska i största möjliga mån undvikas (temposänkande) Backarna ska ta initiativ med och utan puck med snabba första pass och sedan fortsätta offensiven, inte slå sig till ro och vara "klara med sin uppgift" efter det att första passet är avklarat.

Använda passningsfickor över hela banan för att erbjuda alternativ för spelvändning.

Fylla alla tre korridorer för att kunna komma brett med flera olika passningsalternativ och möjlighet till "give and go"

En förutsättning för att vi vid U16, J18, J20 och A-lag ska kunna ha kunskap att kunna genomföra detta är att vi under ungdomsåren tillåter en del "Indianare", tappade puckar på linjerna och en del missade dragningar som sista man och låta spelarna lära sig av sina misstag.

En kreativ miljö skapar glädje och delaktiga spelare, vilket gynnar vår slutprodukt i form av spelskickliga juniorlag.

Presspel anfallszon för puckvinst.

Vi ska alltid vara aggressiva i vårt presspel för att vinna pucken, detta för att kunna etablera ett anfallsspel.

Vi har alltid en center alt. forward som ska ligga högt i banan, för att ge ett understöd till backarna om det blir en spelvändning emot oss samt vid puckvinst kunna vara spelbar i en centralposition för avslut. Vi jobbar aktivt med klubban för att försvåra passningar för motståndaren.

Fw 1 sätter press och jobbar för att pressa ut motståndare mot sarghörnet för att vinna puck i anfallszon. Fw 2 stänger den sargkant som Fw 1 pressar motståndare ut emot. Detta för att kunna vinna puckar som spelas ut efter sargen samt vara ett understöd till Fw 1.

Fw 3 ligger i högt i en central position.

Första press, Nr 1 fullföljer alltid med en tackling på deras spelare som fått press i första skedet. Detta för att plocka bort denna spelare för en eventuellt ny avlastning. Sedan söker Fw 1 en ny position centralt i anfallszon för att kunna täcka upp för inspel centralt.

Fw 2 skall om möjligt ta pucken efter att Fw 1 satt press, täcka sargen eller sätta press på ny puckhållare. Fw 1 blir då Fw 2.

Nr 4 och 5 flyttar över för att ligga rätt mot puck.

Presspel mittzon för puckvinst.

Presspelet bygger på samma princip oavsett vart i banan man ligger.

Vi ska vara aggressiva och pressa ut våra motståndare mot sargen.

Viktigt är att vi försöker ligga nära varandra för vara kompakta. När spelet kommer längre ner i banan är det viktigt att man tänker på att försvara linjerna (blå och rödlinjer). Det innebär att man ska försöka om möjligt stå upp och vinna puck innan respektive linje.

Nr 1 sätter press och jobbar hårt för att pressa ut motståndaren mot sargen.

Nr 2 fyller på pressen och går in hårt mot puckförande spelare för att få stopp.

Nr 3 tar djup i en central position och får ansvar för att gå hemåt om motståndarna lyckas spela sig ur pressen.

Nr 4 täcker yta bakom Nr 2, behövs det så kliver denna spelare också in för att sätta stopp för spelet.

Nr 5 tar hemåt och ligger med ett djup centralt i banan. Spelaren ska vara spelbar vid puckvinst för att snabbt kunna vända spel på motsatt sida.

Backchecking

Det ska förmedlas tydliga riktlinjer till alla spelare vad som förväntas av dom när det kommer till backchecking. Vi ska alltid jobba sten hårt och åka i max fart för att ta oss på rätt sida pucken för att kunna vinna tillbaka den så snabbt som möjligt.

Nr 1 vilket är den forward eller center som ligger närmast pucken går maxfart hemåt mot puckbärande motståndare för att sätta press samt ge understöd till back.

Nr 2 och 3 går också maxfart genom mittzon för att komma i rätt positioner för att försvara sig.

Nr 4 tar djup rätt vänd mot anfallande motståndare för att möta upp och försvara. Vi står alltid upp vid linjerna om möjlighet finns. Vi

försöker alltid ligga nära motståndare för att kunna försvara oss effektivt med blad mot puck. Nr 5 tar hemåt och ligger med ett djup centralt i banan. Spelaren ska vara spelbar vid puckvinst för att snabbt kunna vända spel på motsatt sida.

Försvarsspel egen zon för puckvinst.

"Femman" ska vara en tydlig och trygg grund för hur vi ska ställa upp i egen zon. Vid pressande lägen ska vi alltid kunna formera oss enligt denna uppställning för att sedan jobba oss ut för att vinna tillbaka pucken. "Femman" kommer alltid ligga till grund för hur vi vill försvara oss i egen zon.

Nr 1 och Nr 2 vilket är ytterforwards kommer ner i banan.

Nr 3 vilket är centern ligger centralt i den rektangel som övriga spelare skapar.

Nr 4 är bortre back från puck ligger alltid framför mål. För att få en sån bra överblick över spelet som möjligt ska man försöka placera sig i linje med den bortre stolpen.

Nr 5 är den back som ligger närmast puckhållaren. I utgångspositionen ska man alltid ligga en bit in i banan för att sedan jobba sig utåt mot motståndaren för att sedan ta sig tillbaka.

Nr 1 flyttar ner i banan för att vi ska kunna skapa 2vs1 situationer i den gråa ytan. 75% av alla mål görs inom den ytan så vi prioriterar att skapa numerära överlägen där. Detta innebär att vi lämnar en större yta till deras back.

Nr 2 flyttar ner i banan för att ta bort möjligheten för motståndaren att komma in mellan back/center och forward.

Nr 3 är Centern som agerar understöd till back närmast puck.

Nr 4 försvarar i den grå ytan. För att få en sån bra överblick av spelet ska backen försöka positionera sig i linje med den bortre stolpen.

Nr 5 är back närmast puck. Denna ska alltid ligga mellan puckbärande motståndare och mål. Vi försvarar oss med blad mot puck.

Nr 4 kommer vid puckvinst ner bakom mål för att kunna vara spelbar vid en avlastning. Hans position i situationen innan gör att han får en bra överblick över händelse utvecklingen och kan snabbt förflytta sig till en spelbar position.

Nr 2 flyttar ut till fickan där han är spelbar för back alternativt att den går i rundeln direkt till honom. Väljer back att driva upp pucken själv och inte spel till fickan flyttar nr 2 upp i banan.

Uppspel från egen zon.

En tydlig riktlinje till alla spelare är vad som förväntas av dom när vi ska spelas oss ur egen zon under kontroll. Alltid vara aktiva i skridskoåkning och i kommunikationen ("prata").

D 1 Tar fram puck centralt i banan, släpper ut på F 1 som avlastar vid sarg. Alternativt på C som kommer mitt i banan.

Viktigt att alla fortsätter med aktiv skridskoåkning för att inta nya positioner och vara spelbara.

V-spel, spelvändning.

En tydlig riktlinje till alla spelare är vad som förväntas av dom när vi ska spelas oss ur situationer från olika delar av banan under kontroll. Alltid vara aktiva i skridskoåkning och i kommunikationen ("prata").

Exempel på spelvändning:

LD spelar på tillbaka på RD som byter sida och spelar ut på RW. C1 speglar i mitten och är spelbar.

Vi ska alltid sträva efter att vända spelet så snabbt det bara går. Viktigt att vårda puck och behålla den inom laget.

Ingång i anfallszon

Fw 2 skall i ALLA lägen attackera målet, detta för att dra med sig backar och skapa yta till Fw 3. Följer inte backar med så blir man ist spelbar för eget avslut eller retur på skott från Fw 1.

Ledarpolicy

Till vår verksamhet är alla välkomna, efter bästa förmåga utvecklar vi en bredd- och individanpassning av träning och match.

Om policy inte efterlevs sker följande i nämnd ordning:

- Tillrättavisning
- Uppföljning
- Om ingen förändring sker avslutas samarbetet med ledaren eller annan lämplig åtgärd

beslutad av styrelsen

Att vara ledare i AIK Hockey Härnösand innebär att man är en av klubbens viktigaste personer. För att ta hand om våra ungdomar på bästa sätt, samt för att få fram spelare till vårt A-lag, får alla ledare en grundutbildning, kontinuerlig vidareutbildning och deltar i olika tematräffar. Från U16 Region är målsättningen, inga föräldrar som matchcoacher däremot uppmuntrar vi att fortsätta bedriva isträning eller annan typ av träning i föreningen.

Vi använder oss av de kunskaper och erfarenheter som finns beträffande barns utveckling och lärande, särskilt i hockeysammanhang. Vi följer Svenska ishockeyförbundets riktlinjer samt vår egen spelidé. Vi strävar efter att utveckla ishockeyspelare både som spelare och människor.

Som ledare är man en förgrundsgestalt som många ser och ser upp till. Därför är det viktigt att man är ett föredöme både på och utanför isen. Man respekterar T U G G A.

- Målvakterna spelar halva matchen var, alternativt varannan match.
- Till och med U11 spelar alla ungefär lika många matcher under säsongen, naturligtvis med hänsyn till sjukdom och annan frånvaro.
- Från och med U12 till och med U15 finns träningsnärvaro, inställning och uppförande med som grund vid uttagningen till match, alla behandlas lika enligt samma regler.
- För U16 och uppåt gäller att träningsnärvaro, uppförande, individens utveckling samt matchens betydelse är grunder för laguttagning, i nämnd ordning.

Ledarpolicy

Åldersindelning träning och match.

Alla spelare tillhör sin åldersgrupp, **ingen permanent upp- eller nedflyttning** skall ske mellan åldersgrupperna. Undantag från detta kan göras för flickspelare eller av styrelsen med motiverad anledning.

Alla spelare kan erbjudas extra träning med äldre eller yngre åldersgrupp. Det är tränarna i respektive åldersgrupp som beslutar vilka/antal som tränar med äldre

respektive yngre åldersgrupp, **samråd ska ske med aktuell spelares föräldrar.**

Av utvecklingskäl kan spelare tillåtas att träna med flera års äldre åldersgrupper, dessa ska namngivas och beslutas av styrelsen.

Om det uppstår matchsituationer där en åldersgrupp måste låna spelare skall man i första hand låna från yngre åldersgrupp. Upp till U15 är det inte tillåtet att en yngre spelare tar någon ordinarie spelares plats (gäller ej när styrelsen tagit beslut i ett specifikt ärende). Utveckling är viktigare än resultatet!

Från U16 är det dom, enligt tränaren, bäst lämpade spelarna som spelar match. Vill U16 ledarna spela med en U15 spelare så går U16 match före U15 match

Detta samarbete gäller endast seriespelande lag. Undantag från detta kan göras för flickspelare eller av styrelsen, beslutad motiverad anledning.

Av utvecklingskäl kan spelare tillåtas att spela match med äldre eller yngre åldersgrupper, dessa ska namngivas och beslutas av styrelsen.

Vid spel i boxplay och powerplay ligger ansvaret på ledaren att hantera situationen med gott omdöme.

Varje åldersgrupp skall på av styrelsen angivet datum lämna in säsongsplanering med övergripande budget. Säsongsplaneringen skall lämnas in för godkännande senast 15:e september för genomförande av aktuell säsong.

Varje ungdomslag skall ha en upptaktsträff med föräldrar, spelare och ledare. Styrelsen inbjuds att delta med en representant. Ledarna presenterar vid det här tillfället säsongsupplägg och den allmänna inriktningen för den kommande säsongen. Här presenteras föreningens policy och det ges information om seriespel samt nyheter av allmänt slag. Möjlighet för föräldrar att få svar på eventuella frågor.

Ytterligare föräldramöte kan påkallas av ledarna om så behövs.

Träning och match för seriespelande lag

Detta är riktlinjer för de seriespelande lagen innan det blir aktuellt med spel på juniornivå.

U 16

Ska träna minst 3 gånger i veckan på is samt 2 fyspass under säsongen.

Kan spela 3 dagars cup med övernattnig.

U 15

Ska träna minst 3 gånger på is samt 2 fyspass i veckan i genomsnitt under säsongen.

Kan spela 3 dagars cup med övernattnig.

U 14

Ska träna minst 2-3 gånger på is samt 1 fyspass i veckan i genomsnitt under säsongen.

Kan spela 3 dagars cup med övernattnig.

U 13

Ska träna 2-3 gånger i veckan under säsongen.

Kan spela 3 dagars cup med övernattnig.

U 12

Ska träna 2-3 gånger i veckan under säsongen.

Kan spela 3 dagars cup med övernattnig.

U 11

Ska träna 2-3 gånger i veckan i genomsnitt under säsongen.

Kan spela 2 dagars cup med övernattnig. Kan spela 3 dagars cup

utan övernattnig vilket innebär inom 60 minuters bilresa från

Härnösand.

Träning och match för Tre Kronor lag

Detta är riktlinjer för de yngsta barnen innan det är seriespel i U 11.

U 10

Ska träna 2 gånger i veckan i genomsnitt under säsongen.

Kan spela 2 dagars cup men sover hemma vilket innebär inom 60

minuters bilresa från Härnösand.

Spelar helplansmatcher men kan spela på mindre planer för alla spelares

utveckling.

U 9

Ska träna 2 gånger i veckan i genomsnitt under säsongen.

Spelar 1 dagars sammandrag inom 60 minuters bilresa från

Härnösand.

U 8

Ska träna 1-2 gånger i veckan i genomsnitt under säsongen.

Spelar 1 dagars sammandrag inom 45 minuters bilresa från

Härnösand.

Ska spela halvplansmatcher, bör spela många miniplansmatcher under året.

U 7

Ska träna 1 gång i veckan och kan erbjuda två träningar under några få veckor under vintern, uppmuntra till att åka på allmänhetens i mycket stor utsträckning.
Spelar endast miniplansmatcher.

Föräldrapolicy

Som förälder till barn i AIK Hockey Härnösand kommer du att få delta och medverka i ditt barns utveckling och fritidsintresse. Du kommer att få lära känna många nya människor, få nya vänner och uppleva mycket glädje tillsammans med ditt och andras barn samt deras föräldrar.

Klubbens målsättning är att hålla så låga avgifter som möjligt vilket gör att verksamheten bygger på ideella insatser från oss föräldrar och övriga medlemmar. Ju fler som hjälper till desto roligare blir det. Ledarna lägger ner mycket ideellt arbete, om vi övriga bidrar blir det inte så mycket på var och en.

Varje lag bör ha en eller flera föräldrar som ser till att det egna lagets arbetsuppgifter fördelas mellan föräldrarna.

Tänkvärt;

- ***Vi vuxna är förebilder för barnen! De gör inte som vi säger, utan som vi gör!***
- ***Vi uppmuntrar och stöttar alla våra spelare och använder ett vårdat språk utan svordomar och fula ord.***
- ***Tillsammans med ledarna lär vi barnen att hantera både vinster, förluster och domslut som går oss emot.***
- ***Fair play är ett ledord och det betyder att vi respekterar regler, domare, domslut, motspelare och ledare i enlighet med T U G G A.***
- ***Det viktigaste är att barnen tycker det är roligt på träning och match.***

För att sprida engagemanget och ansvaret för det arbete som ligger utanför det egna laget finns olika arbetsgrupper. Arbetsuppgifterna kan variera från en säsong till en annan, exempelvis kan det vara:

- Funktionär vid föreningsarrangemang.
- Cafeteria.
- Ekonomiska aktiviteter.

Trafikpolicy

I vår verksamhet uppstår en mängd transporter till och från träning och match. Alla dessa resor utgör risker samt innebär också en påverkan på miljön i form av utsläpp och buller.

AIK Hockeys styrelse har antagit denna Trafikpolicy för att skapa bästa tänkbara förutsättningar vad gäller trafiksäkerhet och miljöanpassning. Vid resor till bortamatcher och cuper använder vi i första hand buss.

Trafikpolicyn omfattar samtliga resenärer vid resor i regi AIK Hockey Härnösand.

-Bussarna ska vara utrustade med alkolås och bälte på samtliga platser. Bältet ska alltid användas.

Chaufför och ledare ansvarar för att detta efterlevs.

-Förarna skall ha gällande yrkeskompetensbevis och respektera gällande lagstiftning för kör- och vilotider.

-Åker vi med egna personbilar, skall alla använda trepunktsbälte. Gällande trafikregler skall följas.

Anpassa hastigheten efter rådande förhållanden. Körschema upprättas i samråd med föräldrar.

Kostnader för resor kan uppstå och då betalar man föraren, ingen ersättning utgår från AIK Hockey Härnösand.

-Föraren skall vara utvilad, i god balans och självklart inte påverkad av alkohol eller droger. Kör inte "dagen efter".

-Medverka till effektiva transporter genom att samåka så ofta som möjligt.

För AIK Hockey Härnösand är ovan ett dokument som ligger till grund för en väl fungerande verksamhet.

Detta dokument avser säsongen..... gällande åldersgrupp

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....

Datum..... namnteckning.....

Roll..... namnförtydligande.....