



**UNGDOM**

MODO HOCKEYS

**UNGDOMSPOLICY  
2015/2016**

# BESKRIVNING AV ISHOCKEYN I ÖRNSKÖLDSVIK

**I Örnsköldsvik finns det sju ungdomsföreningar. Husum Hockey, Järveds IF, ÖSK Hockey, Svedjeholmens IF, KB 65, Anundsjö IF och MODO Hockey.**

Alla sju föreningar genomför egna hockeyinskrivningar där målet är att man spelar i den förening som är närmast hem och skola. Denna fördelningsmodell hoppas vi medför att många ungdomsföreningar lever vidare och hockeyn finns kvar på bred front i Örnsköldsviksområdet.

I åldern U8-10 genomförs en vänskapsserie där alla föreningar deltar. Det är VI föreningar som tillsammans äger denna serie. Det vill säga Vi tillsammans sätter normer och regler för hur verksamheten ska se ut. MODO Hockey ungdom bjuder varje säsong in övriga föreningar till en upptaktsträff där man tillsammans lägger en säsongsplanering.

Ångermanlands ishockeyförbund tar vid och blir den sammankallande länken på U11 när seriespelet drar igång. Örnsköldsvik är rätt unik med så många ungdomsföreningar. Många andra städer är inte i närheten av att ha så många föreningar och lag. Antal föreningar möjliggör ett brett seriespel och håller hockeyn vid liv på många orter i Örnsköldsvik.



# MODO HOCKEYS VÄRDEGRUNDER

## Värdegrundsorden med förklaring

**1. Hjärta:** Vi brinner för att utveckla varandra inom MODO Hockey, Vi är stolta och passionerad över att få vara en del av MODO Hockeys organisation.

**2. Glädje:** Vi kliver in med en positiv attityd, vi visar och sprider glädje och vi har roligt tillsammans i laget.

**3. Ansvar:** Vi gör det som är bäst för MODO Hockey, Vi är förebilder och tar ansvar för våra

ungdomar och varandra. Våga även vara en bra vän som säger ifrån när någon far illa.

**4. Långsiktighet:** Vi eftersträvar jämställdhet, delaktighet och gemenskap, Vi vill skapa ett livslångt hockeyintresse.

**5. Målmedvetenhet:** Vi möter utmaningar och problem med lösningar, Vi jobbar åt samma håll i alla lägen. Vi är ett team.



# INNEHÅLL

BESKRIVNING AV ISHOCKEYN I ÖRNSKÖLDSVIK	2
MODO HOCKEYS VÄRDEGRUNDER	3
ÖVERGRIPANDE MÅLSÄTTNING OCH VERKSAMHETSIDÉ	5
TILL ALLA FÖRÄLDRAR INOM MODO HOCKEY UNGDOM	6
VÅR FÖRENING	7
TILL DIG SOM UNGDOMSLEDARE	8
ALLA I VÅR VERKSAMHET	9
RESOR	10
KLÄDSEL / UPPFLYTTNING AV SPELARE / SELECT VERKSAMHET	11
UI6-SPELARE I MODO HOCKEY	12-13
UI5-SPELARE I MODO HOCKEY	14-15
UI4-SPELARE I MODO HOCKEY	16-17
UI3-SPELARE I MODO HOCKEY	18-19
UI2-SPELARE I MODO HOCKEY	20-21
UI1-SPELARE I MODO HOCKEY	22-23
U08- TILL UI0-SPELARE I MODO HOCKEY	24-25
TRE KRONORS HOCKEYSKOLA	26
HOCKEYDAGIS	27
KONTAKTINFORMATION, UNGDOMSANSVARIG	28

# ÖVERGRIPANDE MÅLSÄTTNING & VERKSAMHETSIDÉ

**MODO Hockeys ungdomsverksamhet har som mål att hand i hand med social verksamhet genom ett gediget arbete och god vilja utveckla spelare via ungdomsverksamheten vidare till juniorverksamheten och som slutmål till vårt representationslag.**

Tillsammans med andra ishockeyföreningar i vårt närområde vill MODO Hockey skapa bra möjligheter och klimat för ett gemensamt slutmål inom ungdomsishockeyn.

## **VERKSAMHETSIDÉ**

Med välutbildade ledare stegvis öka spelarnas kvaliteter genom en väl åldersanpassad träning. Spelare, ledare och föräldrar har olika behov och önskemål på hur verksamheten ska bedrivas. MODO Hockey vill kombinera en elitsatsning i de äldre ungdomslagen med en så bred social verksamhet som möjligt i de yngre ungdomslagen. Sist men inte minst vill vi skapa ett livslångt intresse för idrott, i synnerhet ishockey.



**VAR EN FÖREBILD**

**RESA**

**TRÄNA**

**HA ROLIGT**

**MODO HOCKEYS  
UNGDOMSVERKSAMHET**

**UTVECKLAS**

**TÄVLA**

**SKAPA ETT  
LIVSLÅNGT INTRESSE**

# TILL ALLA FÖRÄLDRAR INOM MODO HOCKEY UNGDOM



**MODO Hockey respekterar och hyllar er föräldrar för den tid ni lagt ner och kommer att lägga ner på er son och dotter. Likt andra föreningar är vi på MODO Hockey beroende av dig och behöver dig som förälder i vår verksamhet.**

## **VI VILL ATT DU:**

- I samband med träningar och matcher inom vår verksamhet, hemma såväl som borta, uppträd för klubben på ett positivt och sportmannamässigt sätt
- Att du ser och pratar med ditt barn, prata inte om andras barn i olika sammanhang
- Uppmuntrar, stöttar och berömmar ditt barn för det han/ hon är och det han/ hon gör
- Gläds med andra barns utveckling och framgång
- Vill vi att du som förälder i vår förening ger energi och inte klampar in i vår verksamhet med negativ energi och en massa frågeställningar och tyckande som inte utvecklar ditt barns verksamhet
- Överlämnar coachingen av ert barn till våra ledare
- Spelargången och dess utrymmen är till för spelare och ledare.
- Ta gärna del av våra värdeord på sid 3.

## **ALLTID OCH OAVSETT REPRESENTERAR DU DIG SJÄLV, DITT BARN, DITT LAG OCH DIN FÖRENING.**

Uppträd korrekt beträffande laget, motståndarna, domarna och alkoholen. Vi dricker inte kvällen innan barnets samling.

## **ÖVRIGT:**

- Skapa en trygg och harmonisk miljö
- Föräldrar ska stödja och verka för att barnet trivs i föreningen
- Då föräldrar har frågor angående lagverksamheten ska i första hand lagledaren kontaktas
- Föräldrar ska eftersträva att spelaren får mat i den omfattning att träning kan tillgodogöras på rätt sätt
- Föräldrar får inte uppehålla sig i omklädningsrum före, under eller efter träning/match. Undantagsfall då spelare inte själv kan knyta sina skridskor.
- Spelare tillåts under säsong endast i undantagsfall byta förening



## VÅR FÖRENING



**SOCIAL GEMENSKAP**

# TILL DIG SOM **UNGDOMSLEDARE**

## **DU ANSVARAR FÖR:**

- Att ungdomspolicyn följs och informeras ut till föräldrar och spelare
- Att beslut som ungdomsansvarig och styrelse satt följs
- Att föreningsinformation informeras ut i verksamheten
- Att idéer och synpunkter diskuteras mellan ledare och ungdomsansvarig
- Att ledare löser eventuella konflikter och synpunkter med ansvarig i rätt forum
- Att du tar del av värdegrunden och jobbar aktivt med den med dina ungdomar

Som ungdomsledare, oavsett roll runt laget, är du det vuxna föredömet som leder och coachar ungdomarna under deras utveckling som individer inom ishockeyn.

Som ungdomsledare är det mycket att tänka på och många viktiga faktorer som man måste förstå för att resultatet av ungdomarnas och ledarnas arbete ska leda oss framåt.

Resultatet är inte bara de sportsliga i form av vinster och medaljer, utan även de sociala resultaten av att man deltar i en bra och väl fungerande verksamhet. Alla våra ungdomar blir inte elithockeyspelare utan helt vanliga välartade medborgare som vi i Svensk ishockey vill ge ett livslångt intresse för ishockey som sport. Detta är det viktigaste resultatet.

## **VIKTIGA EGENSKAPER SOM UNGDOMSLEDARE**

- Var engagerad för alla barn du leder
- Våga visa glädje, ett skratt ger dig och den du leder energi
- Även du som ledare kan göra fel, glömma, blanda ihop mm. Våga erkänna det!

- Hjälp dina spelare att jobba med sig själv för att utvecklas och lyckas
- Se alla, ha en bra dialog med dina adepter, låt dem komma till tals
- Var tydlig i ditt ledarskap – gör allt du kan för att få optimal förståelse (jobba efter tydliga regler och disciplin, bryt och rätta till om ett moment utförs tokigt)
- Var konsekvent i ditt ledarskap
- Skippa sarkasm i ditt ledarskap – barn/ ungdomar har svårt att förstå

## **LEDARUTBILDNING**

MODO Hockeys krav är bl.a. att en ledare uppfyller kravet på förbundets tränarlegitimation. Det är ledarens ansvar att anmäla och delta i den utbildning som krävs för den nivå man verkar i. Dialog och godkännande av utbildning görs av ungdomsansvarig i föreningen. MODO Hockey betalar givetvis de utbildningar som godkänts av ungdomsansvarig. Föreningen bekostar inte förlorad arbetsförtjänst och reseersättning till ledare i samband med utbildning. Efter godkännande anmäler ledaren sig själv till distriktsförbundet som anordnar utbildningen.

All utbildning i form av teori, föreläsningar. Ledare- och aktiv utbildning genomförs i samarbete med SISU idrottsutbildarna.

MODO Hockey har som ambition att rekrytera ansvariga tränare utan föräldrarelation i de äldre ungdomslagen. Undantag kan ske i enstaka fall, där kompetensen bedöms vara fullgod.

Samtliga ledare skall alltid arbeta för föreningens bästa och även se till de yngre och äldre lagens bästa.



# ALLA I VÅR VERKSAMHET SKALL VERKA FÖR ATT FAIR-PLAY OCH RESPEKT FÖLJS

**Vår verksamhet ska vara trygg att delta i och det är allas skyldighet, gammal som ung, att bidra till att detta bibehålls.**

- Det är viktigt att man tar avstånd från allt fusk, doping, våld och mobbing - både på och utanför rinkens
- FAIR-PLAY skall löna sig och betyder framförallt att man har kul tillsammans

För att föreningen skall lyckas med detta måste vi ha:

- tydliga regler
- ledare och tränare som tar ansvar
- föräldrar som tar ansvar
- nolltolerans gällande alkohol och droger
- ansvar för vårt språk
- verka mot rasism
- vara en bra kompis

Föreningens medlemmar skall även jobba för att undvika att hamna i någon form av spelmissbruk. Om någon känner sig orättvist behandlad tar man kontakt med ansvarig

tränare. Tränaren åtar sig uppgiften och vidtar åtgärder.

Vid behov av stöd och hjälp, kontakta ungdomsansvarig i föreningen.

## SOCIALA MEDIER

Som person är du alltid närvarande på sociala medier som en enskild individ, men din medverkan i sociala medier påverkar inte bara bilden av dig utan också bilden av MODO Hockey. Det är därför mycket viktigt att du skiljer på när du deltar i sociala medier inom ramen som spelare och ledare när du deltar privat. Du är alltid personligt ansvarig för sådant du publicerar på eget initiativ oavsett om publiceringen skett i egenskap som spelare i MODO Hockey eller som privatperson. Det innebär att du bör tänka till både en och två gånger vad du skriver på sociala medier. Det är inte okej att på något sätt förolämpa eller vara dum med en annan person och MODO Hockey på sociala medier. Detta oavsett vad som framkallat ditt upphov till att skriva.

## DROGER OCH DOPING

**MODO Hockey ser allvarligt på bruket av olika droger, narkotiska preparat och doping.**

I MODO Hockey Ungdom är det förbjudet att inta snus, tobak, alkohol, alkohol eller narkotika. Våra spelare i de äldre ungdomslagen skriver under ett skötsamhetskontrakt där detta ska följas, om spelaren inte följer innehållet i kontraktet vidtas en åtgärdsplan.

## KOST

Vi rekommenderar en god och välplanerad kosthållning där frukosten är mycket viktig. Ungdomarna skall äta och dricka ordentligt i skolan och äta mat senast en timme efter avslutad träning. Direkt efter avslutat träningspass skall ett återhämtningsmål intas. Den hjälpen av inhandling och planering måste spelaren få hjälp med av föräldrarna.

# RESOR

## TRAFIKSÄKERHETSPOLICY

**SÄKERHETSBLÄTE  
SKALL ALLTID ANVÄNDAS  
UNDER FÄRD!**



MODO Hockey har tagit beslut om att ALLA aktiva och anställda/ledare inom föreningen som deltar i vår verksamhet ska på ett så trafiksäkert sätt som möjligt transportera sig till samtliga våra arrangemang. Detta krav gäller även den som ombesörjer våra transporter. Beslutet gäller samtliga seriematcher, träningar och andra träffar/sammankomster föreningen anordnar.

Under den mörka årstiden skall reflex, reflexväst eller diodlampa användas till och från träning och match. Alla skall använda reflexväst vid uteaktivitet. Det är inte tillåtet att cykla till och från träningar och match utan cykelhjälm om ni är under 15 år. Det är lika självklart som att använda hjälm på isen, därför ser vi att ni även efter 15 års ålder använder cykelhjälm. Cykeln ska vara utrustad med reflex och lyse.

Mopeden klassas som motorfordon och skall framföras enligt bestämmelserna i lagen. För att köra moped eller A-traktor måste ni fyllt 15 år och ha giltigt AM-kort. Det är absolut förbjudet att köra trimmat eller påverkad av alkohol och andra droger. Hjälmen skall alltid vara knäppt på föraren och eventuell passagerare. Moget uppförande i trafiken är det som gäller.

Laget har möjlighet att transportera sig i bil med hjälp av föräldrar eller annan anhörig i en 10 mils radie från Örnsköldsvik. Vid användande av privat bil skall bilen vara utrustad med bra däck och en förbandslåda skall finnas tillgänglig. Inga lösa föremål får förekomma inne i bilen. All utrustning

skall förvaras i bagaget. Alla i bilen skall använda bilbälte. Att prata i mobiltelefon utan handsfree eller sms:a är inte tillåtet under färd. Föraren skall vara nykter och utvilad och hastigheten anpassas efter rådande väglag. Vid användande av minibuss skall föraren haft körkort minst 5 år. Färden skall planeras i god tid för att stress skall undvikas. Kolla aktuell väderlek och vägunderlag i god tid innan ni transporterar barnen.

MODO Hockey månar om sina utövare samt att föräldrar och ledare skall känna trygghet både när lagen åker till borta-arrangemang och till matcher/träningar/sammankomster vi har hemma i vår kommun. Med hänvisning till ovan har därför MODO Hockey antagit följande trafiksäkerhetspolicy.

Bussbolag som anlitas för MODO Hockeys transporter ska tydligt informeras om våra trafiksäkerhetskrav i upphandlingsunderlaget. Vi godkänner bland annat endast bussbolag som har kontinuerliga läkarundersökningar för sina förare. Dessa hälsoundersökningar ska ske med tätare mellanrum ju högre upp i åldrarna bussbolagens chaufförer är. Speciellt vad gäller ålderspensionärer eller sjukpensionerad chaufför.

På de bussar som används ska all säkerhetsutrustning vara i gott skick. Anlitat bussbolag skall också utbilda sina chaufförer i bra körteknik, trafikregler, första hjälpen samt övriga frågor som gäller trafiksäkerhet. Allt i syfte att sträva efter så säkra transporter som möjligt för våra aktiva.

## KLÄDSEL

Det är viktigt att hålla kvalitet och stil som den elitförening MODO Hockey är. Det innebär att lagen följer den framtagna klädpolicy vid inköp. Vi är alla, på ett eller annat sätt, företrädare för föreningen och ska därmed bära kläder som föreningen tagit fram tillsammans med aktuella klädleverantörer.

---



## UPPFLYTTNING AV SPELARE

Om en spelare ska flyttas upp till ett högre lag ska det göras för spelarens bästa. Spelaren ska bedömas ha betydligt större utvecklingsmöjligheter i det nya laget, passa in socialt samt att helheten bedöms som en positiv lösning för spelaren, lagen och föreningen. Denna bedömning görs av tränarna i respektive lag i samråd med föreningens ungdomsansvarige. Innan ett beslut tas skall tränare, föräldrar och ungdomsansvarig träffas och prata om den aktuella uppflyttningen.

---



## SELECT VERKSAMHET

MODO Hockey beviljar tillstånd för individen om den aktuella verksamheten inte stör föreningens ordinarie verksamhet. Tillstånd för verksamheten ges endast av ungdomsansvarig i förening. För att kunna ge tillstånd till verksamheten måste föräldrar ge ungdomsansvarige en information om datum. Ansökan av tillstånd ungdomsansvarige tillhanda senast två veckor innan SELECT verksamheten startar.



# U16-SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten är elitinriktad och förberedande inför juniorverksamheten.

## MÅL

- Verksamheten är elitinriktad, vilket innebär att ledaren har möjlighet att matcha laget för vinst i alla matcher under säsongen
- Seriematcher för MODO Hockeys U16 lag ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt i alla spelformer
- I DM, cupspel och SM spelar de för dagens bästa spelare i föreningen
- Spelare utifrån kan tillkomma under säsongen

## TRÄNING

- 4-5 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 2-3 fypass per vecka under is säsong
- 5 ledarledda fypass per vecka under barmarks säsong (4 priopass)
- Löpande teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Skall vara ett topplag i U16 elitserien under säsongen

- U16 skall vinna de matcher som krävs för att få möjlighet att spela SM-slutspel
- MODO Hockey ska utbilda/ förbereda spelarna fysiskt och mentalt inför gymnasie- och juniorverksamhet
- Genomgå utvecklingssamtal/ individuella samtal två-tre gånger per säsong
- Löpande arbeta med värdegrundsfrågor i linje med MODO: s värdegrund
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt



### **UTRUSTNING**

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt (Föreningen kommer att vara sparsam med nyinköp på grund av ett man är i ett tufft ekonomiskt läge)

### **SKOLA**

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt. MODO Hockey vill att föreningens spelare uppträder på ett bra sätt mot lärare och kamrater.

### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen

### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen

### **CUPER, DM OCH SM**

U16 laget spelar en hemma- och en bortacup under säsongen. Valet av borta cup skall vara nivå anpassad med målet att tävla mot de allra bästa lagen i Sverige. Med den inriktningen får

våra spelare möjlighet att jämföra sig med de bästa spelarna i landet. Laget deltar även i DM och SM spel.

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

### **ANDRA IDROTTER**

MODO uppmuntrar till andra idrotter. Kolliderar ishockeyn med annan idrott skall ishockeyn vara den idrott som kommer i första hand.

### **DISTRIKTSLAGS VERKSAMHET**

MODO Hockey fungerar som mellanhand för distriktsförbundets verksamhet. Inbjudningar, kallelser och fakturering ombesörjs av MODO Hockey och vidare till föräldrar. Alla kostnader som rör ÅIF:s verksamhet betalas av föräldrar.

# U15-SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten är elitinriktad och förberedande inför juniorverksamheten. Syftet är att de som vill satsa på ishockey ska få göra det.

## MÅL

- Skall spela i U16 lokal under säsongen
- MODO Hockey ska utbilda/ förbereda spelarna fysiskt och mentalt inför gymnasie- och juniorverksamhet
- Genomgå utvecklingssamtal/ individuella samtal två-tre gånger per säsong
- Löpande arbeta med värdegrundsfrågor i linje med MODO: s värdegrund
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## TRÄNING

- 4 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 2-3 fyspass per vecka under is säsong
- 5 ledarledda fyspass per vecka under barmarks säsong (3 Priopass)
- Löpande teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Seriematcher för MODO Hockeys U15 lag ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt i alla spelformer
- I Cup och DM matcher har ledare möjlighet att matcha laget delar av matchen för att uppnå en förändring av spel och resultat.

Dock, ska ledaren jobba för att så många spelare ska spela så mycket som möjligt under cupens alla matcher.

- I DM spelar de för dagens bästa spelare i föreningen oavsett ålder

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt

## UTRUSTNING

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt (Föreningen kommer att vara sparsam med nyinköp på grund av att man är i ett tufft ekonomiskt läge)



### **SKOLA**

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt. MODO Hockey vill att föreningens spelare uppträder på ett bra sätt mot lärare och kamrater.

### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen

### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen

### **CUPER**

U15 laget spelar en hemma och en borta cup under säsongen samt deltar i Kustcupen 2 omgångar under säsongen. Valet av borta cup skall vara nivå anpassad med målet att tävla mot de allra bästa lagen i Sverige. Även den ekonomiska delen vägs in i cupvalet, där målet är att lagets budget ska täcka hela cupkostnaden. Med den inriktningen får våra spelare möjlighet att jämföra sig med de bästa spelarna i landet.

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

### **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar spelare att hålla på med andra idrotter i kombination till nedanstående. Sommartid är priopassen obligatoriskt för en U15-spelare som godkänt föreningens upplägg och som antas i truppen. Krockar ishockeyn med andra idrotter under issäsong går ishockeyn i första hand.

### **DISTRIKTSLAGSVERKSAMHET**

MODO Hockey fungerar som mellanhand för distriktsförbundets verksamhet. Inbjudningar, kallelser och fakturering ombesörjs av MODO Hockey och vidare till föräldrar. Alla kostnader som rör ÅIF: s verksamhet betalas av föräldrar.

# U14-SPELARE I MODO HOCKEY

Verksamheten är en förberedande fas för stadslagsverksamheten på U15. Spelare och föräldrar slussas in i ett tydligare nivåttänk i form av seriespel och cupspel. U14 säsongen ligger till grund för de bägge stadslagen i MODO Hockey och ÖHF.

## MÅL

- Spel i U14 och vissa år U15 serien
- Spelarna deltar i serierna utifrån nivå och kunskande
- MODO Hockey vill utbilda och förbereda spelarna fysiskt och mentalt inför U15 efter säsongen
- Önskemålet är att spelaren kombinerar sommaridrotten med två prio-barmarkspass
- Löpande jobba med värdegrundsfrågor i linje med MODO Hockeys värdegrund. Alla spelare ska genomgå föreningsdomarkursen
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## TRÄNING

- 3-4 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 2-3 fypass per vecka under is säsong
- 3 ledarledda fypass per vecka under barmarks säsong (2 Priopass)
- Löpande teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Alla matcher för MODO Hockeys U14 spelare ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt. Detta oavsett serie.
- Nivåindelning i träning och match sköts av ansvariga ledare.
- Vid enstaka fall under cup och dm matcher har ledare möjlighet att matcha laget delar av matchen för att uppnå en förändring

av spel och resultat i matchen. Dock, ska ledaren jobba för att så många spelare ska spela så mycket som möjligt under cupens alla matcher

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt

## UTRUSTNING

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt (Föreningen kommer att vara sparsam med nyinköp på grund av ett man är i ett tufft ekonomiskt läge)

## SKOLA

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt. MODO Hockey vill att föreningens spelare uppträder på ett bra sätt mot lärare och kamrater.

## EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen.



## **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff inför säsongen

## **CUPER, DM**

U14-laget spelar en hemma- och en bortacup under säsongen. Valet av borta cup skall vara nivå anpassad med målet att tävla mot de allra bästa lagen i Sverige. Även den ekonomiska delen vägs in i cupvalet, där målet är att lagets budget ska täcka hela cupkostnaden. Laget deltar även i DM under säsongen.

Kustcupen i Umeå ligger utanför lagets budget. Spelare som tillfrågas att delta i Kustcupen betalar för sitt eget deltagande

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

## **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar spelare att hålla på med andra idrotter i kombination

till ishockeyn. Önskemålet är att spelaren tränar de två prioriterade som erbjuds under barmarkssäsongen. För att spelaren ska ges möjlighet att hålla på med fler idrotter under sommarperioden kommer ishockeyn att göra allt man kan för att presentera ett veckoupplägg som kan synkas med annan idrott. Med det tänket hoppas vi att spelarna får ett bra veckoschema med en optimal träningsdos och utveckling i bägge idrotterna. Under issäsong vill vi att spelaren prioriterar ishockeyn.

## **DISTRIKTSLAGSVERKSAMHET**

MODO Hockey fungerar som mellanhand för distriktsförbundets verksamhet. Inbjudningar, kallelser och fakturering ombesörjs av MODO Hockey och vidare till föräldrar. Alla kostnader som rör ÅIF:s verksamhet betalas av föräldrar.



# U13-SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten skall präglas av breddtänk där träning och matcher baseras på åldersanpassad träning, lek, fostran och glädje. U13 gruppen får även testa på enklare former av barmarksträning under icke is- säsong. Dock skall sommaridrotten gå i första hand, kolliderar träningarna går sommaridrotten i första hand.

## MÅL

- Uppmuntra spelarna att hålla på med andra idrotter i mån av tid
- Ishockeyn ska prioriteras under issäsong
- Spel i U13 serien
- Löpande jobba med värdegrundsfrågor i linje med MODO Hockeys värdegrund
- Spelare som känner sig mogen har möjlighet att genomgå föreningsdomarkursen
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## TRÄNING

- 3 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 2 fypass per vecka under is säsong
- 1-2 ledarledda fypass per vecka under barmarks säsong
- Löpande teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Alla matcher ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt. Detta oavsett serie, cup eller DM.
- Ingen matchning eller toppning är tillåten.

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt

## UTRUSTNING

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd,



kombinat, plock och stöt (föreningen kommer att vara sparsam med nya inköp på grund av ett man är i ett tufft ekonomiskt läge).

#### **SKOLA**

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt. MODO Hockey vill att föreningens spelare uppträder på ett bra sätt mot lärare och kamrater.

#### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

#### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

#### **CUPER, DM**

U13 laget spelar en hemma och en borta cup under säsongen Om budgeten ger utrymme för att delta i fler cuper i närområdet ser MODO Hockey det som positivt att laget deltar i någon av dessa.

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen.

Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

#### **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar alla barn att hålla på med fler idrotter i kombination med ishockeyn.

Spelaren ska inte behöva känna någon press i att behöva välja om något pass krockar under icke säsong utan under den perioden går sommaridrotten i första hand. Under issäsong vill vi att spelaren prioriterar ishockeyn. Viktigt med kommunikation i övergången mellan olika idrotter. Detta sköts mellan förälder och ledare.

Om spelaren väljer att inte delta 100% på grund av annan idrott eller något annat under issäsong vill föreningen att föräldern för en dialog med tränaren om detta.

# U12-SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten skall präglas av breddtänk där träning och matcher baseras på åldersanpassad träning, lek, fostran och glädje. U12-gruppen får även testa på enklare former av barmarksträning under icke is- säsong. Dock skall sommaridrotten gå i första hand, kolliderar träningarna går sommaridrotten i första hand.

## MÅL

- Uppmuntra spelarna att hålla på med andra idrotter i mån av tid
- Ishockeyn ska prioriteras under issäsong
- Spel i U12 serien
- Löpande jobba med värdegrundsfrågor i linje med MODO Hockeys värdegrund
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## TRÄNING

- 3 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 1-2 fyspass per vecka under is säsong
- 1-2 ledarledda fyspass per vecka under barmarks säsong
- Löpnade teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Alla matcher ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt. Detta oavsett serie, cup.
- Ingen matchning eller toppning är tillåten.

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt

## UTRUSTNING

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt



### **SKOLA**

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt

### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **CUPER**

U11 laget spelar en hemma och en borta cup under säsongen. Om budgeten ger utrymme för att delta i fler cuper i närområdet ser MODO Hockey det som positivt att laget deltar i någon av dessa.

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om

hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

### **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar alla barn att hålla på med fler idrotter i kombination med ishockeyn.

Spelaren ska inte behöva känna någon press i att behöva välja om något pass krockar under icke säsong utan under den perioden går sommaridrotten i första hand. Under issäsong vill vi att spelaren prioriterar ishockeyn. Viktigt med kommunikation i övergången mellan olika idrotter. Detta sköts mellan förälder och ledare.

Om spelaren väljer att inte delta 100% på grund av annan idrott eller något annat under issäsong vill föreningen att föräldern för en dialog med tränaren om detta.

# U11-SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten skall präglas av breddtänk där träning och matcher baseras på åldersanpassad träning, lek, fostran och glädje. Första året i seriespel där Ångermanlands ishockeyförbund står som arrangör.

## MÅL

- Uppmuntra spelarna att hålla på med andra idrotter i mån av tid
- Ishockeyn ska prioriteras under issäsong
- Spel i U11-serien
- Löpande jobba med värdegrundsfrågor i linje med MODO Hockeys värdegrund
- Verksamheten skall genomsyras av stor glädje och gemenskap

## TRÄNING

- 3 ispass per vecka (tid till is styrs av istillgång)
- 1-2 fypass per vecka under is säsong
- Löpnade teoripass under säsongen

## MATCHNING

- Alla matcher ska ses som utbildning där så många spelare som möjligt ska spela så mycket som möjligt. Detta oavsett serie, cup eller DM.
- Ingen matchning eller toppning är tillåten.

## REGLER VID TRÄNING OCH MATCH

- Spelaren ringer och meddelar frånvaro i god tid innan lagetets aktivitet
- Tider är till för att följas (meddelas av ansvarig tränare)
- Ordning och reda när det gäller material och omklädningsrum
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren
- MODO Hockey ställer höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och uppför sig mot varandra och ledarna på ett för alla godtagbart sätt

## UTRUSTNING

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt

## SKOLA

MODO Hockey ser skolarbetet som det primära i ungdomsåren. Skolarbetet skall skötas föredömligt



### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **CUPER**

U11-laget spelar en hemma och en borta cup under säsongen. Om budgeten ger utrymme för att delta i fler cuper i närområdet ser MODO Hockey det som positivt att laget deltar i någon av dessa.

Om laget avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

### **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar alla barn att hålla på med fler idrotter i kombination med ishockeyn.

Spelaren ska inte behöva känna någon press i att behöva välja om något pass krockar under icke säsong utan under den perioden går sommaridrotten i första hand. Under issäsong vill vi att spelaren prioriterar ishockeyn. Viktigt med kommunikation i övergången mellan olika idrotter. Detta sköts mellan förälder och ledare.

Om spelaren väljer att inte delta 100% på grund av annan idrott eller något annat under issäsong vill föreningen att föräldern för en dialog med tränaren om detta.

# U10-8 SPELARE I MODO HOCKEY



Verksamheten skall präglas av breddtänk där träning och matcher baseras på lek, fostran och glädje.

## **MÅL**

- Fokusera på ishockeyns grunder, Hockeyns A-B-C (Åka mkt skridskor – passa och ta emot puck – skjuta och dribbla)
- Verksamheten ska präglas av glädje och lekfullhet
- Uppmuntra spelarna att hålla på med andra och många idrotter
- Lära sig grundläggande hockeyregler

## **TRÄNING OCH MATCH**

- U10 3 ispass/ vecka + spel i vänskapsserien (tid till is styrs av istillgång)
- U9 2-3 ispass/ vecka + spel i vänskapsserien (tid till is styrs av istillgång)
- U8 2 ispass/ vecka + spel i vänskapsserien (tid till is styrs av istillgång)

## **MATCHNING**

Alla spelar lika enligt SIF: s rekommendation. Ingen matchning får förekomma.

## **REGLER VID TRÄNING OCH MATCH**

Börja vänja barnen i att få goda vanor och regler för vår verksamhet

## **FÖRÄLDRAR**

- Meddela frånvaro i god tid innan lagets aktivitet
- Tider är till för att följas
- Inga föräldrar ska befinna sig i omklädningsrummet, spelargång eller spelarbås i samband med barnets aktivitet, utan hänvisas till läktaren. Om barnet behöver hjälp med skridskoknytning kan ledare ge möjlighet att föräldrar hjälper till

## **UTRUSTNING**

- Full utrustning som är godkänd
- Föreningen tillhandahåller tränings- och matchtröjor
- Föreningen tillhandahåller målvaktsutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt





### **EKONOMI OCH VAD SPELAREN FÅR**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **ARBETSÅTAGANDEN**

Presenteras på upptaktsträff av lagledaren inför säsongen.

### **CUPER**

- U10-laget spelar en cup hemma och en cup borta under säsongen
- U9-laget spelar en cup hemma och en cup borta under säsongen
- U8 spelar inga cuper under säsongen

Om budgeten ger utrymme för att delta i fler cuper i närområdet ser MODO Hockey det som positivt att laget deltar i någon av dessa.

Om något av lagen avser att delta i fler cuper skall detta godkännas av ungdomsansvarig i föreningen. Målet är att spelaravgiften skall

tillgodose det sportsliga deltagandet under säsongen för våra lag. Om man får godkänt för fler cuper under säsongen ska lagets föräldrar vara överens om hur man löser den ekonomiska biten. Föreningen förordar en arbetsinsats alt. sponsring som finansiering för att inte respektive förälder ska drabbas av för stor ekonomisk insats.

### **ANDRA IDROTTER**

MODO Hockey uppmuntrar alla att utföra andra idrotter.

# TRE KRONORS HOCKEYSKOLA (TKH)



**Verksamheten skall präglas av ishockeyns basfärdigheter, allt enligt Svenska ishockeyförbundets riktlinjer för åldersgrupperna och enligt den utbildningsmodell som finns i TKH.**

TKH verksamheten vänder sig till flickor och pojkar inom MODO Hockeys och Svedjeholmens IF:s rekryteringsområde.

## **ÅLDER**

Barnen ska vara 6 år för att delta i TKH (barnet blir 7 år under säsongen). Om plats finns är det okej att yngre barn (1 år) deltar i TKH verksamheten. Efter säsongen som ett år yngre stannar barnet kvar i ordinarie ålder säsongen efter.

## **INSKRIVNING**

Sker inför varje säsong i september månad.

## **MÅL**

- Att alla som vill ska få chansen att delta
- Att alla ska kunna åka skridskor
- Lära sig hantera klubba och puck

## **TRÄNING**

- Vi tränar och leker på is i olika former
- 1-2 ggr/vecka (tid till is styrs av istillgång)

## **FÖRÄLDRAR**

- MODO Hockey försöker via inskrivningen rekrytera intresserade föräldrar som kan tänka sig leda barnen i TKH
- Som förälder behöver du finnas till hands och hjälpa ditt barn på och av med utrustning innan och efter träning.
- När ditt barn klarar sig själv i omklädningsrummet ser vi med fördel att du som förälder finns till hands på läktaren

## **UTRUSTNING**

- Vi rekommenderar full utrustning så att barnen inte bli rädd om de faller och gör sig illa
- Till en början, försök låna ihop utrustning av vänner och bekanta

# HOCKEYDAGIS



**Hockeydagis är en variant av skridsko-skolan där flickor och pojkar kommer i kontakt med skridskoåkning och ishockey kanske för första gången i sitt liv.**

TKH-verksamheten vänder sig till både flickor och pojkar.

## **ÅLDER**

Barnen ska vara 5 år gamla för att delta i hockeydagis (barnet blir 6 år under säsongen) Om plats finns är det okej att yngre barn (1 år) deltar i HD verksamheten. Efter säsongen som ett år yngre stannar barnet kvar i ordinarie ålder säsongen efter.

## **INSKRIVNING**

Sker inför säsongen i september månad.

## **MÅL**

- Att alla som vill ska få chansen att delta
- Lära barnen att hitta balans och sedermera åka skridskor

## **TRÄNING**

- Vi tränar och leker på is med i allehanda former
- 1-2 ggr/ vecka (tid till is styrs av istillgång)

## **FÖRÄLDRAR**

- MODO Hockey försöker via inskrivningen rekrytera intresserade föräldrar som kan tänka sig leda barnen i TKH
- Som förälder behöver du finnas till hands och hjälpa ditt barn på och av med utrustning innan och efter träning.
- När ditt barn klarar sig själv i omklädningsrummet ser vi med fördel att du som förälder finns till hands på läktaren

## **UTRUSTNING**

- Vi rekommenderar full utrustning så att barnen inte bli rädd om de faller och gör sig illa
- Till en början, försök låna ihop utrustning av vänner och bekanta



**UNGDOM**

**TOMAS GRUNDSTRÖM**, Ungdomsansvarig

**POSTADRESS** Box 49, 891 21 Örnsköldsvik

**BESÖKSADRESS** Fjällräven Center, Viktoriaesplanaden 1, Örnsköldsvik

**TEL** 0660-21 66 64 **E-POST** [tomas.grundstrom@modohockey.se](mailto:tomas.grundstrom@modohockey.se) **WEBB** [modohockey.se](http://modohockey.se)