

Verdi-dokument Oslo Ishockeykrets (OIHK)

Visjon, verdier og holdninger

I fremtiden vet vi at idretten vil spille en enda viktigere rolle i samfunnet. Et miljø der barn og ungdom får utløp for sin kreativitet og spontanitet og glede, der de lærer å samarbeide, ta ansvar for egne handlinger og personlig utvikling, respektere andre og viktige fellesskapsverdier. Det er derfor viktig at vår virksomhet bygger på et langsiktig samarbeid mellom OIHK, klubbene, spillerne, foresatte, trenerne og skolen.

I OIHK har vi et mål og en plan for hvordan vi skal drive en seriøs virksomhet for barn og ungdom som ønsker å utvikle seg som ishockeyspillere.

- I OIHK skal vi alltid representere kretsen på en positiv måte.
- I OIHK skal vi alltid gjøre hverandre gode.
- I OIHK har vi det høyt under taket, men når ledere tar beslutninger følger vi de lojalt.

I OIHK ønsker vi å skape et godt miljø for våre medlemmer, hvor idrett og sosialt fellesskap skal bidra til å skape en trygg ramme rundt våre forskjellige lag og aktiviteter. Nettopp derfor er positive holdninger noe av det vi målrettet setter fokus på.

Vi har alle et ansvar for at følgende ikke forekommer:

- Mobbing
- Trener- og lederholdninger som fører til dårlig selvfølelse og dårlig trivsel hos utøvere
- Holdninger blant foresatte der resultat- og prestasjonstenkning kommer foran felles retningslinjer for trivsel og utvikling.
- Overordnede mål:
 - Vi skal drive en alderstillpasset, ferdighetstillpasset og pedagogisk virksomhet som skaper kameratskap, lagfølelse og respekt for andre mennesker
 - Vi skal bedrive bredde- og eliteidrett hvor hver enkelt spiller er like mye verdt og får utvikle sine individuelle ferdigheter optimalt ut i fra sine egne fysiske forutsetninger, ferdigheter og egne målsettinger
 - Vi ønsker at flest mulig skal bli så gode at de kvalifiserer seg til å spille på aldersbestemte krets- og landslag
 - Vi ønsker at flest mulig av de som ønsker det blir så gode at de kvalifiserer seg til å kombinere ishockey og utdanning og til spill på eldre junior og etter hvert eliteserienivå i Norge og i utland.

Kretslag G13

Oslo er alene om å ha kretslag G13. OIHK mener at det er viktig å veilede de mest talentfulle utøverne på et tidligst mulig tidspunkt.

Tilbudet er ment som en motivasjon der utøverne kan få veiledning fra andre enn det miljøet de har i egen klubb. Det vil fra kretsens side bli lagt stor vekt på personlig opptreden og holdning .

Trenerne i OIHK vil forsøke å ha en dialog med trenerne til den enkelte i selve utvelgesesprosessen.

De spillerne som ikke er tatt ut vil få en generell/felles tilbakemelding. Som en avslutning blir det valgt et G13 kretslag som skal spille kamp alt. turnering. Opplegget kan variere fra sesong til sesong.

Kretslag G14

Det vil gjennomføres flere samlinger/treninger i denne aldersgruppen. I slutten av sesongen vil det bli spilt en Kretsturnering mot de andre kretsene i Norge. Det er et mål at OIHKs Kretslag skal hevde seg blant de beste i denne turneringen.

Det forventes av spillene så lenge de representerer OIHK at de er lojale mot trenere, lagledere og spillegruppen.

For denne aldersgruppen vil trenerne bruke mer tid på å velge ut spillerne. Ellers gjelder de samme kriterier som for G13.

Foresattes rolle

OIHK stiller høye krav til dere som foresatte. Ishockey er en sport som krever mye tid. Som foresatt inngår du som ansvarlig for at laget får de beste forutsetninger som finnes for å gjennomføre de planlagte aktivitetene.

- Din interesse og oppfølging betyr mye for barn og unge
- Likeverd, aksept og inkludering bør gjelde alle i ishockeymiljøet
- Verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- Respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Dommeren prøver alltid å gjøre sitt beste – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Resultatet må ikke bli for viktig - den enkelte spillers mestring har også stor betydning
- Gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare dine kjente
- Stimuler til deltakelse - uten noen form for press

Tenk på at det er ditt barn som driver idrett på sine vilkår og ikke på dine. Innrett deg på å være en støtte for barnet i med- og motgang. Legg forholdene tilrette for trening, sportslig opptreden og bidra med et engasjement rundt lagets ulike støttefunksjoner. Gjør ditt for at ishockey blir morsomt for ditt barn. Ikke lev opp til skrekkbildet av en foresatt som tar barnets idrett så blodig alvorlig at man kjefter på dommere, spillere og trenere.

Foresatte som er med på bortekamper, cuper, turneringer og reiser betraktes som representanter for OIHK .

Det vil ikke bli akseptert at foresatte blander seg inn i sportslige avgjørelser.

Det er viktig at du som foresatt respekterer OIHKs og ledernes beslutninger og retningslinjer for virksomheten.

Det er OIHKs styre som ansetter trenerne og det er viktig at du som foresatt aksepterer trenernes beslutninger når det gjelder regler for laget, treninger, laguttak, disponeringer av spillere under kamper mm. Trenerne er pålagt å følge OIHKs verdidokument på alle disse områdene. Skulle det oppstå problemer mellom deg og de ansvarlige for laget til ditt barn så er det viktig at du tar dette opp med sportslig leder i OIHK og ikke setter i gang store diskusjoner med andre foresatte eller spillere. Vi stoler fullt ut på våre trenere, og de skal ikke behøve å bruke sin energi på noe annet enn hvordan de vil utvikle spillerne og treningene.

Spillerens rolle

Mobbing tolereres overhodet ikke.

Prioriter alltid skolearbeid, dersom dette kolliderer med trening eller kamp.

Holdninger, generelt

- Egen innstilling til trening er avgjørende for resultat
- Læring er aktiv innsats – vær 100% med
- Talent er viktig, men hard og riktig trening/restitusjon er nødvendig for den videre utvikling
- Vær presis til trening og kamp, meld fra dersom du ikke kan møte. Grunn skal oppgis
- Møt opp til trening og kamp selv om du er skadet. Annet skal avtales
- Spilleren er selv ansvarlig for å innhente info hvis man ikke har vært på trening, kamp eller møter
- Hold eget, andres og Kretsens utstyr i orden
- Vis disiplin på og utenfor banen, gjør det du får beskjed om
- Gled deg over egen (og andres) suksess, men husk at den forplikter
- Vær lojal mot OIHK, medspillere, trenere og ledere
- Si ifra omgående til trener eller lagleder om du er noe du ønsker å påpeke
- Gode holdninger til oppvarming og uttøyning er viktig for å unngå skader
- Vis respekt for andres følelser og meninger.
- Vis fair-play
- Ha kontroll over eget temperament
- Avstå fra bruk av alkohol, tobakk og andre rusmidler
- Ta ansvar for å rydde i garderobes og på banen etter trening og kamp. Dette gjelder både hjemme og borte
- Bidra til å skape trivsel, trygghet og humør i laget. Bidra til at alle føler tilhørighet. Spesielt i forbindelse med trening:
 - Vær lærevillig, konsentrert og disiplinert. Ha en positiv innstilling
 - Hold ro og hør nøye etter når trenere/lagleder snakker/informerer
 - Bidra til effektiv trening. Hente/sette ut mål, pucker og annet utstyr raskt. Ikke ta i bruk pucker før man får beskjed. Hold pucker i ro ved stopp
 - Ikke klag på dømming under trening.
- Ta ansvar selv og vær ærlig

Spesielt under kamp

- Ha respekt for laguttak og spillerbytter
- Ikke prøv å påvirke bytter under kamp
- Ikke prat med venner, familie eller andre tilskuere under kamp
- Aksepter nederlag uten bortforklaringer
- Vær ydmyk og positiv til rettleiding og beskjeder fra trenere
- Vis toleranse overfor dommere og medspillere når de gjør feil
- Ha respekt for motspillere, ledere, trenere og dommere

Treneren, i samarbeid med lagledere, avgjør eventuelle disiplinærstraffer av spillere som ikke overholder de til enhver tid gjeldende regler for holdninger på og utenfor isen. Ved gjentatt overtredelser vil spilleren bli bortvist fra kretsens lag/aktiviteter.

Trenerens rolle

Trenerne har det sportslige ansvarlig for laget. Han er også ansvarlig for å utvikle hver enkelt spiller sine individuelle ferdigheter.

Trenerne vil alltid fremstå som eksempler for spillere i OIHK. Gode holdninger hos trenerne vil lett smitte over på både spillere og foresatte.

Det er også de som i første rekke vil representere OIHK overfor foresatte og andre lag og miljøer innen ishockey. Deres holdninger er derfor avgjørende for at OIHK skal lykkes i å nå målsettingene for våre verdier og holdninger.

Trenerne skal:

- gjennom sin opptreden stimulere til at spillerne respekterer hverandre, og viser en sportslig holdning overfor medspillere, motspillere, dommere og motstandernes ledere og foresatte.

- legge til rette for at spillerne trives med sin idrett, og kan utvikle sine ferdigheter gjennom rettleiding og læring.
- både på trening og i kampsituasjoner legge vekt på læringseffekten både for laget og enkeltspillere, og søke å oppnå dette uten at enkeltspillere blir unødig utsatt ved manglende prestasjon eller resultat.
- gripe inn i tilfeller der spillere blir utsatt for mobbing eller rasediskriminerende opptreden.
- Trenerne og lagledere skal se til at Fair Play følges av alle knyttet til OIHKs krets lag.

På banen skal treneren følge kamp- og turneringsreglement, spilleregler og respektere dommere, motstandere, ledere, trenere og publikum.

Utenfor banen skal treneren respektere organisasjonens lover og regler for sunn drift av ishockeyvirksomhet.

OIHKs målsetting er at samtlige trenere skal ha gjennomgå NIHF's trinnvise trener utdanning. Trenerne skal før hver sesong presentere kretsens sportslige plan for sesongen til Kretsens styre, som godkjenner planen. Alle spørsmål og eventuelle tvilstilfeller som kan oppstå i forhold til trenerens avvik i forhold til kretsens verdidokument skal i første hånd avgjøres av Kretsens Leder og deretter, hvis behov for det av sportslig utvalg og i siste instans styret.

Alle trenerne har kontrakt med OIHK hvor de forplikter seg til å følge OIHKs verdidokument.

Olympiatoppens undersøkelse oppsummerer de positive egenskapene hos treneren som ble trukket mest fram var:

- generell dyktighet
- evne til å gjøre treningen variert og lystbetont
- positiv og miljøskapende personlighet
- evne til å motivere til innsats på trening

Trenerfilosofi:

OIHK har som et overordnet mål å ansette profesjonelle trenere til å trene de enkelte Kretslag.

Lagleders rolle

Laglederen utpekes av Kretsens Styre. Og lagleder skal i hovedsak jobbe rundt laget, slik at alt det som skjer utenfor isen blir ivaretatt på en profesjonell måte. Et godt samarbeid mellom lagleder og trenere er helt avgjørende for at Kretslaget skal fungere optimalt i alle sammenhenger. Lagleder skal lojalt følge opp sportslige avgjørelser tatt av trenerne, og han skal ikke forsøke å påvirke/endre trenernes avgjørelser på noen som helst måte.

Laglederen skal svare på henvendelser fra forsatte.

Lagleder som ikke fungerer, og som skaper uro i lagenhetene vil bli avsatt av OIHKs styre.

Laguttak/Kamp

Trenerne velger et sportslig program som skal forevises styret i OIHK for godkjenning før iverksettelse. Trenerne gis mandat til å utforme et sportlig opplegg som passer den enkelte spillegruppe.

Aktivitetsnivået på G14 er doblet i forhold til tidligere år. Dette for å gi trenerne bedre tid til å "se" den enkelte spiller, samt at det blir gitt mer tid til personlig veiledning. Trenerne skal føre en tett dialog med treneren i moderklubben til den enkelte utøver.

For begge aldergruppene skal trenerne ut i klubbene for å se utøverne i treninger og kamp i deres eget hjemmemiljø. Utøverens opptreden/prestasjon skal være med på å gi et grunnlag for utvelgelsen.

Utøvers ansvar

Det er alltid utøvers ansvar å påse at ethvert legemiddel kontrolleres før bruk. Utøver må kontrollere om noen av innholdsstoffene rammes av dopingbestemmelsene. Dette gjelder enten legemiddelet er kjøpt med eller uten resept fra lege, i eller utenfor Norge. Det advares generelt om kjøp av legemidler i utlandet. Utøver utestenges fra idretten ved inntak av midler som inneholder forbudte stoffer.

Spillere som av ulike medisinske årsaker (astma, allergi eller andre kroniske sykdommer) må benytte seg av legemidler, som står på dopinglisten, må gi OIHK beskjed om dette samt frembringe dokumentasjon fra lege på sykdom samt foreskrevet legemiddel.

Husk at dopingkontroller skjer uanmeldt og at straffen for å bli tatt er 2 års utestengelse fra all konkurranse-idrett.

Tren / Spis / Hvil

Nøkkelen til fremgang kan enkelt beskrives ved å trekke frem 3 nøkkelfaktorer som må være oppfylt samtidig. Det hjelper ikke å trene hardt og spise riktig, hvis du ikke hviler. Det hjelper heller ikke å hvile mye og trene hvis du ikke spiser nok og riktig. Og hvis du spiser og hviler mye men ikke trener så får du heller ikke så mye fremgang. Så alle disse 3 faktorene er like viktig for å oppnå fremgang. Pass på at du får i deg riktig mat. Mest mulig fersk mat, kjøtt, grønnsaker og frukt. Brus og sjokolade bør begrenses til et minimum, og skal aldri forekomme i forbindelse med treninger eller kamper!

Organisasjon

Styret er OIHKs øverste beslutningsorgan. Styret ansetter trenerne, materialforvalter og utpeker administrativ leder.

Alle sportslige avgjørelser fattes av trenerne i samråd med Kretsens Styre. Alle beslutninger skal være i samsvar med OIHKs verdi-dokument. Ved eventuell uenighet i sportslig utvalg så skal trenerne orientere Leder i OIHK som skal avgjøre om saken skal tas opp i styret.

Økonomi

OIHK betaler, i utgangspunktet, utgifter forbundet med trening/kamp i regi av Kretsen. Foresatte må selv besørge transport av utøveren til/fra trening/kamp.

Kommunikasjon

Det meste av informasjonen blir formidlet fra OIHK, lagledere, trenerne og ut til spillere/foresatte via OIHKs hjemmeside. Det er derfor viktig at man er meget aktive på bruk av OIHKs hjemmeside (www.OIHK.no)

Etikk og Moral – ”Null toleranse”

OIHK stiller høye krav til alle som er engasjert, både innen og utenfor vår virksomhet og OIHK aksepterer ingen overtramp. Det innebærer at vi alle innen OIHK, inkludert øvrige familiemedlemmer, er omtenkssomme og tenker før vi sier noe som av andre kan oppfattes som en krenkelse eller en beskyldning. Tenk på at det som sies hjemme ved middagsbordet eller i andre sammenhenger lett kan misforstås og i værste fall føre til ubegrunnet sladder som videreføres til andre på en måte som absolutt ikke var

meningen. Enhver spiller og foresatte er et forbilde for andre gjennom sin oppførsel og sin måte å reagere på.

Nettopp derfor er det viktig at vi av og til minner oss selv og andre på følgende relevante spørsmål:

- "Er jeg...? en bra kamerat med alle på laget og ikke bare noen få utvalgte?
- "Forekommer... ? mobbing, sladder
- "Har jeg...? disiplin? Orden? En god oppførsel både på og utenfor isen?
- "På hvilken måte kan jeg...? passe tider? Følge OIHKs reglement? Ta eget ansvar?

Dette er eksempler på karaktertrekk som på ulike måter påvirker deg selv og andre i dine omgivelser. Det gjelder både innad i OIHK og innad i laget. Minst like viktig er det hvordan vi oppfattes eksternt, av for eksempel personer fra andre klubber, dommere, funksjonærer, sponsorer, media, forbundet m. fl.

Evaluering og konsekvenser

Alle uttatte spillere til OIHKs kretslag vil kontinuerlig og så tidlig som mulig få tilbakemelding på en positiv og konstruktiv måte.

- Oppførsel og relasjoner er det andre evalueringsområdet. Respektive trenere fører en kontinuerlig dialog og rapporterer hvis noen spillere eller foresatte mot formodning ikke tar hensyn til de regler og retningslinjer som gjelder for OIHK. OIHK har de samme krav og forventninger til foresatte som vi har til våre spillere.
- Talent og utviklingsmuligheter er det tredje området som våre trenere følger opp.

Sluttkommentar

Kretsen driver en virksomhet som er omfattende på mange plan. Dette gjør at det finnes mange ulike syn på hvordan vår virksomhet skal drives. Vi ønsker konstruktive tilbakemeldinger (ris/ros) som leder til forbedringer i hvordan vi driver vår virksomhet. Personangrep og lignende hører ikke hjemme hos oss. Men for at vi skal klare å leve opp til vår seriøse innstilling bør det understrekes at:

- Det er OIHK som bestemmer vilkårene for virksomheten
- Det er OIHK som stiller kravene til de som deltar
- Det er OIHK som ansetter trenere og sportslig leder
- Det er OIHK som er ansvarlig for at OIHKs visjon og mål blir gjennomført

Dette er et levende dokument som vil bli fortløpende oppdatert.

Eventuelle spørsmål rettes til leder@oihk.no

OIHK
Styret