

REGLEMENT FOR LØRENSKOG ISHOCKEYKLUBB AIL

Oppdatert april 2017



Hardt arbeid, ferdig snakka!



Kjære Lørenskogmedlem!

Lørenskog Ishockeyklubb AIL er en klubb i sterk framgang. I løpet av få år har klubben etablert seg helt i toppen av norsk ishockey og er kanskje landets beste klubb. Dette hadde vi selvfølgelig ikke vært uten den enorme dugnadsinnsatsen som lagets medlemmer har lagt ned i klubben gjennom flere år. Vi kan med rette være stolte av det vi har oppnådd, men vi vil stadig utvikle oss.

Som et ledd i klubbens kontinuerlige ønske om å bli bedre, i alle ledd, har vi oppdatert reglementet for Lørenskog ishockeyklubb AIL. Hensikten med dokumentet er både å kvalitetssikre den virksomheten som finner sted blant de yngste, men også å inspirere til videre innsats. Hockeysportens fremtid ligger i bredde.

Lørenskog Ishockeyklubb legger til grunn at toppen aldri kan bli høyere enn det bredden kan bære. Samtidig trenger bredden noe å strekke seg etter. Lørenskog Ishockeyklubb ønsker derfor å vise gjennom handling at i denne klubben er det plass til alle. Lørenskog Ishockeyklubb er en klubb både for dem som ønsker store sportslige utfordringer og for dem som "bare" søker idrettslig felleskap i verdens mest spennende lagspill. Stolte øyeblikk finnes på alle nivåer!

Reglementet er bindende for alle i klubben, og vil oppdateres i takt med utviklingen for øvrig. Styret og laglederne har som oppgave å sørge for å gjøre alle eksisterende medlemmer i klubben kjent med policydokumentet. Ved innmelding i, eller overgang til, klubben gjøres alle nye medlemmer kjent med dokumentet, og vedkjenner seg derigjennom innholdet.

Med sportslig hilsen

Magne Gloppen
Styreleder Lørenskog Ishockeyklubb Allianseidrettslag
April, 2017

INNHALDSFORTEGNELSE

Forside	1
Velkommen til Lørenskog ishockeyklubb Allianseidrettslag	2
Innholdsfortegnelse	3
Lørenskog Ishockeyklubb (LIK)	5
Årsmøtet	5
Styret	5
Sportslig utvalg	5
Trenere	6
Lørenskogs krav til trenerne	6
Lagleders oppgaver	7
Kasserers oppgaver	8
Avgifter og lisenser	8
Bøtesystemer i lagene	8
Felles retningslinjer	9
Sportslige målsetninger	9
Sesongens varighet og planlagt treningsmengde	9
Utviklingstrapp	10
Spilletid	11
Krav til oppmøte og holdninger	12
Konsekvenser av å ikke følge reglementet	12
Trening og spill med eldre eller yngre aldersgrupper enn egen alder	12
Overgang til LIKAIL	13
Målvakter	14
Retningslinjer for utøvere fra hockeyskole til og med 12 år	15
Idrettens barnerettigheter	15
1. Trygghet	15
2. Vennskap og trivsel	15
3. På barnas premisser	16
4. Mestring	16
5. Påvirkning	16
6. Frihet til å velge	16
7. Konkurranser for alle *	16

Krav til utstyr	16
Retningslinjer for utøvere; U14, U15 og U-16.	18
Laguttak til kamper	18
Spillermøter og individuelle spillersamtaler	18
Retningslinjer for utøver U18 og U20	19
Utvelgelse av utøvere til U18 – U20	19
Kjennetegn på ekte LIK-spillere	20
Kjennetegn på gode ledere og trenere i LIK	21
Kjennetegn på gode SUPPORTERE i LIK	23
10 bud for en vellykket skøyte- og ishockeyskole	24
Retningslinjer for bruk av sosiale medier	25
Nettvettregler	26

LØRENSKOG ISHOCKEYKLUBB AIL (LIKAIL)

LIKAIL er medlem av Norges Ishockey Forbund (NIHF), Norges idrettsforbund (NIF) og Akershus Ishockeykrets (AIK) og følger de lover og retningslinjer som gjelder for organisert barne- og ungdomsishockey besluttet av NIHF og NIF. Lørenskog ishockeyklubb Elite(GET-laget) er skilt ut som en egen klubb, og utgjør sammen med LIK AIL Lørenskog ishockeyklubb.

ÅRSMØTET

Årsmøtet er klubbens øverste beslutningsorgan. Årsmøtet velger et styre som har ansvaret for den daglige driften av klubben.

Årsmøtet innkalles med minst 1 måneds varsel. Alle medlemmer over 15 år som har vært medlem i minst 3 måneder og som ikke skylder kontingent har stemmerett på årsmøtet. Bare personlig fremmøte gir stemmerett, ikke fullmakter.

STYRET

Styret velges på årsmøtet i klubben og har ansvaret for klubbens totale virksomhet. Forslag til tiltak og endringer som berører klubbens virksomhet skal behandles i styret og eventuelt på årsmøtet. Styret ansetter trenere og utpeker sportslig utvalg. Styret godkjenner også ledere for de enkelte lagene. Styret har sammen med sportslig utvalg ansvaret for å påse at alle følger de regler og retningslinjer som til enhver tid er fastsatt for virksomheten, herunder dette reglementet.

SPORTSLIG UTVALG

Sportslig utvalg rapporterer til styret.

Sportslig utvalg utpekes av styret, og består normalt av keeperansvarlig og trenere fra ulike aldersnivåer i klubben. Sportslig utvalg skal fungere som et arbeidsutvalg for trenerforum. Alle sportslige avgjørelser fattes av sportslig utvalg. Alle beslutninger skal være i samsvar med klubbens regler og retningslinjer. Ved eventuell uenighet i sportslig utvalg er det styreleder i klubben som avgjør om saken skal styrebehandles. Sportslig utvalg skal avholde minst tre trenermøter pr sesong. (fortrinnsvis august, desember og mars).

Utvalgets hovedoppgaver er:

- å innstille trenere
- sikre rettferdig fordeling av istid for alle lag
- sikre et godt treningstilbud for de ulike nivåene i klubben
- å stå sportslig ansvarlig for høst- og vintercamp,
- å stå sportslig ansvarlig for skøyte- og ishockeykolen,
- å følge opp trenere,
- å gjennomføre ulike prosjekter som for eksempel back, løper og keeperprosjekter osv.

TRENERE

Alle trenere undertegner kontrakt med klubben hvor plikter og rettigheter fremgår. Klubbens målsetting er at samtlige trenere gjennomgår NIHF's trenerutdanning eller tilsvarende. Utover dette tilbyr klubben både internt og eksternt kompetanseutvikling for sine trenere og ledere gjennom lagledermøter, trenerforum, deltagelse på kurs i regi av NIHF og studieturer.

Hovedtreneren for de respektive lag skal før hver sesong presentere sitt lags sportslige plan for sesongen til sportslig utvalg, som er ansvarlig for å godkjenne planen. Dersom utvalget har kommentarer til planen skal dette diskuteres med den aktuelle trener og eventuelt løftes til styret.

LØRENSKOGS KRAV TIL TRENERNE

Hovedtrener er sportslig ansvarlig for laget. Treneren er også ansvarlig for å utvikle de sportslige ferdighetene til den enkelte utøver. Assistenttreneren er hovedtrenerens nærmeste rådgiver i spørsmål om trening og utvikling av idrettsferdigheter, samt sammensetning av laget.

Trenerne skal:

- Være et forbilde for utøverne i forhold til holdninger og utvise en atferd som bidrar til at utøverne får respekt og tillit til trenerne og de andre utøverne.
- Legge til rette for trivsel,
- Legge til rette for idrettslig vekst gjennom positiv rettleiding,
- Vektlegge læringseffekt både i trening og kampsituasjoner,
- Ta ansvar dersom utøvere blir utsatt for mobbing,
- Oppmuntre til Fair Play,
- Avholde minst to spillersamtaler med hver enkelt utøver fra og med U13 i løpet av sesongen
- Være til stede på foreldremøter for å legge frem planer og strategi
- Følge opp skadede spillere og legge forholdende til rette for at de kan trene alternativt samt tilrettelegge for en trygg og effektiv vei tilbake til full kampform.
- Bistå spillerne med å finne den rette balansen i triangelet trening/ernæring/hvile.

LAGLEDERS OPPGAVER

Laglederen har en svært viktig rolle i laget både som bindeledd og som tilrettelegger. Laglederens hovedoppgave er administrativt å tilrettelegge for lagets aktivitet og er styrets representant mot foreldregruppa. Lagleder velges av foreldre på foreldremøte etter hver sesong og senest innen 30. april, og godkjennes deretter av styret. Avtroppende lagleder plikter å innkalle til dette møtet og står ansvarlig for at det velges et nytt lagstyre. Det nye lagstyret skal meldes inn til styret.

Lagleders hovedoppgaver er:

- Organisere laget med kasserer, materialforvalter, kaffeansvarlig, dugnadsansvarlig og eventuelt assisterende lagleder
- Lagleder skal sørge for at det alltid er voksne tilstede i garderoben før og etter trening og kamp.
- Ajourføre lister over spillere og foreldre/foresatte,
- Å informere om kamper,
- Å avholde foreldremøter (minst tre per sesong), referater sendes til styret.
- Å sette opp organisasjonsplan for hjemmekamper (sekretariat, dommer etc.),
- Å tilrettelegge for reiser til bortekamper (bestille buss/fly etc.),
- Å være tilstede i boksen under kamper,
- Å vedlikeholde kunnskap og ferdigheter i førstehjelp (kurs gis hver høst),
- Å følge opp sportslige avgjørelser tatt av treneren,
- Lagledere som ikke fungerer kan bli avsatt av styret, og foreldregruppen må da velge ny lagleder.

KASSERERS OPPGAVER

Kasserers hovedoppgaver er:

- Holde orden på lagregnskapet,
- Betale dommere i hjemmekamper,
- Legge frem regnskap på hvert foreldremøte.

AVGIFTER OG LISENSER

Alle spillere betaler sin kontingent, treningsavgift og spillerlisens ved forfall. For spillere som ikke betaler kontingenter og treningsavgifter innen forfall kan det bli innført midlertidig trenings- og kampnekt inntil det skyldige er betalt. Den årlige trenings- og medlemsavgiften i Lørenskog Ishockey fastsettes av årsmøtet.

Alle spillere og foreldre i Lørenskog AIL forplikter seg til å gjennomføre minst én felles klubbdugnad i året til inntekt for klubben.

FORBUD MOT "BØTESYSTEMER" I LAGENE

Det er ikke tillatt med egenadministrerte såkalte «bøtesystemer» i Lørenskog AIL. Dette gjelder for alle årsklasser til og med U18. Det er lagleders ansvar å påse at slike systemer ikke etableres i lagene, og at eventuelle eksisterende ordninger avvikles. Bakgrunnen for forbudet er flere negative erfaringer i klubben med slike ordninger. Lagene må gjerne ha lagregler eller lignende, så fremt disse ikke er i strid med klubbens regler eller policy, men disse skal i så fall håndheves av lagleder/trener, og ikke av barna/spillerne selv.

FELLES RETNINGSLINJER

LIK ønsker å ha et sportslig tilbud som er tilpasset den enkelte utøver. Fra U14 vil den enkeltes ferdigheter, innsats og holdninger vektlegges i gradvis større grad og vil være med på å bestemme hvilken plass utøveren skal ha i laget.

LØRENSKOG AIL SPORTSLIGE MÅLSETNINGER

1. LIKAIL skal ha lag i alle årsklasser.
2. Fra U14 og opp skal lagene være blant de fem beste i A-puljene.
3. LIKAIL skal ha minst 6 spillere på kretslandet U15.
4. LIKAIL skal ha minst to landslagsspiller på aldersbestemte landslag.
5. Utvikle egne spillere til klubbens A-lag.

SESONGENS VARIGHET OG PLANLAGT TRENINGSMENGDEN

Aldersgrupper	Sesong varighet (fra – til)	Trening og kamper (inkl. off ice) (timer/uke)	Krav til deltakelse på trening	Sommertrening (timer/uke)
Hockeyskolen	Okt- mars	1	Ingen	-
U7 (under 7 år)	Aug - April	2 -4	Ingen	-
U8 (under 8 år)	Aug - April	2 - 4	Ingen	-
U9 (under 9 år)	Aug - April	2-4	Ingen	-
U10 (under 10 år)	Aug - April	2-4	Ingen	-
U11 (under 11 år)	Aug - April	4-6	Ingen	1-2
U12 (under 12 år)	Aug - April	4-6	Ingen	1-2
U13 (under 13 år)	Aug - April	4-6		1-2
U14 (under 14 år)	Aug -April	6-8	Tillegges stor vekt	3-5
U15 (under 15 år)	Aug – April	9-12	-"	7-10
U16 (under 16 år)	Aug - April	9-12	-"	7-10

Fra U13 skal det avholdes minst 2 spillemøter for hele laget per år. I tillegg skal det gjennomføres minst 1 individuell spillersamtale per år. Disse møtene er trenerens ansvar. Fra U14 skal lagene gjennomføre de sportslige kravene som kommer fra Norges ishockeyforbunds sportslige utvalg. Gjelder for de klubbene som har lag i A puljene.

UTVIKLINGSTRAPP

LIK legger prinsippene i Learn to play til grunn for den aldersbestemte aktiviteten.

Hovedprinsippene i junioravdelingen utviklingsfilosofi kan oppsummeres med følgende tabell:

Nybegynnere:	Ishockey er en komplisert idrett og det er derfor viktig å begynne forholdsvis tidlig. Alle nybegynnere starter på skøyteskolen når de er ca 5-6 år. Noen kan også være litt yngre. Det er påbudt med hjelm. Den første tiden trenes mest skøyteøvelser uten kølle og puck. Barn utvikler seg i ulikt tempo og det er derfor viktig at også foresatte viser tålmodighet. Frem til barna er 7 år kan de trene med U7 i tillegg til å delta på skøyteskolen.
Barnehockey (U8-U13)	Klubben definerer barnehockey fra å strekke seg fra U7 til og med U13. Disse aldersgruppene deles inn i trenings- og kampgrupper for hvert alderstrinn, med unntak av U7 – U9 som hovedsakelig samles i en treningsgruppe (dette for å sikre mer istid for våre yngste spillere). Generelt gjelder at alle spiller på sitt eget alderstrinn. Unntak fra denne regelen kan gjøres i de tilfellene hvor sportslig leder i samråd med hovedtrener mener at det er til det beste for spilleren. Teknikkutvikling, modenhet, og kameratskap er tre viktige faktorer som blir vurdert i slike tilfeller. Det kan også være praktiske og sosiale hensyn som er i en slik vurdering. (Se for øvrig avsnittet for trening og spilling i annen årsklasse i det foreliggende reglement). Seriespillet starter fra U9 med miniserierunder for klassene U9 og U10. Det spilles på tvers på liten bane med mini vant. Fra og med U11 er seriespillet organisert av Norges Ishockeyforbund og Akershus Ishockeykrets og det spilles på stor bane. Det er taklingsforbud i alle klasser. Alle spillere skal spille like mye i disse aldersgruppene. Ingen topping skal forekomme.
Ungdomsishockey (U14-U15-U16)	Perioden fra og med U14 og til og med U16 defineres av klubben som ungdomsishockey. Da begynner klubben å forberede spillerne på det som kreves for at de skal utvikle seg optimalt ut i fra sine egne forutsetninger. Både treningsmengden og kravene til de enkelte spillerne øker gradvis. Spillere vil utvikle seg i ulikt tempo på grunn av pubertetsutvikling, modenhet, styrke, evne til å tåle trening, utenomsportslige faktorer, deltagelse i andre idretter etc. Kravet til deltagelse på treninger blir høyere.
Elite - Juniorishockey (U18-U20):	Juniorishockeyen har som mål å ivareta alle spillerne som ønsker å satse på ishockey som sin hovedidrett. Klubben ønsker å gi alle et så godt tilbud som mulig slik at de som ønsker det får så bra treningsmuligheter at de kan utvikle seg til å bli best mulig ut ifra egne forutsetninger. Klubben ønsker at flest mulig kvalifiserer til aldersbestemte krets- og landslag. Trening og teoriundervisning/video skal ha høy prioritet.

	<p>Troppen til U18 og U20 tas ut etter 3 uker på is og man er ikke lenger garantert en plass i spillertroppen.</p> <p>Klubben kan bestemme at juniorspillere som ikke følger klubbens treningsopplegg, ikke er motivert, viser dårlige holdninger eller ligger for langt etter ferdighetsmessig ikke får plass i laget. I de fleste slike tilfeller så vil klubben være behjelpelig med å finne alternative klubber å spille for.</p> <p>Disse aldersgruppene trener som \en eller to treningsgrupper, avhengig av antall spillere.</p>
--	---

SPILLETID

Opp til og med U13 skal alle utøvere på laget få lik spilletid. Fra U14 er det trenerens sportslige vurderinger, både de kortsiktige og de langsiktige, som styrer spilletiden. Det er opp til treneren om laget skal gå for det ekstra bonuspoenget for rullering på tre rekker før hver kamp. “Coaching” kan følgelig benyttes fra U14 og oppover. “Coaching” betyr i denne sammenhengen at treneren disponerer spillermateriellet i boksen med den hensikt å vinne kampen.

Det er i LIKAIL’s policy et ønske om at flest mulig spillere skal ønske å være med lengst mulig, og behovet for coaching i den enkelte kamp skal av trenere vurderes opp mot dette. Det er derfor ønskelig at trenere i LIKAIL ser verdien av rullering som noe mer enn bare for å oppnå bonuspoeng, da dette også sikrer bredere spillergrupper lengre oppover, og at dette bør være hovedregelen i LIK AIL, men at dette kan fravikes ve spesielt viktige kamper.

Om en aldersklasse stiller flere lag i cup eller seriespill skal man opp til og med U13 etterstrebe å dele inn så jevne lag som mulig, samtidig som man tar hensyn til den forventede motstand. Om et årskull ønsker å melde opp to lag til seriespill skal det godkjennes av sportslig utvalg.

Klubben oppfordrer alle lag til å delta på cuper iht. NIHF’s bestemmelser. Slik deltakelse dekkes av lagene selv, med unntak for det yngste laget i etableringsfasen.

KRAV TIL OPPMØTE OG HOLDNINGER

- Det er i klubbens klare interesse at utøverne både driver med flere idretter og at de henger med i skolearbeidet. Treningsoppmøtet vil derfor kunne variere. Det er derfor viktig at treneren og utøveren kommer frem til gode løsninger både for laget og for den enkelte. Hovedregelen er at sunn fornuft skal gjøres gjeldende på alle alderstrinn.
- I utgangspunktet er oppmøtet på treninger for spillere opp til U13 frivillig, men alt fravær varsles hovedtrener så tidlig som praktisk mulig.
- Fra U14 og oppover vil kravet til treningsoppmøtet skjerpes og treneren kan i større grad enn for de yngre lagene legge treningsoppmøtet til grunn for laguttak. Klubben oppfordrer alle trenere til å føre oppmøteprotokoll, men fra og med U14 er det obligatorisk å føre statistikk for treningsoppmøte.
- Fra U14 og oppover kan uteblivelse fra trening uten forklart og varslet fravær føre til redusert spilletid og eventuelt karantene fra kamper. Ved gjentatte episoder kan trener i samråd med sportslig utvalg beslutte å vise utøver ut av klubben.

KONSEKVENSER AV Å IKKE FØLGE REGLEMENTET

- Atferd som ikke er i henhold til “Kjennetegn på ekte LIK-spillere” kan straffes med karantene fra kamper og i de alvorligste tilfeller utvisning fra klubben. Det siste avgjøres eventuelt av styret.
- Straff/sanksjoner utøves av hovedtrener og meldes utøver, foreldre og lagleder, samt sportslig leder som journalfører hendelsene
- Atferd som ikke er i henhold til “Kjennetegn på gode trenere og ledere i LIK” kan i alvorlige tilfeller medføre at man mister arbeidsoppgavene i klubben. Vedkommende kan i særdeles alvorlige saker ekskluderes fra klubben. I begge tilfeller er det styret som fatter den endelige beslutningen.
- Klubben oppfordrer de enkelte lag til selv å utarbeide utfyllende regler for hvordan man ønsker å ha det i laget uten å bruke bøtesystem som virkemiddel.
- Klubben har nulltoleranse for doping og andre forsøk på å tilrive seg fordeler som bryter med idrettens verdigrunnlag.

TRENING OG SPILL MED ELDRE ELLER YNGRE ALDERSGRUPPER

Generelt:

Hospitering er først og fremst et tilbud om mer trening. En forutsetning er at utøveren stiller på aktiviteter organisert med eget lag og prioriterer dette. Tilbudet er i tillegg til, og ikke i stedet for.

I Lørenskog AIL anses muligheten for å spille og trene med andre årganger som et verktøy for å oppnå mestring og utvikling. For spillerne er dette en mulighet og et privilegium - ikke en rettighet.

Sportslig utvalg styrer praksisen rundt hospitering mellom lagene, og har ansvaret for at dette er kjent blant alle trenere i klubben. Laglederne er ansvarlige for å gjøre foreldre i lagene kjent med formålet og praksisen. Eventuelle uklarheter eller uenigheter rundt hospitering skal bringes til SU for avklaring og avgjørelse.

Lagleder/trener spør spillere/foreldre om hvem som ønsker mertrening. Trenere i dialog med foreldre fordeler gruppene på mertrening med laget over og under. Trenere har dialog med trenere over og under om antall spillere til hver trening. Ved behov settes det opp rullering. Hvem som ønsker mertrening endrer seg i løpet av sesongen og påmelding er dynamisk.

Trening eller spill med samarbeidslag organiseres av trener for det aktuelle laget i LIK AIL i dialog med trener for samarbeidslaget. Spillere i LIK AIL forholder seg til beskjed fra egen trener.

- a. Hovedregelen er at alle i klubben spiller på det laget de aldersmessig tilhører.
- b. Spillere kan flyttes opp til eldre eller ned til yngre lagenenheter, for enkelte kamper, i perioder eller over lengre tid (jfr. NIHFs-reglement).
- c. Klubben ønsker å legge forholdene til rette både for utøvere som viser spesielle ferdigheter og innsatsvilje og for utøvere som trenger lenger tid enn sine jevnaldrende. Klubben oppfordrer derfor lagene til å legge forholdene til rette for at spillerne kan, så langt det passer, delta på treninger til både eldre og yngre lag.
- d. Lagets hovedtrener kan, i samarbeid med sportslig utvalg, vurdere om enkelte skal få trene og/eller spille i andre årsklasser på mer permanent basis. Treneren skal ta hensyn til utøverens egne synspunkter og utvikling. Hovedtrener informerer først foresatte om beslutningen, før spilleren orienteres.
- e. I situasjoner hvor en utøver spiller på flere lag skal spilleren primært spille på sitt eget lag om kampprogrammet kolliderer. Leder sportslig utvalg kan i samråd med trenere på begge berørte lag gjøre unntak fra denne regelen.

Utdypende retningslinjer for trening/kamp opp eller ned med ulik bakgrunn for tilbudet:

1. Trening eller kamp opp/ned vurderes etter følgende kriterier:
 - a. Spillerne er vurdert ut fra en sportslig vurdering, og er så god at de bør trene og spille med en lagenhet høyere opp.
 - b. spillerne kvalifiserer ikke ift punktet ovenfor, men er interessert i mer istid, og en lagenhet over/under har anledning til å ha noen flere på trening.
 - c. Spillerne er vurdert ut i fra en sportslig vurdering at de bør trene ned for å forbedre grunnleggende ishockey ferdigheter.
 - d. Ved spill/trening opp eller ned flere enn 1 årsklasse skal være godkjent av sportslig utvalg. Kriteriene bør her være eksepsjonelle sportslige ferdigheter/talent på den spiller som får tilbudet.

2. Objektivitet og rettferdighet

- a. Som hovedregel skal alle vurderinger om spill opp/ned gjøres ut i fra et klubbhensyn hvor rettferdighet er et viktig prinsipp. I rettferdighet ligger at det bør være en mest mulig lik vurdering av alle tilfeller mht. punkt 1a. I slike tilfeller bør derfor ved uenighet vurderes av sportslig utvalg.
- b. Som hovedregel for alle vurderinger rundt tilbud om ekstra istid (punkt 1b) skal ligge i grunn at dette er rettferdig forvaltning av istid mot klubbens medlemmer. I dette ligger at et tilbud skal tilgjengeliggjøres til alle som kvalifiserer for tilbudet. Om tilbudet tilbys mange er ikke "førstemann til mølla" riktig prinsipp, men rullering ift. en påmeldingsfrist el.

3. Spille kamper

- a. Spill for lagenheter høyere, skal som hovedregel kun skje med bakgrunn i saker hvor spillerne er vurdert ut i fra punkt 1.A., unntak fra denne hovedregel skal bare skje om en lagenhet høyere "mangler" spillere, eller om saken gjelder spill ned at det foreligger særlige hensyn ref til punkt 1.C, i dette tilfellet skal det søkes til NIHF for å få godkjennelse for dette.
- b. Ved unntakstilfeller som nevnt over ref. "mangler spillere" skal lagleder/trener for laget som "avgir spillere" bestemme hvem som får tilbudet i tråd med å bruke klubbens hovedregel 2.A som grunnlag for utvelgelse tom U13 (barneidrett), ikke alle barn ønsker å spille opp, og kan derfor velge å avstå, men alle skal være med i "grunnlaget" det spørres mot.
- c. For alderstrinn høyere enn U13 vurderes spillere ut i fra ferdigheter, og blir spurt i denne rekkefølgen, det bør etterstrebtes her også å rullere på aktuelle spillere, hvis ferdighetsnivået er relativt likt ref punkt 2.A.

TIL ETTERTANKE

Ishockey er en kompleks idrettsgren. Spillere som av ulike grunner begynner tidlig på skøyter kan derfor få et betydelig forsprang. For ikke å miste potensielt store talenter, som av ulike grunner har kommet relativt sent inn i hockeysporten, er det derfor viktig at den nivåforskjellen som er der når barna er små ikke konserveres ved at man tidlig begynner å matche spillerne forskjellig.

Det kan ofte bli en selvoppfyllende profeti om man blinker ut de beste spillerne som 8/10-åringer og dyrker dem opp igjennom årsklassene. Blant de som ikke utmerker seg som 8 åringer kan det være mange som kunne ha blitt gode seniorspillere om man ikke tidlig har bestemt seg for at vedkommende “ikke har det i seg”.

OVERGANG TIL LIK

- a. Hovedprinsippet er at alle som har lyst skal få spille hockey i LIK, men klubben ønsker ikke å bli bedre gjennom å gjøre andre klubber dårligere. LIK skal derfor primært basere sin virksomhet på egen spillerutvikling. Klubben ønsker følgelig ikke aktivt å rekruttere spillere fra andre klubber i nærområdet.
- b. Dersom en utøver tilhørende en annen klubb, eller som har spilt for en annen klubb siste sesong, ønsker å spille i LIK skal denne henvendelsen rettes hovedtrener eller lagleder for det aktuelle laget. Hovedtrener retter deretter en begrunnet søknad evt. avslag til sportslig utvalg som i hvert enkelt tilfelle avgjør om spilleren ønskes velkommen eller ikke. Styret er ankeinstans. Grunnen til denne fremgangsmåten er at en god løsning for laget eller den enkelte spiller ikke nødvendigvis er en god løsning for klubben som helhet.
- c. Ingen aktive spillere fra andre klubber kan trene med klubben uten at klubben som spilleren har lisens for har godkjent dette.
- d. Klubben forplikter seg til å følge de til enhver tid gjeldende overgangsbestemmelsene til NIF og NIHF.

MÅLVAKTER

- a. Ishockey er en idrett hvor målvakten ofte spiller en kampavgjørende rolle. Klubben legger derfor vekt på å utvikle målvakter som er trygge i rollen.
- b. Hovedregelen er at man ikke begynner å “dyrke” potensielle målvakter før på U10 og at man ikke har faste målvakter før U11.
- c. Klubben holder keeperutstyr, dvs. keeperskinn, vest, snapp og spakhanske for utøvere til og med U13.

RETNINGSLINJER FOR UTØVERE FRA HOCKEYSKOLE TIL OG MED 12 ÅR

LIKAIL har som målsetting å tilby aktiviteter hvor idrettens barnerettigheter og ”bestemmelser om barneidrett” praktiseres. Disse reglene ivaretar barns rettigheter til å få et treningstilbud som er tilpasset det enkelte barnet.

Idrettens barneregler gjelder til og med 12 år, og kan oppsummeres i følgende formel:

Trygghet + mestring = trivsel

IDRETTENS BARNERETTIGHETER

Motivasjonen for at barn driver med idrett er at de synes det er moro. Sammen med venner får de opplevelser og lærdom for livet. Det er dette fundamentet alle trenere, ledere og foreldre skal være med å ta vare på og videreutvikle. Dette innebærer at:

- Idrettsaktivitetene foregår på barnas premisser og at alle barn inkluderes i idrettslaget uavhengig av ambisjoner og ferdigheter.
- Det sikres et tilbud uten forskjellsbehandling og uten hensyn til barnets og dets foreldres status i klubben, kjønn, etniske bakgrunn, livssyn, seksuelle orientering, fysiske utvikling og funksjonshemming.
- Det sikres god kommunikasjon mellom foreldrene og omgivelsene om hvilke verdier som skal prege vår barneidrett.

De viktigste prinsippene er:

1. TRYGGHET

Barn har rett til å delta i et trygt treningsmiljø, fritt for utilbørlig press eller utnyttelse. Skader skal forebygges. Barn under 6 år skal ha med seg en voksen på aktivitetene.

2. VENNSKAP OG TRIVSEL

Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter der det er lagt til rette for at de skal utvikle vennskap og solidaritet. Trivsel gir grobunn for læring og læring gir grobunn for trivsel.

3. PÅ BARNAS PREMISSE

Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter som er tilpasset deres alder, fysiske utvikling og modningsnivå.

4. MESTRING

Barn har rett til å oppleve mestring og lære mange ulike ferdigheter. De skal også ha muligheter for variasjon, øving og samspill med andre.

5. PÅVIRKNING

Barn har rett til å si sin mening og bli hørt. De skal ha muligheter til å være med på planlegging og gjennomføring av egen idrettsaktivitet sammen med trenere og foresatte.

6. FRIHET TIL Å VELGE

Barn har rett til å velge hvilken idrett, idrettslag eller hvor mange idretter de vil delta i – og bestemmer selv hvor mye de vil trene.

7. KONKURRANSER FOR ALLE *

Barn har rett til å velge om de vil delta i konkurranser eller ikke, og ha like muligheter til å delta. Det vil si at også barn som ikke ønsker å delta i konkurranser, skal ha like tilbud om trening som andre. Barn som melder overgang fra en klubb innen samme idrett skal ha full rett til å delta i konkurranser for en ny klubb straks overgangen er godkjent og registrert.

* NIF vil påpeke viktigheten av å se punkt 7 i Idrettens barnerettigheter i sammenheng med særidrettens konkurransepraksis.

KRAV TIL UTSTYR

- Ishockey er en utstyrskreven idrett. Hjelm og halsbeskyttelse er alltid påbudt, men det forventes ikke at man stiller i fullt beskyttelsesutstyr på første trening.
- Av både sikkerhetsmessige og sportslige grunner, dvs. viktigheten av å føle seg komfortabel i utstyret, oppfordrer klubben spillerne til å ha komplett utstyr fra og med U8.
- LIK spiller med hvit hjelm og marineblå bukse.
- Det er spesielt viktig for de yngste å gå med slipte skøyter. Sliping av skøyter er organisert lagvis. Slipemaskinen skal kun betjenes av de opplærte slipeansvarlige, som hvert lag i junioravdelingen skal ha to av. Hver spiller betaler per sesong et beløp fastsatt av styret for slip av skøyter.

RETNINGSLINJER FOR UTØVERE; U14, U15 OG U-16.

Det er hovedtreneren for det laget utøveren tilhører som til enhver tid er beslutningstaker i forhold til hvilke utøvere som skal utgjøre det aktuelle laget. Sportslig utvalg kan, om de finner grunn til det, overprøve trenerens beslutninger. Utøvere og foreldre kommuniserer med klubben primært gjennom lagets trener og lagleder. På grunn av konkurranseelementet som gjør seg gjeldende fra U14 og oppover vil klubben så langt det lar seg gjøre unngå å ansette foreldre som trenere for lag hvor egne barn befinner seg.

LAGUTTAK TIL KAMPER

I kamp skal et lag fortrinnsvis bestå av minimum 15 utespillere og 2 målvakter. Hovedtrener skal så langt det er mulig annonsere laget som skal spille på neste kamp på treningen før den aktuelle kampen.

Det gis ett tilleggspoeng for å spille med to målvakter på U14, U15 og U16. Til tross for dette kan treneren velge å bruke kun en målvakt.

Det gis også tilleggspoeng for bruk av rullerende tre rekker i kamp på U14, U15 og U16. Det er opp til trener å avgjøre om det skal spilles for et ekstra bonuspoeng før hver enkelt kamp. Trenerens vurderinger av motstander og kampforløp kan gjøre at han bruker ulike spillere forskjellig og at enkelte derfor kan få relativt lite spilletid, men i U14 og U15 klassen er det fortsatt en ambisjon om at alle spillere som er tatt ut til kamp får spilletid, uten at dette er et absolutt krav. Trenere på dette nivået må også ha en langsiktighet i spillerutviklingen.

Norgesmesterskap og sluttspill i serien:

- a. Klubbens målsetting er deltakelse i norgesmesterskap (NM) og seriens sluttspill
- b. I kvalifiseringskamper til NM og sluttspill i serien skal LIK alltid stille med det beste laget.
- c. Det er hovedtreneren for laget som velger utøverne som skal representerer LIK.
- d. Spillere som skal representere LIK i NM skal prioritere trening og spill på det aktuelle laget minst 2 uker før turneringen starter.
- e. Spilleren kan brukes slik hovedtrener anses som mest hensiktsmessig (ingen regler for spilletid).

SPILLERMØTER OG INDIVIDUELLE SPILLERSAMTALER

- a. Hovedtrener er ansvarlig for å gjennomføre regelmessige spillemøter.
- b. Hovedtrener er ansvarlig for at det avholdes minst en individuell samtale med spiller før jul og en etter jul.

RETNINGSLINJER FOR UTØVERE; U-18 OG U-20

Det er hovedtreneren for det laget utøveren tilhører som til enhver tid er beslutningstaker i forhold til hvilke utøvere som skal utgjøre det aktuelle laget. Sportslig utvalg kan, om de finner grunn til det, overprøve trenerens beslutninger. Spillere i disse aldersgruppene skal være gode ambassadører og forbilder for de yngre spillerne i klubben

UTVELGELSE AV UTØVERE TIL U-18 OG U20

- a. Om en treningsgruppe er større enn det som er sportslig forsvarlig har klubben rett til å redusere antall spillere. Laguttaket for en ny sesong skal baseres på ferdigheter, talent, og mental innstilling til idretten. Et lag består normalt av 3 keepere og 20 utespillere, men sammensettingen av gruppen som helhet (U18 og U20) tillegges vekt. Normalt vil gruppen U18 og U20 bestå av i overkant av 30 utespillere og ca. fire keepere.
- b. Laguttaket skal foregå på en forutsigbar og åpen måte. Kriteriene for rangeringene av spillerne skal være så objektive som denne idretten tillater. Spillere og deres foresatte skal varsles i så god tid som praktisk mulig om at de befinner seg i faresonen og gis klare retningslinjer om hva som må til for å kunne bli med videre.
- c. Hovedtrener meddeler laguttak til sportslig utvalg, deretter foreldre og så til utøvere. Årsaken skal begrunnes. Klubben skal så langt det er praktisk mulig bistå spillere det ikke er plass til i LIK med å finne et annet tilbud i nærområdet. Det er også viktig å huske at utøvere som ikke lenger kan eller vil spille ishockey aktivt kan bli utmerkede trenere eller dommere.
- d. Laguttaket skal være gjort medio september.

10 KJENNETEGN PÅ EKTE LIKAIL-SPILLERE

1. LIKAIL-spillere møter opp i god tid før trening og kamper, og melder fra til hovedtrener dersom de ikke kan komme. Viktig skolearbeid går alltid foran om skole og trening kolliderer til tross for god planlegging.
2. LIKAIL-spillere holder orden på eget utstyr og tar ansvar for orden og trivsel i garderoben, på banen og i hallen, før, under og etter trening og kamp.
3. LIKAIL-spillere lytter aktivt til trenere og lagledere, er ydmyke og positive til rettledning og avgjørelser slik at treningen blir effektiv.
4. LIKAIL-spillere gjør hverandre gode.
5. LIKAIL-spillere mobber ikke, og har et bevisst forhold til bruk av mobiltelefoner/kameraer i gardroben
6. LIKAIL-spillere er kjent for å vise fair-play og har kontroll over eget temperament.
7. LIKAIL-spillere aksepterer nederlag uten bortforklaringer og vise stor grad av toleranse overfor dommere, med- og motspillere.
8. Hver enkelt LIKAIL-spiller tar ansvar og bidrar til at Lørenskog ishall er et godt sted å komme til, og et godt sted å være for både medlemmer, tilskuere og gjestende lag.
9. LIKAIL-spillere er stolte av klubben og idretten sin.
10. LIKAIL-spillere er gode ambassadører for norsk idrett.

10 KJENNETEGN PÅ GODE LEDERE OG TRENERE I LIKAIL

1. LIKAIL-trenere og ledere møter forberedt og til avtalt tid.
2. LIKAIL-trenere og ledere tenker helhet og samarbeider på tvers av lag og grupper.
3. LIKAIL-trenere og ledere lar aldri isflaten ligge ubrukt i hallens åpningstid. Istid er et knapphetsgode.
4. LIKAIL-trenere og ledere holder orden og de holder ord. De behandler alle likt.
5. LIKAIL-trenere og ledere er kostnadsbevisste.
6. LIKAIL-trenere og ledere er like opptatt av å få flere inn i hockeysporten som de er av å få de som er der gode.
7. LIKAIL-trenere og ledere holder seg faglig à jour med treningsprinsipper og sportens utvikling.
8. LIKAIL-trenere og ledere vet at den beste spilleren på laget ikke alltid er den viktigste.
9. LIKAIL-trenere og ledere ser mennesker og ikke bare spillere. Evnen til å kommunisere er avgjørende viktig i lagidrett.
10. LIKAIL-trenere og ledere er gode ambassadører for både klubben og for norsk ishockey, og opptrer som gode rollemodeller også når laget er på reise.

10 KJENNETEGN PÅ GODE SUPPORTERE I LIKAIL

1. Husk at barna skal være med på organisert idrett etter eget ønske. Ikke ditt.
2. Husk at barna deltar i organisert idrett for sin egen glede, og ikke for å underholde deg.
3. Lær dine barn at et ærlig forsøk er like viktig som en seier. Ikke vis skuffelse etter en tapt kamp.
4. Oppmuntre ditt barn til å lære reglene og til å følge dem.
5. Ikke skrik eller kjeft på barn når de gjør feil. Husk at barn lærer ved eksemplet.
6. Bekjemp all form for vold.
7. Ikke kom med negative tilrop og upassende kommentarer til spillere, trenere eller dommere. Kommenter aldri disse når barn hører på.
8. Applauder godt spill enten det er ditt lag eller motstander.
9. Vis respekt for motstanderen. Uten dem hadde det ikke blitt noen kamp.
10. Vær en god ambassadør for idretten.

10 BUD FOR EN VELLYKKET SKØYTE- OG ISHOCKEYSKOLE

1. Vær ute i god tid, også barn blir stresset av stress!
2. Bruk hodet, bruk hjelm! Hjelmer med gitter er påbudt!
3. Bruk hockeyskøyter. Skøytene må være slipte. (Butikknye skøyter er ikke slipte).
4. Dekk all bar hud, også halsen.
5. Ikke kle barna for en kald vinterdag. Det er bare publikum som fryser i ishallen.
6. Bruk årets hockeyskoletrøye. Det gleder våre sponsorer og viser hvem som har betalt.
7. Skriv barnets navn godt synlig på hjelmen. Det gjør trenernes jobb lettere.
8. Foresatte er velkomne på is med skøyter og hjelm. (Om omstendighetene tvinger foresatte ut på isen uten skøyter og hjelm må det utvises stor forsiktighet).
9. Barn lærer best i eget tempo.
10. (Nesten) alle barn liker vafler!

SOSIALE MEDIER I LØRENSKOG ISHOCKEYKLUBB AIL

Sosiale medier innehar en rekke fordeler for Lørenskog ishockeyklubb som organisasjon. De gjør det lettere for lagledere, trenere, foresatte og medlemmer å nå mange mennesker med sitt budskap. Det er derfor viktig å være oppmerksom på at det man skriver som privatperson lett kan kobles til Lørenskog Ishockeyklubb.

Lørenskog ishockeyklubb sin bruk av sosiale medier skal ikke bidra til et press for at barn og unge skal bli medlemmer av sosiale nettverk. Husk at alle sosiale nettverk har en aldersgrense som skal respekteres.

Alle som bruker sosiale medier i kraft av å være lagleder, trener og medlem oppfordres til å følge disse retningslinjene. All bruk av sosiale medier skal være i tråd med gjeldende etiske retningslinjer, vedtekter og direktiver.

- Det du skriver på sosiale medier kan bli sett og oppfattet av mange. Bruk sunn fornuft. Opptre på samme måte som du ville gjort ellers i hverdagen.
- Du kan delta i debattene, men er forpliktet til å si at du fremmer dine meninger som privatperson.
- Vis stor aktsomhet når du deler artikler eller kommenterer i debatter.
- Vær gjerne aktiv i sosiale medier, men tenk gjennom konsekvensene for Lørenskog ishockeyklubb før du publiserer noe som omhandler foreningen.
- Taushetsplikt, personvern, prinsippet om ytringsfrihet og andre lover og regler gjelder også på sosiale medier.
- Kritikkkverdige forhold skal tas opp gjennom lagsapparat, lagleder, styre eller sportslig utvalg og ikke gjennom sosiale medier.
- Lørenskog ishockeyklubb godtar ikke noen form for personangrep på nettet.
- Husk at det er forskjell på åpne og lukkede grupper. I åpne grupper har alle tilgang på informasjonen, mens i lukkede grupper har bare de som er medlemmer tilgang. Ta hensyn til dette når du publiserer informasjon.
- Publisering av bilder i sosiale medier skal alltid være godkjent av den/de som er avbildet. Bilder av barn under 15 år skal kun publiseres med samtykke fra barnets foreldre eller foresatte.

NETTVETTREGLER

- Bilder og tekst skal ikke inneholde elementer av ironi, mobbing, usaklig negative kommentarer.
- Respekter alltid opphavsrettigheter (man kan ikke fritt publisere bilder man finner gjennom f.eks. Google søk)
- Inaktive Facebook grupper skal legges ned
- Husk å være en god ambassadør for Lørenskog ishockeyklubb på nett.

Lørenskog, april 2017