



AKADEMIEN

Den Grönvita Vägen

Block 2



Övergripande mål och riktlinjer

I de övergripande målen anges de normer och värden samt de kunskaper som alla individer bör ha utvecklat när de lämnar Den Grönvita Vägen. Målen anger inriktningen på föreningens arbete.

Mål

Föreningens mål är att varje individ

- respekterar andra människors egenvärde,
- tar avstånd från att människor utsätts för diskriminering, förtryck och kränkande behandling, samt medverkar till att hjälpa andra människor,
- har fått kunskaper om och förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan, miljön och samhället,
- kan lära, utforska och arbeta både självständigt och tillsammans med andra och känna tillit till sin egen förmåga,
- har fått såväl grundläggande som mer avancerade tekniska kunskaper inom ishockey,
- genom egen ansträngning och delaktighet, utifrån sina förutsättningar, tar ansvar för sitt lärande,
- successivt utövar ett allt större inflytande över sin utbildning kopplat till ishockey,
- visar respekt för och hänsyn mot föreningens personal och andra individer som en del av det gemensamma ansvaret för arbetsmiljön inom föreningen.

Riktlinjer

Alla som arbetar eller på andra sätt engagerar sig som ledare inom föreningen ska

- aktivt motverka diskriminering och kränkande behandling av individer eller grupper,
- ta hänsyn till varje enskild individs behov, förutsättningar, erfarenheter och tänkande,
- stärka individernas vilja att lära och utövarens tillit till den egna förmågan,
- planera och genomföra träningar och aktiviteter så att utövarna möts och arbetar tillsammans,
- öppet redovisa och diskutera skiljaktiga värderingar, uppfattningar och problem,
- uppmärksamma och i samråd med anställd personal vidta nödvändiga åtgärder för att förebygga och motverka alla former av diskriminering och kränkande behandling,
- uppmärksamma och stödja individer i behov av extra anpassningar eller särskilt stöd,
- samverka för att göra föreningen till en god miljö för utveckling och lärande,
- samverka med andra ledare i arbetet för att nå utbildningsmålen,
- utgå från att utövarna kan och vill ta ett personligt ansvar för sin inläring och för sitt idrottande,
- svara för att alla individer får ett reellt inflytande på arbetssätt, arbetsformer och aktiviteternas innehåll samt se till att detta inflytande ökar med stigande ålder och mognad,
- tillsammans med utövarna planera och utvärdera träningar och aktiviteter.



Grundprinciper

Grundprinciperna syftar till att reglera och säkerställa att spelare, ledare och föräldrar följer den utbildningsplan och de grundprinciper som finns inom Färjestad BK.

Grundprinciperna syftar därmed inte till att reglera hur spelare inom Färjestad BK ska utbildas, detta återfinns istället i verksamhetens utbildningsplan.

Allmänna ordningsregler

Åtaganden

Det har under lång tid varit Färjestad BK:s, och stora delar av den svenska idrottsrörelsens arbete att finansiera delar av verksamheten genom lotterier, försäljning och egna arbeten för att skapa resurser till föreningen och dess olika verksamheter. Klubbens åtaganden är därför obligatoriska för spelare och föräldrar.

Skolan

Färjestad BK ser skolarbetet som prioriterat i ungdomsåren. Det är viktigt för oss hur våra ungdomar uppträder i skolan och har regelbunden kontakt med skolan i syfte att främja varje individs skolgång och personliga utveckling. Skulle skolarbetet utifrån skolans bedömning misskötas, så förbehåller sig Färjestad BK rätten att vidta idrottsliga åtgärder till konsekvensen för bristande disciplin, uppförande eller dylikt inom skolan.

Ekonomi

Kostnad/Lag	U12
Medlemsavgift	500 kr
Familj	600 kr
Träningsavgift	2 000 kr
Cupbidrag	Från klubben

Kostnad/Lag	U11-U10	U9-U8
Medlemsavgift	500 kr	500 kr
Familj	600 kr	600 kr
Träningsavgift	1 200 kr	700 kr

Bidrag/Lag	U12
Målvaktsbidrag	2 500 kr

Föräldrar

Inga föräldrar skall befinna sig i omklädningsrum, spelargång eller spelarbås under träning eller match, utan hänvisas till läktaren eller ungdomscafétet.

Föräldrabad

1. Stötta, uppmuntra och beröm ditt och andras barn.
2. Fråga aldrig efter resultat – Fråga istället om matchen eller träningen varit rolig.
3. Stöd klubben i dess arbete vid matcher och cuper – Ditt stöd är viktigt.
4. Respektera domarens beslut.
5. Skapa en god stämning och arbetsmiljö kring lagets spelare, ledare och föräldrar.
6. Verka för att föräldramöten blir ett forum med högt i tak.
7. Kom ihåg: Det är ditt barn som spelar ishockey och inte du.

Kost

Färjestad BK uppmuntrar till en god och välplanerad kosthållning såväl i skolan som i hemmet, allt för att tillgodose de stors behov av näringsintag som krävs för att tillgodogöra sig den träning vi bedriver.

Klädsel

Lagen inköper konfektion som tillhandahålls av Färjestad BK och som kan finansieras med sponsorintäkter. Ett krav från klubben är att ha enhetlig klädsel vid cuper och matcher.

Utrustning

Att ha godkänd utrustning är ett krav. Spelaren ser till att utrustningen är hel och godkänd i samråd med materialförvaltaren. Föreningen tillhandahåller för vissa åldrar utrustningsback, byxor, tränings- och

matchtröjor samt damasker. För målvakter utgår ett bidrag från föreningen. För de yngre tillhandahåller klubben med målvaktutrustning i form av benskydd, kombinat, plock och stöt samt målvaktströjor och matchtröjor.

Resor

Alla aktiva och ledare inom föreningen, och andra som deltar i vår verksamhet, ska på ett så trafiksäkert sätt som möjligt kunna transportera sig till våra matcher.

Vid transport i bil gäller att man skall följa gällande hastighetsbegränsningar och trafikregler, samt att föraren skall vara utvilad och inte påverkad av alkohol eller andra droger.

Utdrag ur belastningsregistret

Från 1 januari 2020 ska alla specialidrottsförbund och idrottsföreningar inom RF kontrollera begränsat registerutdrag för ledare som har direkt och regelbunden kontakt med barn. Detta dokument kan vägleda SF i den hanteringen. Det är avsiktligt enkelt och kortfattat, för mer och djupare information, se RF:s sida [här](#).

Kort fakta:

- Förening/förbund ska begära utdrag av alla från 15 år i dess verksamhet som arbetar med eller på annat sätt har direkt och regelbunden kontakt med barn.
- Barn är alla under 18 år.
- Utdraget visar endast grova brott; mord, dråp, grov misshandel, människorov, sexualbrott, barnpornografibrott eller grovt rån.
- Föreningen ska kontrollera utdraget och dokumentera att kontrollen har genomförts. Utdrag visas av den enskilde i original och återlämnas direkt. Inga utdrag ska arkiveras av föreningen, endast en notering om att kontroll är genomförd för viss person i viss roll får dokumenteras.

Drog- och alkoholpolicy

Färjestad BK har nolltolerans mot bruk av olika droger, narkotiska preparat och doping. Vad gäller doping så följer klubben RF:s listor över preparat klassade som doping. Klubben kan dock inte förbjuda ledare eller föräldrar att bruka vare sig snus eller tobak, men som ledare och förälder är du ett föredöme och tänk därför på hur du brukar tobak i samband med samlingar och engagemang med Färjestad BK.

Definition

Med drogfri miljö menas att varken narkotika, dopningsmedel, receptbelagda läkemedel, alkohol, sniffning eller andra sinnesförändrande och beroendeframkallande substanser som intas i berusningssyfte, får förekomma i eller i anknytning till miljön inom Färjestad BK.

Syftet med vår drogpolicy är att:

- Motverka användning av tobak, alkohol och narkotika.
- Skapa en trygg och säker miljö inom Färjestad BK.
- Motverka ohälsa, tillbud och olyckor.
- Tidigt upptäcka, uppmärksamma och agera vid oro/misstanke om droganvändning.
- Ge spelarna bästa möjliga förutsättningar att kunna leva ett bra liv.

Målet med vår drogpolicy är att:

- Färjestad BK ska vara helt alkohol- och drogfritt där vi aktivt arbetar för att förhindra risk- eller missbruk.
- Skapa en miljö fri från alkohol och droger där resultat, trygghet och hälsa inte riskeras på grund av missbruk av alkohol eller andra droger.
- Eventuella drogproblem ska fångas upp tidigt för att alla inom

organisation ska ges goda förutsättningar till rehabilitering.

- Minska andelen barn och ungdomar som använder tobak, alkohol och narkotika.
- Minska användningen tobak, alkohol och/eller narkotika bland unga som redan använder.
- De insatser som görs enligt handlingsplanen leder till att spelaren är drogfri, genomför sina utbildningar och att skapa en trygg och god arbetsmiljö för spelare, ledare och föräldrar inom Färjestad BK.

Regler

För spelare, ledare och föräldrar gäller:

- Rökförbud gäller inom hela sportanläggningens område.
- Det är förbjudet att vara påverkad av alkohol eller andra berusningsmedel eller ha kvarstående påverkan eller följd effekter av någon drog eller alkohol under den verksamhet som sker i Färjestad BK:s regi.
- Det är förbjudet att förvara och inneha alkohol och droger på sportanläggningen.
- Det är förbjudet att överlåta, sälja eller förmedla alkohol och droger.
- Att använda, inneha eller sälja narkotika är ett brott och ska enligt lagen anmälas till polisen.

Förebyggande insatser

Färjestad BK:s förebyggande åtgärder syftar till att stärka skyddande faktorer och minska riskfaktorer. Även insatser för att öka upptäcktsrisken har en förebyggande effekt. Genom att tidigt upptäcka, uppmärksamma och agera vid oro och misstanke om användning och/eller spridning av droger, byggt på en kombination av regler, konsekvenser,

omtanke och stöd, kan ge spelarna bästa möjliga förutsättningar att kunna genomföra sina utbildningar.

Våra lag arbetar med följande förebyggande insatser:

Kvalitetsarbete

En klubb som präglas av tillit och goda relationer, där barn och ungdomar känner sig trygga och utvecklas är en viktig skyddsfaktor. Våra lags systematiska kvalitetsarbete är därför en del i det drogförebyggande arbetet.

Policy

Klubbens drogpolicy är ett viktigt verktyg i det förebyggande arbetet.

Vårdnadshavare

Vårdnadshavares stöd är viktigt för barnen och ungdomarnas utveckling.

Vårdnadshavare informeras om klubbens drogpolicy vid säsongstart och lämnar då samtycke till våra rutiner.

Kunskap och samtal

- Spelare, ledare och föräldrar informeras om klubbens drogpolicy i samband med säsongstart.
- Ledare uppdateras regelbundet i vår drogpolicy och ges möjlighet till information och kompetensutveckling kring ungdomars droganvändning.

Ansvar

Organisationens ansvariga har ett ansvar att arbeta förebyggande, uppmärksamma tidiga signaler och att agera på misstänkta fall av drog- och/eller alkoholmissbruk. Vid misstanke om alkohol- eller drogmisbruk kontaktas verksamhetens ansvariga.

Spelare ansvarar för att följa de regler som finns inom organisationen, vilket innebär nolltolerans mot alkohol i och utanför klubbens verksamhet.



Mobbning, kränkning & trakasserier

Definitioner

Kränkande behandling: "Kränkande behandling är när barns eller elevers värdighet kränks vid enstaka tillfällen. Dessa handlingar kan utföras av en eller flera personer och riktas mot en eller flera. Kränkningar kan vara synliga och handfasta, men också dolda och subtila. De kan uttryckas genom nedsättande tilltal, ryktesspridning, förlöjligande eller fysiskt våld. Att frysa ut någon eller hota någon räknas också som kränkning" (Skolverket, rapport nr: 353/2011).

Mobbning: "en upprepad negativ handling som inbegriper att någon eller några medvetet och med avsikt tillfogar eller försöker tillfoga en annan skada eller obehag. Mobbning är något som upprepas och pågår under en längre tid" (Skolverket, rapport nr: 353/2011).

Trakasserier: "Trakasserier är kränkningar som har samband med någon av diskrimineringsgrunderna (kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder, sexuell läggning och ålder)" (Skolverket, rapport nr: 353/2011).

Handlings- och konsekvenstrappa i vardagen

Alla gör vi fel ibland och det är i mångt och mycket felen vi lär oss och utvecklas av. Vi vill vara en tillåtande förening byggd på en miljö av trygghet.

För barn och ungdomar på isen:

1. Tillsägelse av ledaren, (en gång) ledaren bestämmer och ansvarar för verksamheten på isen och i omklädningsrummet.
2. Time-out i båset (5-10 minuter) ledaren bestämmer.
3. Gå av isen- träning/match är slut för dagen. En ledare följer med individen av isen. Viktigt med uppföljning av incidenten med barnet och vårdnadshavaren.

För ledare och vårdnadshavare:

1. Prata med varandra.
2. Samtal med ungdomsansvarig alternativt en representant från föreningen.
3. Hänskjut ärendet till ungdomsansvarig alternativt en representant från föreningen.

Vid upprepande av ett icke önskvärt beteenden/ allvarliga förseelser som går emot föreningens värderingar och policy kan avstängning bli aktuellt under en period. Beslut tas av utvecklingsgruppen.

Handlingsplan vid allvarliga incidenter

- Åtgärder i fem steg vid mobbning, trakasserier, våld och/eller sexuella övergrepp.



1. SKAFFA EN BILD AV LÄGET.

Vad har hänt? Vilka är inblandade? Vid akuta ärenden se till att säkra miljön för den som är utsatt. Undvik att själva försöka utreda vad som hänt i det här steget. Om det blir ett polisiärt ärende är det viktigt att ni inte har påverkat inblandade personer.

Om den utsatta är under 18 år är det viktigt att tänka på följande:

- Ta omedelbar kontakt med vårdnadshavarna. Om problematiken misstänks finnas inom den utsattes familj ska socialtjänsten kontaktas.
- Identifiera om kontakt med socialtjänst behövs för att stötta barnet.

Om förövaren finns i föreningen är det viktigt att tänka på följande:

- Har förövaren ett förtroendeuppdrag i någon form, ska den personen ta



en "time out" under eventuell utredning.

2. ÄR DET ETT BROTT?

Om ja, polisanmäl. Vid osäkerhet kontakta polisen för rådgivning. Om det inte är ett lagbrott, undersök om det kan vare ett brott mot föreningens eller Riksidrottsförbundets stadgar. Om ja, anmäl till berört specialidrottsförbundets disciplinnämnd eller motsvarande. Om det varken är ett lagbrott eller stadgebrott så görs en utredning och följ resterande steg i handlingsplanen. Vid osäkerhet kring ärendet kontaktas RF/SISU Värmlands barn- och ungdomsansvarig eller Idrottsombudsmannen via Riksidrottsförbundet.

3. IDENTIFIERA VILKET BEHOV AV STÖD SOM FINNS hos den utsatta, tränare, ledande befattningshavare, eventuellt andra iblandade och eventuell förövare.

4. IDENTIFIERA VILKA SOM BEHÖVER INFORMATION om det som hänt samt i vilken grad. Hänsyn till personlig integritet tas i detta steg.

5. FÖLJ UPP DET SOM HÄNT tills ärendet är avslutat (ansvarigt beslutsorgan).

Visselblåsarfunktion

Vid tillfälle där man blir varse om känsliga ärenden fast man inte vill eller vågar berätta den normala vägen enligt den framtagna handlingsplanen finns en visselblåsarfunktion. Visselblåsarfunktionen erbjuder en möjlighet att konfidentiellt kommunicera misstankar om avvikelser från föreningens värderingar. Denna funktion är viktig för att minska risken för eventuell mobbning, kränkningar eller andra trakasserier och för att upprätthålla förtroendet för hela verksamheten. För mer information om funktionen eller hur man använder sig av den finner du att läsa om [här](#).

Block 2

U8-U12

Verksamheten ska utgå från den värdegrund och det uppdrag samt de övergripande mål och riktlinjer som finns framtagna av föreningen. Verksamheten ska även säkerställa att utövarna på ett fortsatt lekfullt sätt men nu med bredare inslag av ishockey får förutsättningar att utvecklas i riktning mot de kunskapskrav som kommer att ställas under block 3.

Syfte

Verksamheten U8-U12 ska stimulera utövarnas utveckling och lärande samt erbjuda utövarna en meningsfull idrottsaktivitet. Detta ska ske genom att aktiviteterna tar sin utgångspunkt i utövarnas behov, intressen och erfarenheter, men också att utövarna kontinuerligt utmanas ytterligare genom att de inspireras till nya upptäckter inom ishockey. Verksamheten i block 2 kompletterar block 1 genom att lärandet i högre grad ska vara situations- och individstyrt i allt högre grad.

Träningarna ska utformas genom stationsträning och ha så många spelare som möjligt aktiva samtidigt. Ha gärna många ledare/vuxna på isen så att alla barn blir sedda och för att kunna ge så mycket individuell feedback som möjligt. Använd övningar där flera tekniska färdigheter tränas i en och samma övning och anpassa svårighetsgraden i övningarna så att barnen upplever att de lyckas men ändå utmanas genom att de själva kan höja ribban, det stärker den



självbestämmande motivationen. Visa övningarna praktiskt istället för att rita och med ord förklara hur de går till. Detta sparar tid och gör att barnens aktivitetsgrad går upp.

Spela mycket på anpassade spelytor med olika teman. Kom ihåg att barnen vill spela hockey och att spelet därför är den bästa övningen även i träning, matcherna är ett tillfälle som syftar till lärande och utveckling. Roter positioner för att uppmuntra spelarna att prova på att spela på alla positioner (målvakt, back, forward), det främjar för möjligheten att låta alla ha samma chans att lyckas. Matchspelet i dessa åldrar sker på mindre spelytor och vid spel på mindre ytor kommer barnen alltid vara beredda att möta en motståndare vilket gör att närkampsspelet blir ett naturligt inslag i varje spel, i smålagsspel tränas nämligen flera tekniska och taktiska färdigheter samtidigt.

Övningar med fokus på att förbättra spelarnas tekniska och taktiska förmågor – två av de fyra fokusområdena som berör individens utveckling.

Centralt innehåll

- Skridskoteknik och balansövningar.
- Skridskoteknik i kombination med puckbehandling.
- Grundläggande begrepp inom spelförståelse såsom passningskugga och spelalternativ.
- Stimulans inom spelförståelse genom smålagsspel.
- Grundläggande kunskap inom skott.
- Kunskaper inom passningar, såväl teoretiskt som praktiskt, såsom sveppass, tryckpass samt forehand/backhand.

Vid träning och match

- Huvudledare ansvarar för fördelning av spelare till respektive lag.
- Vid all matchning så disponeras speltiden i syfte att låta all spela och delta så mycket som möjligt.
- Vid såväl laguttagningar som vid matchning skall fokus alltid ligga på individens långsiktiga utveckling snarare än lagets kortsiktiga resultat.

Verksamhet

- Fokus på att utveckla och utbilda individen långsiktigt.
- Arbetar med värdegrundsfrågor i linje med FBK:s värdegrund.

Utbildning

- 2-3 utbildningstillfällen/vecka inklusive fysträning.
- Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

Matcher, cuper och DM

- Lagen deltar i seriespel, poolspel samt upp till 4 cuper/spelare per säsong.
- Val av cuper görs i samråd med tränare och ungdomsansvarig.
- Alla ska ha möjlighet till att spela.
- Ingen matchning av laget får förekomma.
- Träningsnärvaro, fokus och ambition styr till viss del laguttagning där acceptansen för andra idrotter skall vara hög för att främja allsidig träning.

Ledare

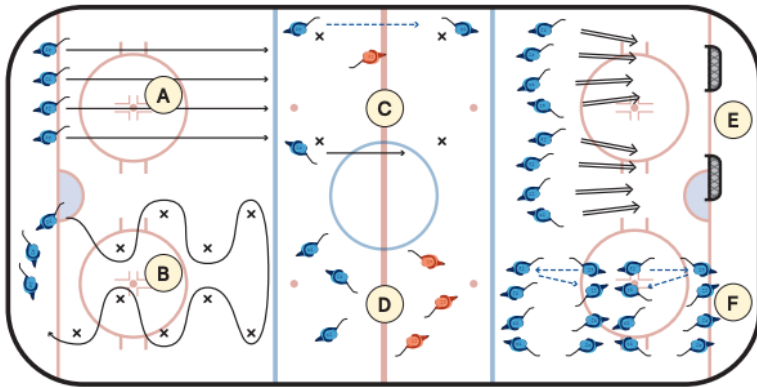
- För huvudledare (2 st per kull) är BU1 samt TL1 krav.
- Utbildning inom ramen för "Ledarakademien" erbjuds i kombination med övriga utbildningar från extern part.

- Föräldrar tillhörande första kullen för block 2 erbjuds årligen särskilt riktat utbildningstillfälle.

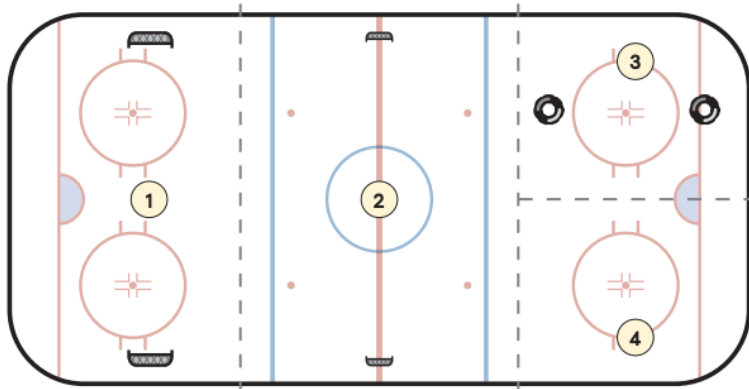
Budord ledare:

- Engagemang
- Leende på läpparna
- Uppmuntran
- Närvarande

Träningsstruktur



50% av träningstillfället: består av smålagsspel och tävling.



50% av träningstillfället: består av stationsträning.