

# **”Hockey – et fællesskab med regler i SSF1896”**



**Et hæfte om retningslinjer når du er aktiv spiller i SSF1896**

# ”Hockey – et fællesskab med regler”

Du har valgt at spille ishockey i SSF1896

Enten starter du nu som ny spiller, eller også har du været her i nogen tid, og har allerede fundet glæden ved at bruge fritiden på en sport, som på mange måder er helt anderledes end andre sportsgrene, som du måske har prøvet.

Og det er et godt valg. Ishockey er en ”fed” sport, med masser af action og god motion.

Det er også en krævende sport, der involverer mange mennesker hver dag, for at du har mulighed for at komme på is. Både i det daglige til træning, men også på de ofte lange ture til kampe, når vi spiller rundt omkring i Danmark.

Og når man dyrker så krævende en sport, i en forening med et stigende medlemstal, hvor man er i kontakt med trænere, holdledere, forældre og kammerater flere gange om ugen, så er man nødt til at have regler og ”spilleregler” for, hvordan det skal foregå, så alle får maksimalt ud af at komme i SSF1896.

## Det er det som ”Hockey – et fællesskab med regler” handler om.

### ”Hvorfor skal vi have retningslinjer, og hvad får vi ud af dem?”

Vi skal have retningslinjer af flere årsager:

- **Frem for alt, så prioriterer vi godt miljø, og en god omgangstone højt i SSF1896. Der skal være plads til alle, både dem der har talent, og dem der bare synes det er sjovt!**
- **SSF1896 prioriterer resultater højt! Vi har mange talenter, og flere gode hold, dem skal vi nå længere med end vi gør i dag. Og her viser alle undersøgelser, at dette kun opnås med en målrettet indsats, og en højere grad af disciplin.**
- **Du vil selv opdage, at du bliver en væsentlig bedre spiller i et øjeblik hvor dine omgivelser (trænere og holdledere) KUN skal bruge tiden på ishockey, og ikke på diskussioner og andet tidsspild.**

- Når alle har vænnet sig til at lytte mere, og snakke mindre, så vil I få meget mere effektiv tid på isen, og større glæde ved ishockey
- I er udstyret med 2 ører og 1 mund. Hvorfor mon ☺
- Ingen bliver ”store” af at drille eller kue andre! Tværtimod! De ”store” er dem der har overskud til at være gode kammerater, hvad enten de er gode til ishockey eller ej!
- Dem der er så heldige og dygtige, at de bliver udtaget til Unionshold eller landshold, skal være dem der går foran som gode kammerater! Det skylder de SSF1896 og vennerne, for de har været med til at de er nået så langt!
- Mange af jeres trænere, hjælpetrænere og holdledere er frivillige. De får INTET for at hjælpe jer, men gør det fordi de synes at det er sjovt. Det skulle de gerne blive ved med, og derfor skal vi behandle dem ordenligt!

### **”Betyder det at vi nu skal til at have skældud hele tiden og ikke må have det sjovt mere?”**

Nej! Tværtimod! Det betyder at vi skal stramme op på nogle regler, NETOP så der bliver tid og overskud til at have det sjovt!

Og følger man de regler som du senere kan læse om, så er der ingen der skælder ud. Så er der meget mere tid til andet I gerne vil, og det vil trænere og holdledere meget hellere.

Det som **”Hockey – et fællesskab med regler”** handler om, er nemlig ikke andet end ganske almindelig fornuft, og ting som du garanteret godt ved inderst inde.

**Forskellen på nu og tidligere er, at vi nu åbenlyst fortæller jer hvad der ikke vil blive accepteret i SSF1896, og samtidig sikrer, at der bliver fulgt op på det over for dem som ikke forstår eller vil forstå det!**

### **”Hvad sker der så hvis man ”kommer til” at overtræde de ting?”**

Der sker det at der vil blive reageret på det, alt efter hvad det er man ikke kan indordne sig under.

Det er sådan, at jeres trænere og holdledere er blevet instrueret i hvad de skal reagere overfor. Og i første omgang vil de så tage en snak med jer om, hvorfor det lige er, at DU ikke overholder de regler. Kan du så stadig ikke forstå det, så vil du få en straf af din træner eller holdleder, eventuelt i form af en ”badebillet” eller udelukkelse fra en træning eller en kamp. Alt efter hvad det er, og hvor alvorligt det er, så bliver dine forældre indkaldt til møde.

Er det alvorligere ting, så bliver det indberettet til et Disciplinærudvalg i SSF1896, der behandler sagen og finder ud af om der skal tildeles en straf.

I meget alvorlige tilfælde, kan udvalget vælge at udelukke dig som medlem i SSF1896.

**Men det er vigtigt at du forstår, at de ting som du senere vil kunne se som ting SSF1896 ikke accepterer, det er ALLE ting som der vil blive gjort noget ved! Enten fra trænere og holdledere, eller fra Disciplinærudvalget!**

**Derfor er det vigtigt at du som spiller gør op med dig selv, om du vil være i SSF1896 på de betingelser der er, og efterleve dem og have en god oplevelse i en spændende forening. Eller om du måske ikke er til den sport og hvad den indebærer. Det er bedre at vælge fra i tide, både for dig selv og dine kammerater, hvis det ikke er noget for dig.**

**Lige så "fedt" det kan være at spille ishockey, lige så problematisk kan det være hvis man i virkeligheden ikke er til den type sport. Og så er der masser af andre muligheder!**

**"Min far siger, at han ikke synes det er rigtigt at gøre det på den måde!"**

Ja! Og det vil der sikkert være flere fædre og mødre der siger. Og det er også helt i orden, men så skal du have en snak med din mor og far om det. For så er et ishockey liv i SSF1896 nok ikke noget for dig.

Det er sådan, at der kan være mange meninger om hvordan man skal gøre tingene, også i sportsforeninger. Forældre kan have meninger om mange ting, hvordan trænerne gør deres arbejde og meget andet. Men vi kan ikke have 100 forskellige måder at gøre tingene på. Derfor er det SSF1896 der sætter dagsordenen, og 100% bestemmer hvordan det skal foregå. Og det er derfor foreningen laver de her regler, netop for at vi alle skal leve efter de samme regler. Så er det altså SSF1896 der bestemmer hvordan tingene skal foregå når du er i foreningen, og din mor og far der bestemmer der hjemme. Sådan er det! Og det får de også at vide i det brev som de får med hjem med information omkring **"Hockey – et fællesskab med regler"**

**Så er man medlem i SSF1896, så lever man efter det regelsæt der er der, uanset hvad ens far og mor synes om reglerne...**

**"Jamen hvad er det så man ikke vil have i SSF1896?"**

Allerførst, så skal du vide, at det ikke er fordi at vi vil have nogen der skal stå "skoleret"! Det er ikke fordi dem der spiller ishockey, skal opføre sig "bedre" end dem der f.eks. spiller badminton eller dyrker kunstsporteløb.

Du vil formentlig også kunne nævne andre ishockeyforeninger, hvor "de er værre end os i boksen eller på isen!" Og det er sikkert også rigtigt. Men det er ligegyldigt for os i SSF1896. Vi skal kun kigge på os selv, og ikke andre.

Vi vil have:

- **Et godt miljø, med godt kammeratskab.**
- **Nogle hold der gør sig gældende, og er med helt fremme**
- **Nogle glade drenge og piger, der er glade for, og stolte af, at spille i SSF1896.**

- **Et miljø, hvor trænere og holdledere skal bruge tid på ishockey i stedet for problemer**

Derfor er vi nødt til at sikre, at I ved hvad det er for ting vi **IKKE** vil acceptere i SSF1896

**Og spids nu ører, og lær udenad! Du SKAL som medlem forstå og vide hvad de kommende ting betyder for dig og din hverdag i SSF1896! Er du i tvivl om noget, så spørg din træner eller holdleder, for det forventes helt klart, at du kender det her materiale!**



#### **Generelt:**

- **Du skal være en god kammerat! Alt hvad der hedder optræk til at udelukke andre fra fællesskabet, optræk til mobning, alvorlige drillerier, o.l., vil ikke blive accepteret, og der vil blive slået hårdt ned på det!**
- **I skal snakke ordentligt til hinanden! Man kan godt blive irriteret på hinanden indimellem, men det kan og skal klares i et ordentligt sprog! Eller griber vi ind.**
- **Når der bliver sagt ”ro” så er det fordi I skal modtage information, enten fra trænere eller holdledere. Så SKAL der være ro! Dette vil der blive slået ned på hvis i ikke forstår det!**
- **Trænere og holdledere er IKKE tjenere! Bed pænt om det hvis du skal have hjælp, og snak frem for alt PÆNT til dem! Der vil fremadrettet blive slået hårdt ned hvis du ikke respekterer dette**

- Tyveri, vold, overtrædelse af de regler der er omkring tobak, snus og skrå samt mobning accepteres IKKE i SSF1896, og der vil blive slået MEGET hårdt ned på den slags!
- Du er repræsentant for SSF1896 når du er foreningsarealerne, og det er overalt! Det samme gælder når du er ude til stævner og kampe. Vi forlanger at du opfører dig ordentligt, og er høflig og sportslig. Er dette ikke tilfældet, vil der blive slået hårdt ned på det!
- Vær en kammerat og vær sportslig! Sker det ved et uheld at du kommer til at give en kammerat "et skub" på isen, så er det tilbage og sige undskyld og evt. hjælpe. Det er noget vi VIL se, da grundlaget for et godt hold er et godt kammeratskab!
- Husk på, mange gange starter tingene som sjov, for at ende i alvor! Og trusler er trusler hvad enten de starter i sjov eller ej! Tænk dig derfor om inden du siger noget.



#### Omklædningsrum:

- Skøjter er farlige. Når du er i omklædningsrummet SKAL du tage dine skøjter af. Lad være med at gå rundt med dem på! En bar fod på vej i bad bliver skåret op af en klinge!
- Hold orden på din plads! Tøj skal hænges op osv. så der er plads til de andre! Stave skal f.eks. ikke smides på gulvet. Når du skal have trøje til træning, tager du den SELV på stativet. Når du kommer FRA is, hænges trøjen op INDEN du sætter dig på din plads. DET ER IKKE NOGET HOLDLEDEREN GØR! (Undtagen på de små hold)

- Er man ikke færdig med omklædning til tiden, er det direkte årsag til hjemsendelse ved gentagelsestilfælde! Dette gælder også ved kamp! Istid er dyr!
- Det er ikke et frit valg om man vil medbringe vanddunk til træning! Den SKAL medbringes! Direkte ud i bad hvis man ikke har den med!
- Når du modtager en besked fra træner og holdleder i omklædningsrummet, så lad være med at kommentere den, med mindre der bliver lagt op til at man må komme med kommentarer! En besked eller anvisning fra træneren eller holdlederen er noget du skal efterleve!
- Der er ½ time til badning efter træning og der SKAL du være færdig! I baderummet betyder det at du har 5 minutter under bruseren, derefter overlader du den til en anden. Der vil blive taget hårdt fat om denne problematik, da vi SKAL være færdige på den omtalte tid a.h.t efterfølgende hold!
- Du bærer SELV dine stave og din drikkedunk til boksen, og sikrer det kommer med retur efterfølgende! Det er IKKE holdlederens opgave!
- Pas på vores lokaler! Du skal som medlem være med til at passe på vores lokaler og gangarealer! Vi slår meget hårdt ned på hærværk, samtidig skal du være klar over, at det vil være direkte forbundet med en regning til dig! Dette gælder selvfølgelig også arealerne ved lockerskabene, loungen og vores fitnessrum!
- Omklædningsrum og spillergangen er for spillere, trænere og holdledere og materialemænd. Arealet er KUN for forældre på de små årgange

#### **I boksen;**

- Vi vil have et ordentligt sprog i boksen, både over for trænere, holdledere, men også over for dine holdkammerater. Er det ikke tilfældet vil vi slå hårdt ned over for det fremover!
- Situationen i boksen er ofte anspændt under en kamp. Derfor er det vigtigt at DU lytter og ikke snakker og kommenterer! Husk på hvad du har læst tidligere i dette materiale, nemlig: **DU ER UDSTYRET MED 2 ØRER OG 1 MUND. HVORFOR MON?**
- Kan du mærke at du har brug for det, så sæt dig for enden af bænken! Det kan være en god ide lige at ”falde ned”, så man undgår ophidsede situationer
- **KUN** positive tilråb eller kommentarer til dine holdkammerater! **DU** skal ikke kritisere eller skælde ud. Skal der komme sådanne kommentarer er det **KUN** træneren der gør dette! Det vil der blive slået ned på.

### På isen:

- Som tidligere nævnt, så er du repræsentant for SSF1896, og du skal opføre dig som sådan også på isen!
- Slagsmål eller opfordring til slagsmål vil **IKKE** blive accepteret, og der vil blive slået **HÅRDT** ned på det! (Gælder både kamp og træning).
- Bevidste hævnaktioner vil **IKKE** blive accepteret, og der vil blive slået **HÅRDT** ned på det! (Gælder både kamp og træning!).



### Transport:

- Skulle jeres transport til kampe foregå i bus, så **SKAL** du sidde på din plads! Du **SKAL** sidde med sele på, hvad enten i transporteres i bus eller bil. Og det er ikke til diskussion a.h.t forsikringer! Ellers kan du ikke deltage i udekampe og stævner!
- Du **SKAL** efterleve de ting der bliver sagt fra chaufførens side. Dette gælder både bustransport og kørsel i private biler. Det skal du gøre hvad enten du synes det er i orden det han siger eller ej! Og tal pænt til chaufføren. Ellers kan du ikke deltage i udekampe og stævner!

**”PUHA, det var mange ting!”**

Det kan måske se sådan ud, men i virkeligheden er det ikke andet end ting som vi alle sammen ved, men som vi måske ikke lige tænker på i hverdagen. Det er et spørgsmål om at tage hensyn til andre, kammerater, trænere og holdledere, og så ellers opføre sig som en rigtig sportsmand!



Og så sker der mange gange det, at når man er vant til at gå i et bestemt miljø, i det her tilfælde i SSF1896, hvor mange kommer både 4 og 5 gange om ugen, så tillægger man sig mange gange nogle vaner, som ikke altid er gode.

Her er nogle eksempler på hvad der er ”almindelige kendte misforståelser”

**”Ishockey kan være hårdt, derfor er det også i orden at sproget er lidt hårdt, og vi er lidt hårde ved hinanden! Det er en del af sporten, og gør os kun bedre på isen !!”**

”**NEJ!** Det er meget forkert! Ishockey er ganske rigtig en hård sport, der kan være decideret farligt, hvis man ikke overholder de regler der er, og tænker sig rigtig godt om, og er fornuftig! Det du skal på isen, er at være reglementeret. Ishockey drejer sig IKKE om at skade hinanden, men om at bruge hovedet kombineret med godt skøjteløb og taktik, til at vise man er det bedste hold! Og hvad sproget angår, ja der spiller gode kammerater der snakker ordentligt til hinanden, altså bedre sammen end dem der ”sviner hinanden til”!

**”Jeg er en af de bedste, og jeg er udtaget til Unionen, så kan jeg godt forlange lidt respekt omkring mig fra mine kammerater!”**

”Den bedste respekt får du fra dine kammerater ved at være en god kammerat! Den der er god til ishockey, og som aldrig er ”for stor” til at hjælpe en af dem der er knap så god, og samtidig kommer med opmuntrende ord på isen til ham, han eller hun får 100% også den største respekt! Hvem ser ikke op til den der er god til ishockey, og som man samtidig synes er rigtig flink kammerat, der altid er klar med et ”klap på benskinne”, og et ”kom igen”.

**”Min træner er så klog! Han forklarer op og ned af stolpe om alt muligt, men det er altså os der spiller på 1.holdet der ved hvad det drejer sig om! Det er os der spiller kampene, og føler hvordan det er på isen, derfor ved vi også bedst hvem der skal spille på hvilke pladser, hvordan taktikken skal være, hvordan vi skal træne, og hvordan vi skal varme op!”**

”Nej! Sådan kan du måske tro det er, men det er det ikke! Den træner du har, er uddannet til at lære dig og dine kammerater at spille ishockey. Han har, i de fleste tilfælde, selv været på isen i kamp, og ved meget mere end du gør, om hvad der skal til for at skabe en god ishockeyspiller! Det betyder ikke at han ikke laver fejl. Det gør alle, også du! Men han har et rigtigt godt udgangspunkt for at se ting som du og dine kammerater ikke ser, når i er på is. Derfor skal du respektere de valg som din træner tager, høre efter hvad han siger, og efterleve det, hvad enten du synes det er rigtigt eller forkert. Det er et valg man tager når man vælger at spille ishockey. Bemærk i øvrigt, der er ingen der spiller på Unionen der kommenterer Unionstrænerens anvisninger. Hvordan kan det være? Fordi de alle er mere ”ydmyge”! Og sådan skal det også være i SSF1896.

**”Jeg kan ikke styre mit temperament når adrenalinen kører! Og så skal alle bare lade mig være, både holdkammerater, holdledere og trænere”!**

I én, og kun én situation kan du have en lille smule ret! Og det er din situation hvor du selv på isen registrerer, at du trænger til afkøling, og du går i boksen, og sætter dig lidt for dig selv til du er kølet af.

Men generelt er det ikke rigtigt! Ishockey er en holdsport, og du har ikke ret eller lov til at opføre dig som en dårlig kammerat over for andre, hvad enten du er hidset op eller ej. Og det vil der blive reageret på, hvis du ikke kan lære at styre det.

**”Vores egen træner er smaddergod, men træneren på et af de andre hold er elendig, og det er ok at vi siger det til hans spillere”**

NEJ! Det er absolut ikke ok! Trænere har forskellig måde at træne sine spillere på, og fordi tingene bliver gjort anderledes på hans hold, er det ikke ensbetydende med, at træningen er dårligere! Den slags udtalelser, kan ødelægge sammenholdet på andre hold, og i sidste ende sprede dårlige vibrationer i resten af foreningen!

Mon ikke at der er udsagn på side 9 som du enten synes du kan huske du har fornemmet ved nogen, eller måske selv har haft ”rumsterende” inde i hovedet når du har spillet ishockey!

Og igen, derfor kommer nu **”Hockey – et fællesskab med regler”** 😊

**Lad os komme i gang med en god sæson, med god ishockey, i en god forening, med et rigtigt godt kammeratskab! SSF1896 skal være et godt sted at være!**