

Nivåanpassning

För att inkludera alla

Nivåanpassning vs Toppning

- Toppning är när man prioriterar några spelare på andra spelares bekostnad.
- Nivåanpassning ger alla möjlighet att träna och spela match utifrån sin egen ambitionsnivå, intresse och utvecklingsnivå för dagen.
- Toppning är ofta en ledares jakt på kortsiktig framgång.
- Nivåanpassning är när man sätter spelarens långsiktiga behov och utveckling i centrum.

Vad är nivåanpassning?

- Nivåanpassning handlar om att en spelare får möjlighet att träna och spela tillsammans med andra spelare på samma utvecklingsnivå, där ett ömsesidigt utbyte kan ske.
- När man anpassar träning och matcher så att alla kan delta, utvecklas och ha kul.
- När man försöker få till så jämna matcher som möjligt.
- När tränaren tar ut laget för att spelarna ska utvecklas så mycket som möjligt och spelarna kan spela och kämpa för att vinna en jämn match.

Hur nivåanpassar man ?

- Skapar övningar som lätt kan anpassas efter svårighetsgrad.
- Anmäl laget i två eller flera olika matchmiljöer alt. anpassa laget efter motståndet.
- Hitta träningsmatcher där ni möter lag med ungefär lika många i truppen. Dela sedan upp trupperna i 2-3 matcher.

När börjar man nivåanpassa?

- Från början!
- Ställer krav på ledarna. Svenska Innebandyförbundet säger, “Som ledare ska man verka för en nivåanpassad utbildning”
- Förklara för spelarna och föräldrarna varför man nivåanpassar.

Varför ska man nivåanpassa?

- För att få så många som möjligt att spela innebandy så länge som möjligt.
- För att barnen oftare känner att de lyckas på träning och match.
- Att få till jämna matcher och träningar. Det är vad som är mest utvecklande för alla innebandyspelare.
- För att alla ska kunna utvecklas.

Summering!

En tanke om nivåanpassning bör finnas både på träning och match, dock inte hela tiden så det utvecklas A- och B-lag, men för att ge möjlighet till utveckling. Även intresse för sporten i allmänhet, träningsnärvaro eller social mognad kan utgöra underlag för vilken "nivå" en spelare har. Nivåanpassning syftar aldrig till att vinna matcher, till skillnad mot toppning som alltid gör det.

Den personliga utvecklingsnivån är givetvis inte den samma hela tiden, utan förändras över tid beroende på hur mycket man tränar, hur man växer och hur man utvecklas socialt. Det är utifrån det oerhört viktigt att ledare är flexibla och följer spelarnas utveckling så att inte träningsgrupper blir statiska.

Utifrån en tanke om långsiktighet utan resultatfokusering ska fokus läggas på den individuella utbildningen och utvecklingen. Därför ska varje spelare ha möjlighet att utvecklas utifrån sitt kunnande, dagsaktuella utvecklingsnivå och intresse.