



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

U16 – Säsongen 2025/2026

Järfälla Hockey Club

Innehåll

| | |
|---|---|
| Inledning..... | 3 |
| Ledarstab | 3 |
| Spelartrupp..... | 3 |
| Aktiviteter, träningar och matcher..... | 4 |
| Träningar | 4 |
| Matcher | 4 |
| Summering av säsongen..... | 6 |
| Spelarövergångar och föreningsdialog..... | 6 |
| Målsättning och uppföljning | 6 |
| Målsättning inför nästa säsong | 7 |
| Tryout och provspel | 7 |
| Lagkassa | 7 |
| Analys av året | 7 |

Inledning

Säsongen 2025/2026 har för U16-laget varit ett verksamhetsår präglad av både sportsliga framgångar och stora organisatoriska utmaningar. Med en begränsad egen spelartrupp har fokus legat på att skapa ett långsiktigt utvecklingsklimat, stärka individernas spelförståelse och säkra lagets fortlevnad genom ett omfattande samarbete med föreningens övriga lag. Denna verksamhetsberättelse sammanfattar ledarstabens arbete, truppens sammansättning, genomförda aktiviteter samt en analys av de lärdomar och resultat som året har gett.

Ledarstab

- Mikael Sannemo
- Thomas Bucht
- Raul Rodas
- Andreas Ahlkvist

Spelartrupp

Truppen bestod under säsongen av 15 egna spelare fördelade enligt följande:

- 2 målvakter
- 5 backar
- 4 forwards varav en forward som föreningen släppte under säsongen.
- 5 spelare som växlade mellan forward- och backposition

För att kunna genomföra matcherna har laget varit helt beroende av stöd från både U15 och J18. Spelarantalet under säsongens olika delar fördelade sig enligt följande:

- Första Röda serien: 31 spelare användes totalt.
- Blå serien: 36 spelare användes totalt.
- A-B-slutspelet: 19 olika spelare användes under de två matcherna.

Aktiviteter, träningar och matcher

Under säsongen genomfördes totalt 159 aktiviteter:

- 109 träningar
- 41 matcher
- Övriga aktiviteter kopplade till verksamheten

Träningar

Träningssituationen har under stora delar av säsongen varit utmanande då vi sällan haft hela spelartruppen tillgänglig. Många träningar genomfördes med ett begränsat antal spelare och under den första serien hade vi aldrig tre fulla femmor på is samtidigt. Flera träningar genomfördes dessutom med färre än tio utespelare.

Fokus under säsongen har varit att skapa förutsättningar för bra prestationer på match. Inledningsvis arbetade vi mycket med tempo i spelet – hårda passningar, snabb puckmottagning och snabba beslut. Vi identifierade även brister i spelförståelse inom gruppen, vilket blev ett viktigt utvecklingsområde under året. En av de största utmaningarna har varit att stärka spelarnas självförtroende. Trots begränsade förutsättningar har spelarna successivt utvecklat både sitt spel och sin trygghet på isen. Under hela säsongen har vi dessutom haft svårt att träna med samma laguppställning som sedan spelat match, vilket ytterligare försvårat kontinuitet och utveckling.

Matcher

Under hela säsongen har vi arbetat utifrån ett tydligt prestations- och processfokus snarare än ett resultatfokus. Vi har betonat vikten av att utföra rätt saker över tid och fokusera på det spelarna själva kan påverka. När serierna närmade sig avgörande skeden pratade vi självklart om olika förutsättningar vid vinst eller förlust, men huvudfokus låg fortsatt på prestation och utveckling. Detta arbetssätt grundar sig i forskning som visar att fokus på prestation och process ofta leder till bättre långsiktig utveckling och hållbara resultat.

Vi upplever att detta fokus har bidragit till:

- Ökad inre motivation hos spelarna
- Minskad rädsla för att göra misstag

- Fler initiativ och större mod i spelet
- Snabbare taktisk och teknisk utveckling
- Ett bättre samarbete där spelarna stöttat varandra istället för att fokusera på misstag

Detta synsätt bidrog även till att vi kunde ge speltid till samtliga spelare i cirka 95 % av matcherna.

Summering av säsongen

Resultatmässigt överträffade säsongen våra förväntningar. Trots stora utmaningar lyckades vi vinna den första serien och avancera en division upp. Detta genomfördes trots att vi i mer än hälften av matcherna spelade med färre än 15 utspelare. Säsongen har varit mycket krävande för både spelare och ledare. För att kunna genomföra matcher har vi kontinuerligt varit beroende av hjälp från andra lag i föreningen. Samtidigt upplevde vi att stödet från föreningen under stora delar av säsongen varit begränsat.

Under den andra delen av säsongen fortsatte utmaningarna med låg träningsnärvaro och svårigheter att få ihop lag till matcher. Mot slutet av den blå serien fick vi viss hjälp från U15, medan stödet från J18 fortsatt var begränsat. Inför den sista seriematchen hade vi fyra timmar före nedsläpp endast åtta spelare tillgängliga. Vi tvingades därför spela med sjuka spelare samt spelare som nyligen återvänt från skador efter flera veckors frånvaro.

Trots detta lyckades laget placera sig bland de 16 bästa lagen och kvalificera sig för A-slutspelet. I den första slutspelsmatchen förlorade vi klart, vilket delvis kan förklaras av att många spelare saknade erfarenhet av matcher på den nivån. I den andra matchen mot Lidingö hade vi återigen stora problem att få ihop lag, men trots detta förlorade vi endast med ett mål i en match där vi skapade flera klara målchanser. Vår uppfattning är att vi, med ordinarie laguppställning, hade haft goda möjligheter att vinna och därmed nå topp 8 i Stockholm.

Spelarövergångar och föreningsdialog

Under säsongen fattade klubben ett centralt beslut att släppa en av lagets spelare till en konkurrerande klubb. Detta beslut togs och verkställdes nästan helt utan någon föregående dialog eller avstämning med lagets ledarstab. Att förlora en spelare under pågående säsong utan lagledningens vetskap försvårade ytterligare en redan kritisk truppsituation. Det skapade dessutom stora utmaningar för kontinuiteten i spelarplaneringen och påverkade förutsättningarna för att bedriva verksamheten på ett förutsägbart sätt.

Målsättning och uppföljning

Säsongens huvudsakliga målsättning har varit att utveckla spelarna så att samtliga skulle känna att de har möjlighet att spela J18-hockey inom JHC. Den målsättningen anser vi att vi uppnått. Under året har vi byggt en grundläggande spelförståelse, stärkt spelarnas inre motivation och arbetat med att utveckla lagets fysiska kapacitet och volymstyrka.

Målsättning inför nästa säsong

Inför kommande J18-säsong bör den främsta målsättningen vara att säkerställa en tillräckligt stor spelartrupp för att kunna bedriva verksamheten på ett hållbart sätt, både på träning och match.

Tryout och provspel

Från och med vecka 44 och framåt under säsongen har flertalet av lagets spelare varit till andra klubbar för att provspela. Anledningen till dessa tryouts har varierat inom gruppen; några spelare har genomfört provspel i syfte att byta klubb inför kommande säsong, medan andra har besökt olika föreningar för att visa upp sig och provspela inför kommande intag till hockeygymnasium (HG). Detta har varit en del av spelarnas individuella utveckling och framtidsplaner, men det har under en lång period också påverkat kontinuiteten i lagets egna tränings- och matchförberedelser.

Lagkassa

Inför säsongens slut fattades ett gemensamt beslut att använda lagets samlade resurser till en gemensam aktivitet. Lagkassan tömdes i sin helhet för att finansiera deltagandet i en avslutande cup i Furudal. Detta blev ett värdefullt och uppskattat tillfälle för spelartruppen att runda av ett intensivt och kämpigt år tillsammans, stärka lagsammanhållningen ytterligare och få ett positivt avslut på U16-säsongen.

Analys av året

Säsongen 2025/2026 har karaktäriserats av en extrem kontrast mellan sportslig framgång och strukturella utmaningar. Att laget lyckas vinna den första serien, avancera i seriesystemet och ta sig till A-slutspel är en anmärkningsvärd prestation sett till förutsättningarna. Den stora spelaromsättningen under matcherna – där totalt 31 respektive 36 spelare behövde rullas runt i serierna visar på en enorm sårbarhet i den egna truppens storlek, men också på en god samarbetsvilja hos de individuella spelarna från U15 och J18 som ställt upp.

Den låga träningsnärvaron och svårigheten att bedriva träningar med fullt manskap har oundvikligen hämmat den lagtaktiska utvecklingen och kontinuiteten. Trots detta har ledarstabens medvetna val att fokusera på process och prestation framför kortsiktiga resultat burit frukt. Spelarna har visat en hög mental mognad, stor lojalitet och en stark vilja att utvecklas. De har lyft sitt spel, stärkt sitt självförtroende och tagit stora kliv i sin spelförståelse. Den sportsliga framgången är ett direkt kvitto på att gruppen har presterat på sin absoluta toppnivå när det gäller som mest.