

SÄSONGSKOMPASSEN

**En komplett checklista för U9–U16:
Daterade händelser & löpande
uppgifter**



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR



Laget checklista för Ishockeysäsongen

Poolspelslag U9-U12

Daterade händelser

1 juni–15 september: Övergångsperiod: Hantera övergångar i TSM, uppdatera spelare/ledare, laglicens.

Innan 31 augusti redovisa till sportligt ansvarig eller ungdomsansvarig ert lags planer för deltagande i tävlingsspel. Samt söka eventuella dispenser kostnadsfritt.

Senast 30 september: Säsongregistrera licenser för Spelare och ledare, registreras med i TSM.

Inför säsongstart: Kickoff/uppstartsmöte: Värdegrund, roller, samåkning, mikro-uppdrag, föräldramöten.

15 december: Utbildningskontroll: om tränare saknar rätt behörighet efter 15 dec kommer föreningen att faktureras en avgift på 4000:-. Se därför till att genomföra era utbildningar i god tid.

April: Säsongsavslutning: Sammanställ lagets år utifrån enkät, SWOT, ekonomi, ledarmöten i en rapport till föreningsstyrelse.

Maj–juni: Planera för kommande säsong. (rekommenderas, ej krav).





Poolspelslag U9-U12

Löpande uppgifter

Inför säsong: Innan säsongen påbörjas, ansvarar lagledare och huvudtränare tillsammans med övriga ledare för att göra en säsongsplanering.

Varje vecka: Teambuilding före/efter ispass (lek, samarbete). Samåkning för bortamatcher enligt Riksidrottsförbundets hållbara resvanor.

Var 2–3 vecka: Målvaktspass med utrustningsgenomgång. Stimulera och utbilda fler att vilja vara målvakt.

Var 3–4 vecka:

- o Planeringsmöte: kommunicera status till föräldragrupp, uppdatera budget, Uppföljning: spelarutvecklingsplan och värdegrund.
- o Spelarutvecklingsplan: Var 3-4 vecka samlas alla ledare kopplat till det egna laget. (isledare, lagledare, materialare, övriga roller?) Avstämning kring helheten, (trivsel och mående hos spelare och ledare. Aktiviteter och arbetsuppgifter utanför isen). Utvärdering av föregående 3-4 veckor samt planering för kommande 3-4 veckor på is. Vid planering/utvärdering säkerställ att vi arbetar utifrån spelarutvecklingsplanen och vår planering samt att hänsyn tas till spelarnas behov, förmåga och kunskapsnivå. Fokus på att skapa den bästa utvecklingsmiljön för ALLA spelare.
- o Ledare håller kortare info-möten med föräldrar (10min) varje månad, alternativt skickar ut en kortare text kring vad vi arbetat med senaste månaden samt vad vi ska arbeta med kommande period.
- o Spelarsamtal (5–10 min) med varje spelare (fokus på delaktighet, trygghet, utveckling).
- o Föräldramöte: Uppföljning av aktiviteter, ekonomi, planering framåt, mikro-uppdrag, värdegrund.
- o

Inför varje poolspel:

- ☐ Registrera lag/spelare i www.madm.swehockey.se enligt Tävlingsbestämmelser.
- ☐ Matchvärd: Hälsa lag/domare, stötta i omklädning/läktare, rapportera incidenter.
- ☐ Domarmottag: hälsa på domarna, omklädningsrum och eventuell ersättning.

Varje månad:

- ☐ Utrustningsvård: Kontroll av skridskor (slip & skruv), hjälm (spänne & galler), klubba (längd & tejp), skydd (samtliga kroppsskydd och om det finns oskyddade kroppsdelar), tandskydd.
- ☐ Ekonomi: Uppdatera budget, kommunicera status till föräldragrupp.
- ☐ Uppföljning och träningsplanering: Följer laget spelarutvecklingsplan och värdegrund?
- ☐ TSM-administration, utbildningsplanering, rullera föräldrauppdrag (kiosk, matchvärd, samåkning).

I slutet av säsongen:

- ☐ Lagledare och huvudtränare tillsammans med övriga ledare ansvarar för att göra en utvärdering av säsongen för att identifiera styrkor och utvecklingsområden. Denna används som en del av underlaget för kommande verksamhetsårs säsongsplanering.



Ungdomslag U13-U16

Daterade händelser

1 juni–15 september: Övergångsperiod: Hantera övergångar i TSM, uppdatera spelare/ledare, laglicens.

1 augusti/Inför säsong: Innan säsongen påbörjas, ansvarar lagledare och huvudtränare tillsammans med övriga ledare för att göra en säsongsplanering.

Innan 31 augusti redovisa till sportligt ansvarig eller ungdomsansvarig ert lags planer för deltagande i tävlingsspel. Samt söka eventuella dispenser kostnadsfritt.

Senast 30 september:

- ☐ Senast 30 september: Säsongsregistrera licenser för Spelare och ledare, registreras med i TSM.
- ☐ Inför säsongsstart: Kickoff/uppstartsmöte: Värdegrund, roller, samåkning, mikro-uppdrag, föräldramöten.

15 december: Utbildningskontroll: Samtliga ledare/tränare har rätt behörighet/licens.

April: Säsongsavslutning: Sammanställ lagets år utifrån enkät, SWOT, ekonomi, ledarmöten i en rapport till föreningsstyrelse.

Maj–juni: Planera för kommande säsong. (rekommenderas starkt, ej ett krav).

- ☐ Föräldraforum(Svensk Ishockeymaterial)
- ☐ Matchvärdutbildning
- ☐ Sekretariatsutbildning (OVR light m.m.)
- ☐ Lagledare och huvudtränare tillsammans med övriga ledare ansvarar för att göra en utvärdering av säsongen för att identifiera styrkor och utvecklingsområden. Denna används som en del av underlaget för kommande verksamhetsårs säsongsplanering.



Ungdomslag U13-U16

Löpande uppgifter

Varje vecka: Teambuilding före/efter ispass (samspel, värdegrund). Samåkning för bortamatcher enligt Riksidrottsförbundets hållbara resvanor.

Var 1–2 vecka: Målvaktsträning/teknikpass.

Var 3–4 vecka:

- ☐ Spelarutvecklingsplan: Var 3–4 vecka samlas alla ledare kopplat till det egna laget (isledare, lagledare, materialare, övriga roller). Avstämning kring helheten, trivsel och mående hos spelare och ledare, samt aktiviteter och arbetsuppgifter utanför isen. Utvärdering av föregående 3–4 veckor samt planering för kommande 3–4 veckor på is. Vid planering/utvärdering säkerställ att vi arbetar utifrån spelarutvecklingsplanen och vår planering samt att hänsyn tas till spelarnas behov, förmåga och kunskapsnivå. Fokus på att skapa den bästa utvecklingsmiljön för ALLA spelare.
- ☐ Ledare håller kortare info-möten med föräldrar (10 min) varje månad, alternativt skickar ut en kortare text kring vad vi arbetat med senaste månaden samt vad vi ska arbeta med kommande period.
- ☐ Spelarsamtal (5–10 min) med varje spelare (fokus på delaktighet, trygghet, utveckling).
- ☐ Planeringsmöte: kommunicera status till föräldragrupp, uppdatera budget, uppföljning av spelarutvecklingsplan och värdegrund.
- ☐ Föräldramöte: uppföljning av aktiviteter, ekonomi, planering, mikro-uppdrag, värdegrund.
- ☐ Spelarsamtal (10–15 min) med varje spelare (delaktighet, motivation, skolbalans).

Inför varje match:

- ☐ Registrera laget i OVR light enligt tävlingsbestämmelser.
- ☐ Matchvärd: Hälsa lag/domare, patrullera publik/omklädningsrumsgången, rapportera eventuella incidenter.
- ☐ Domarmottag: hälsa på domarna, omklädningsrum och eventuell ersättning.

Varje månad:

- ☐ Utrustningsvård: Kontroll av skridskor (slip & skruv), hjälm (spänne & galler), klubba (längd & tejp), skydd (samtliga kroppsskydd och om det finns oskyddade kroppsdelar), tandskydd.
- ☐ Ekonomi: Uppdatera budget, kommunicera status till föräldragrupp.
- ☐ Uppföljning och träningsplanering: Följer laget spelarutvecklingsplan och värdegrund?
- ☐ TSM-administration, utbildningsplanering, rullera föräldrauppdrag (kiosk, matchvärd, samåkning).



SAMMANFATTNING

Låt den här checklistan bli er motor – varje avprickat moment är ett steg närmare starkare gemenskap, bättre prestation och en gladare hockeyvardag.

Tänk er hur stämningen stiger när laget vet att allt är förberett, från första välkomstmejl till sista enkät; hur trygghet och tydlighet frigör energi för lekfull träning och målmedveten matchdag.

När föräldrarna rycks med i engagemanget och känner att deras insatser gör skillnad, växer både laget och föreningen i stolthet.

Era målvakter blir trygga pelare, spelarsamtalen tändar viljan att utvecklas, och teambuilding-övningarna knyter banden starkare än någonsin.

Använd listan som en daglig påminnelse om att ni skapar mer än hockey – ni bygger framtid, föreningskänsla och minnen som bär genom hela livet.

Nu kör vi – mot säsongens alla framgångar!

FÅGOR?

Spelar och ledarutveckling –

patrik.fagerlund@ishockeyforbundost.se

Tävlingsrelaterade frågor –

tavling.us@ishockeyforbundost.se

Föreningsärenden –

anton.wallgren@ishockeyforbundost.se