**Girl Camp och Boy Camp**

Syftet med denna aktivitet är att skapa en gemenskap inom Skellefteå IBS där de äldre tränar på ledarskap och att vara goda förebilder och de yngre får träna teknik och spelförståelse samtidigt som de får lära känna spelare över åldersgränserna samt inspireras av de äldre. Det är en kombination av spelglädje och samarbete och lagbygge.

GC/BC arrangeras av dam- respektive herrutveckling tillsammans med föreningens arrangörsgrupp.

**Ansvarsområden**:

|  |  |
| --- | --- |
| Boka lokal | Styrelsens arrangörsgrupp |
| Skicka kallelse till barnen | S arrangörsgrupp |
| beställa dryck och mellis | S arrangörsgrupp |
| Bemanna kiosken  | S arrangörsgrupp tillsammans med d/h- utveckling |
| Bygga sarg och ställa iordning i hallen  | d/h-utveckling |
| Planera aktiviteter för barnen  | d/h- utveckling |
| Genomföra aktiviteter för barnen  | d/h-utveckling |
| Städa undan sarg och återställa hallen  | AS arrangörsgrupp och d/h-utveckling |

**Upplägg**:

De anmälda spelarna i föreningen kommer till Balder för att genomföra GC/BC. Spelarna är uppdelade i pojkar/flickor och i äldre/yngre. På morgonen kommer de yngre flickorna och pojkarna och genomför campen. Det blir lunch för ungdomsledarna och sedan kommer de äldre deltagarna och genomför campen. Ungdomsledarna har planerat aktiviteter som passar för de yngre och äldre. Aktiviteter innebär lekar och träningsövningar där deltagarna får träna innebandy på en lagom nivå. Det kan handla om passningar, skott, hinderbanor, smålagsspel etc. Det är liksom som en träning som hålls av ungdomsledare för de yngre spelarna. Ungdomsledarna får gärna briljera, inspirera och imponera på de yngre.

**2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Flickor | Pojkar |
| Yngre | 19, 18, 17, 16, 15 | 19, 18, 17 |
| Äldre | 14, 13, 12, 11 | 15, 14, 13, 12 |

**Hur många ledare behövs?**

Bemanning fm: 6-10 ungdomsledare i respektive hall

Bemanning em: 4-6 ungdomsledare i respektive hall

Målvakter från dam- och herrutv 2+2

Ha kontakt med varandra i herr- och damutveckling så att ni kan hjälpa varandra med bemanning. Det finns några fler damspelare än herrspelare.

Lagledare D-utv: Stina Sehlstedt

Lagledare H-utv Tomas Forsman

**Före genomförandet:**

Dam- och herrutveckling planerar två pass med aktiviteter. Ta hjälp av era tränare om det är svårt att tänka ut passande övningar.

* Förmiddagspasset: 09:00-11:00
	+ Ska passa nybörjare i innebandy. Enkla passnings-, skott-, och spelövningar. Kanske en enklare hinderbana?
	+ Ungdomsledarna tänker ut någon lek eller aktivitet för att träna namn och lära känna varandra. Gärna med innebandytema.
	+ Planera in tid för rast, lek och fika.
	+ Ett tips är att ha mer planerat än vad man tror man behöver så man kan byta övning om barnen blir trötta på en övning, eller om man märker att barnen är för duktiga/övningen är för svår.
	+ En uppskattad aktivitet är spel. Gärna där ungdomsledarna är med och spelar.
	+ Om det är många anmälda kan man tänka att spelarna delas in i grupper, slumpmässigt, och gör olika övningar samtidigt. På så vis blir det en effektiv träning och mindre väntan i kö för de små. Man ska alltid försöka maximera spelarens egentid med klubba och boll.
	+ Målvaktsträning är också alltid väldigt uppskattat!
* Eftermiddagspasset: 11:30-13:45
	+ Ska passa spelare med lite mer erfarenhet. Kanske övningar som ungdomsledarna själva gör på sina träningar? Det får gärna vara utmanande och spännande.
	+ Även här är tipset att ha fler övningar än man behöver så man lätt kan ändra/fylla på eftersom man lär känna barnen.
	+ Tänk även här att det behövs tid för vila, fika och vanligt lattjo.
	+ En uppskattad aktivitet är spel. Gärna där ungdomsledarna är med och spelar.
	+ Om det är många anmälda kan man tänka att spelarna delas in i grupper, slumpmässigt, och gör olika övningar samtidigt. På så vis blir det en effektiv träning och mindre väntan i kö. Man ska alltid försöka maximera spelarens egentid med klubba och boll under träningstillfällena.
	+ Målvaktsträning är också alltid uppskattat!

**Under genomförandet :**

**08:00** Ungdomsledare och arrangörsgrupp kommer till Balder och börjar ställa iordning hallarna med sarg, bollar, västar, material etc, samt startar kiosken.

**09:00** Barnen kommer. Killarna ska vara i A-hallen i år och tjejerna i B-hallen. Ungdomsledarna välkomnar spelarna och berättar vad som ska hända. De delar in barnen i grupper och genomför namnlek eller annan lära-kännalek. Sedan genomförs träningen. Kom ihåg att ta rast och ge utrymme för spontan lek med boll och varandra.

**11:00 Lunch för dam- och herrutveckling.** Ta med mat hemifrån. Många restauranger öppnar inte förrän 12 så det kommer inte gå att köpa mat på stan. Det är också lite kort för att springa och köpa en sallad på konsum.

 **11:30** De äldre barnen kommer. Ni genomför träningspass två utifrån den planering ni gjort. Även här är det viktigt att ni ger utrymme för rast, fika och lek.

**13:45** Dagen slutar och deltagarna går hem. Ungdomsledare tillsammans med arrangörsgrupp hjälps åt att städa undan bollar, västar, sarg i B-hallen, städar kiosken och plockar skärp från planer och läktare.

**14:30** Vi lämnar Balder trötta men glada 😊 Eller stannar och ser GS spela match.

Under tiden kommer kiosken vara öppen.

Kontaktuppgifter Styrelsens arrangörsgrupp:

Linda Vikman 070-3051214

Linda.wikman@gmail.com