

Riktlinjer för nivåanpassning, rotation och lagsamarbete



Hur vi skapar rätt utmaning, trygghet och utveckling över tid

Syfte och utgångspunkt

Sigtuna IF Fotboll vill skapa en trygg, utvecklande och långsiktig fotbollsmiljö där så många spelare som möjligt vill spela fotboll så länge som möjligt.

Spelare utvecklas i olika takt och har olika behov över tid. Därför arbetar Sigtuna IF med nivåanpassning, rotation och lagsamarbete som verktyg för att skapa rätt utmaning, trygghet och utveckling.

Vår utgångspunkt är att arbetet ska vara flexibelt, inkluderande och omprövas över tid. Rätt utmaning betyder inte alltid svårare nivå. Det kan också innebära en tryggare matchmiljö, en annan roll, mer ansvar, bättre möjlighet att lyckas eller en miljö där spelaren får träna på rätt saker.

En träningsgrupp, matchmiljö eller uttagning är en bedömning i stunden, inte en permanent placering eller värdering av spelaren. Nivåanpassning ska inte skapa permanenta nivålag, fasta hierarkier eller känsla av utanförskap.

Ledare ska kommunicera tydligt om principer och upplägg, men inte diskutera enskilda spelares bedömningar i grupp.

Riktlinjerna ska ge ledare stöd i vardagen, skapa samsyn mellan lag och tydliggöra för spelare och vårdnadshavare hur Sigtuna IF arbetar med utveckling, matchmiljöer och samarbete mellan lag.

Begrepp och föreningens förhållningssätt

Nivåanpassning

Nivåanpassning innebär att träning och matchmiljö anpassas för att ge spelaren rätt utmaning utifrån mognad, utveckling, trygghet, ambition och aktuell situation.

Det kan ske genom olika grupper i träning, olika roller eller uppgifter, olika svårighetsgrad i övningar, olika matchmiljöer eller rotation mellan lag och åldersgrupper.

I Sigtuna IF är nivåanpassning ett utvecklingsverktyg. Det är inte ett sätt att värdera spelare som personer. Nivåanpassning ska vara flexibel, inkluderande och omprövas över tid.

Nivåanpassning ska inte skapa permanenta nivålag, fasta hierarkier eller känsla av utanförskap.

Träningsgrupper

Träningsgrupper kan variera mellan pass, övningar och perioder utifrån syfte, antal spelare, tema och behov av utmaning.

Träningsgrupper ska inte kommuniceras som fasta nivågrupper. Ledare ska undvika språk som skapar hierarkier, till exempel "bästa gruppen", "sämsta gruppen", "A-laget" eller "B-laget".

Rotation

Rotation innebär att spelare över tid kan träna eller spela i olika miljöer, grupper, roller, lag eller åldersgrupper.

Rotation kan användas för att ge rätt utmaning, skapa tryggare eller mer utvecklande matchmiljö, stötta lag vid behov, förbereda övergångar mellan spelformer eller stärka samarbetet mellan lag.

Rotation betyder inte att alla spelare automatiskt ska spela i alla nivåer eller åldersgrupper. Vissa spelare kan under perioder spela mer i en matchmiljö än en annan, beroende på utveckling, trygghet, belastning och aktuell matchmiljö.

Återkommande rotation ska ha ett tydligt syfte, följas upp och ske i dialog mellan berörda ledare och fotbollsutvecklare.

Permanent uppflyttning är inte vanlig rotation. Det innebär en förändrad lagtillhörighet och hanteras enligt särskild bedömning.

Permanent uppflyttning

Permanent uppflyttning innebär att en spelare byter ordinarie lagtillhörighet till en äldre åldersgrupp.

I barnfotbollen, till och med 7 mot 7, ska permanent uppflyttning till äldre lag som utgångspunkt inte förekomma. Under dessa år ska utveckling i stället hanteras genom nivåanpassning, varierade träningsgrupper, tillfällig rotation, gästträning eller matchspel med äldre lag vid behov.

Från 9 mot 9 kan permanent uppflyttning prövas i särskilda fall, men endast efter dialog mellan berörda ledare, spelaren, spelarens vårdnadshavare och ansvarig fotbollsutvecklare.

En permanent uppflyttning ska alltid bedömas utifrån spelarens långsiktiga utveckling, trygghet, sociala tillhörighet, mognad, belastning och påverkan på både skickande och mottagande lag.

Permanent uppflyttning ska inte användas som statusmarkör, belöning eller genväg till svårare matchmiljö. Utgångspunkten är att spelaren behåller sin tillhörighet i sin åldersgrupp så länge det är bäst för spelarens helhet.

Lagsamarbete

Lagsamarbete innebär att två eller flera lag samarbetar kring träning, match, ledarstöd eller spelarutveckling.

I Sigtuna IF är lagsamarbete en naturlig del av spelarutbildningen. Närliggande lag och åldersgrupper förväntas samarbeta när det gynnar spelarnas utveckling och föreningens helhet.

Samarbete får inte bygga på att ett lag "äger" spelare eller platser i ett annat lag. Det mottagande lagets ledare ansvarar för vilka spelare som tas emot och hur de används i träning och match.

Skickande ledare bidrar med förslag och underlag. Fotbollsutvecklare stöttar samsyn och bedömning vid behov.

Matchning

Matchning innebär hur ledare tar ut trupp, fördelar positioner och planerar speltid i en specifik match eller cup.

Matchning ska utgå från spelarens utveckling, träningsnärvaro, inställning, roll, belastning, motstånd, matchmiljö och lagets helhet.

Matchning ska aldrig reduceras till att bästa laget ska vinna matchen. Matchen är en del av spelarens utbildning.

Alla spelare behöver inte spela alla matcher, men alla spelare ska över tid ges meningsfulla matchmöjligheter. I yngre åldrar prioriteras hög delaktighet och variation. I äldre åldrar kan matchmiljön successivt bli mer utvecklings- och nivåanpassad, men fortfarande med spelarutbildning och långsiktig utveckling som grund.

När lag spelar i serier eller matcher med olika nivåer använder vi nivåerna som beskrivning av matchmiljön, inte som etiketter på spelare. Vi pratar därför om exempelvis "match i Svår", "match i Medel" eller "match i Lätt", inte om fasta "Svår-spelare", "Medel-spelare" eller "Lätt-spelare".

En spelare kan vara aktuell för olika matchmiljöer över tid, men det betyder inte att alla spelare automatiskt ska spela i alla nivåer. Bedömningen görs utifrån spelarens utveckling, trygghet, roll, belastning och aktuell matchmiljö.

Toppning

Toppning innebär att ledare systematiskt väljer bort spelare eller kraftigt begränsar speltid i syfte att maximera chansen att vinna enskilda matcher.

Toppning är inte förenligt med Sigtuna IF:s barn- och ungdomsverksamhet.

Det är däremot tillåtet att anpassa matchmiljö, trupp, roller och speltid utifrån utveckling, trygghet, belastning och nivå, så länge det sker långsiktigt och i linje med föreningens riktlinjer.

Skillnaden är syftet: matchning ska stödja spelarutbildning och långsiktig utveckling. Toppning drivs av kortsiktigt resultat.

Dubblering

Dubblering innebär att en spelare spelar flera matcher nära inpå varandra eller under samma helg.

Dubbling kan förekomma, men ska hanteras med omsorg utifrån belastning, skaderisk, motivation, matchernas intensitet, spelarens totala idrottande och lagets behov.

Dubbling ska inte bli en standardlösning för samma spelare över tid och ska inte användas på ett sätt som blockerar andra spelares matchmöjligheter.

Praktisk tillämpning

I träning

Ledare kan nivåanpassa genom att:

- dela in spelare i varierade grupper
- justera yta, tid, antal spelare eller regler
- ge olika spelare olika uppgifter
- låta spelare prova olika positioner
- skapa extra utmaning eller tryggare miljö vid behov
- samarbeta med andra lag

I match

Ledare ansvarar för att ta ut trupp och planera match utifrån föreningens riktlinjer.

Vid matchuttagning kan ledare väga in träningsnärvaro, inställning, spelarens utvecklingsbehov, positioner, tidigare matchbelastning, motstånd, matchnivå, lagets helhet och behov av rotation.

Alla spelare behöver inte spela alla matcher, men alla spelare ska över tid ges meningsfulla matchmöjligheter.

Vid rotation mellan lag eller åldersgrupper

När spelare roterar mellan lag eller åldersgrupper ska det finnas ett tydligt syfte.

Rotation ska ske i dialog mellan berörda ledare och, vid återkommande rotation eller nivårelaterade frågor, tillsammans med ansvarig fotbollsutvecklare.

Det mottagande lagets ledare ansvarar för vilka spelare som tas emot, hur spelaren används i träning eller match och hur rotationen fungerar i lagets planering. Ledare i det skickande laget kan föreslå spelare och bidra med underlag om spelarens utveckling, belastning, mognad och behov av utmaning.

Fotbollsutvecklare har en aktiv roll i att skapa samsyn, vägleda ledare och bidra till att rotation sker i linje med föreningens riktlinjer.

Vid mer återkommande rotation ska dialog föras med berörd spelare och spelarens vårdnadshavare om syfte, upplägg och uppföljning.

Om rotationen är en del av ett större samarbete mellan lag bör laget informeras om de övergripande principerna, men inte om enskilda spelares bedömningar.

Permanent uppflyttning hanteras som ett särskilt beslut. I barnfotbollen till och med 7 mot 7 ska permanent uppflyttning som utgångspunkt inte förekomma. Från 9 mot 9 kan det prövas i särskilda fall tillsammans med ansvarig fotbollsutvecklare.

Vid cuper

Cuper ska planeras utifrån syftet med cupen. Syftet kan till exempel vara gemenskap, utveckling, extra utmaning, förberedelse inför spelform, jämna matcher eller social lagaktivitet.

Ledare ska vara tydliga med vad cupen är till för och hur trupper tas ut. Över tid ska föreningen sträva efter att spelare får rimliga och rättvisa möjligheter till cupspel, men varje cup behöver inte ha exakt samma urval eller syfte.

Kommunikation och ansvar

Ledare

Ledare ansvarar för sportsliga beslut i laget, exempelvis träningsupplägg, gruppindelningar, matchuttagningar, positioner, rotation, speltid och samarbete med andra lag.

Besluten ska fattas i linje med Blå Tråden, spelarutbildningsplanen och dessa riktlinjer.

Fotbollsutvecklare

Fotbollsutvecklare ansvarar för att stötta ledare i tillämpningen, skapa samsyn mellan lag, hjälpa till vid svåra avvägningar och följa upp arbetssätt över tid.

Vid återkommande rotation, nivårelaterade frågor eller oenighet mellan lag ska fotbollsutvecklare ha en aktiv roll i bedömningen.

Vårdnadshavare

Vårdnadshavare är viktiga för spelarens trygghet och motivation.

Vårdnadshavare ska stötta barnet, bidra till en positiv miljö, ta del av information och lyfta frågor på ett konstruktivt sätt. Vårdnadshavare kan alltid ställa frågor och be om förklaring, men ledarna ansvarar för fotbollsmässiga beslut.

Kommunikation vid större förändringar

När ett lag inför ett tydligare samarbete med annat lag, återkommande rotation eller förändrad matchstruktur bör spelare och vårdnadshavare informeras i förväg.

Informationen bör beskriva varför förändringen görs, hur upplägget fungerar, hur det följs upp och vem man kontaktar vid frågor.

Vad vi vill undvika

Sigtuna IF vill undvika arbetssätt som leder till:

- tidig och permanent sortering av spelare
- fasta A- och B-lag i unga åldrar
- toppning för kortsiktiga resultat
- otydliga uttagningsprinciper
- att spelare tappar tillhörighet
- att samma spelare alltid får extra möjligheter
- att samma spelare alltid väljs bort
- att nivåanpassning används som statusmarkör
- att enskilda lag isoleras från föreningens helhet

Uppföljning

Arbetet med nivåanpassning, rotation och lagsamarbete följs upp löpande genom dialog i ledarteam, dialog mellan berörda lag, fotbollsutvecklarforum samt observationer av träning och match.

Syftet med uppföljningen är att justera arbetssätt över tid och säkerställa att riktlinjerna stärker spelarutveckling, trygghet och föreningens helhet.