



Lagpolicy

För att göra det möjligt för våra ledare att hinna med alla uppgifter, har föreningen fastlagt ett antal punkter som skall vara uppfyllda innan anmälan av lag till seriespel/poolspel kan ske.

Varje lag skall ha en föräldrar- eller spelargrupp bestående av ca 4-6 st. föräldrar, eller spelare (gäller endast spelare som fyllt 18 år).

Ledare ska närvara vid kallade ungdomsledarmöten, dessa kan även ske i samband med styrelsemöten vid något tillfälle per säsong.

Vid varje träning ska sargen sättas upp av första tränande laget. Vid utebliven träning skall nästkommande lag meddelas senast dagen innan. Träningstider fördelas på så sätt att yngre lag får de tidiga tiderna på eftermiddagen. Seniorlag får de sena tiderna.

Varje lag ska omfattas av:

Ledare	Se Ledarpolicy
Spelare	Se Spelarpolicy
Föräldrar	Se Föräldrapolicy



Vi arbetar efter Svenska Innebandyförbundets rekommendationer enligt nedan.

Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU) har sin utgångspunkt i den kanadensiska modellen LTD – Long-Term Development. Den kallades tidigare LTAD (Long Term Athlete Development) och är välkänd och använd runt om i världen och bildar ett ramverk för att beskriva en långsiktig utveckling. I den goda innebandymiljön är långsiktighet ett viktigt signum – det gäller såväl utvecklingen av spelare och ledare som i föreningens visions- och målarbete.

Modellen för svensk innebandy visar också på vår verksamhets rika bredd och stora möjligheter oavsett ålder, ambition och förutsättningar. Här finns något för alla!





Grön modell

Rörelseglädje (6-9 år) – grön

Nivån "Rörelseglädje" präglas av att ha kul i sitt idrottande och fortsätta att utveckla de motoriska grundformerna. Själva spelet och innebandytekniken introduceras på ett lekfullt sätt och innebandyträningen genomförs med fördel i form av roliga aktiviteter och lekar. Det gäller också att anpassa ytor och utrustning efter barnen.

Ledaren förklarar och instruerar på ett tydligt och enkelt sätt. Att vara med och göra sitt bästa är viktigare än att prestera. I ledarrollen är det centralt att lyfta det som är positivt och bidra till att barnen utvecklar sitt självförtroende och sin självkänsla.

- Ge alla som vill en möjlighet att delta.
- Sträva efter att låta alla få spela lika mycket, (toppningsförbud).
- Träffas minst 1 träning/vecka för att utöva innebandy, ha roligt och skapa bra kamratanda.
- Lära sig grundläggande regler inom innebandyn.
- Barnen skall lyssna och visa respekt för varandra, ledare, motståndare och domare.
- Följa den övergripande policyn.
- Kiosk- och sekretariatschema ska finnas till varje hemmamatch. Kiosken ska vara öppen för försäljning vid varje hemmamatch.



Blå modell

Lära sig träna (9-12 år) – blå

På denna nivå betonas att barnen lär sig att träna. Verksamheten har en tydligare inriktning på att lära sig innebandy teknik, själva spelet och allmänna idrottsliga färdigheter. Tävlingar förekommer och är anpassade för ålder och mognad, men det är inte fokus för verksamheten. Utövande av andra idrotter och aktiviteter främjas.

Som ledare eftersträvar man att erbjuda en varierad och lustfylld träning som innehåller individuella utmaningar. Lärande och individuell utveckling betonas i jämförelse med resultatmål.

- Utöva träning minst 2 ggr/vecka för att utvecklas inom taktik, teknik, kondition och strategi samt underhålla och utveckla kunskaperna inom innebandyns regelverk.
- Ge deltagare information och uppmuntra dem till egen spelarutveckling genom utvecklingsläger mm.
- Barnen skall lyssna och visa respekt för varandra, ledare, motståndare och domare.
- Träningsflit ger speltid.
- Ledaren avgör när nya spelare är mogna för att delta i match.
- Följa den övergripande policyn.
- Kiosk- och sekretariatschema ska finnas till varje hemmamatch. Kiosken ska vara öppen för försäljning vid varje hemmamatch.



Röd modell

Träna för att träna (12-16 år) – röd

På den här nivån läggs tonvikten på att lära sig så mycket som möjligt, inte minst rent tekniskt, och mer komplexa övningar förekommer. Utvecklingen av fysiska kvaliteter som styrka, uthållighet och rörlighet sker parallellt och i fas med innebandyträningen. Det förekommer mer matcher, i första hand på lokal och regional nivå, men även på riksnivå. Fler spelare väljer innebandy som sin idrott, men samtidigt bör det erbjudas möjlighet att delta i andra idrotter.

I ledarteamet bör det finnas en bred kompetens som, förutom kunnsighet inom innebandyn inkluderar kompetens kring fysisk träning, skadeförebyggande, idrottspsykologi med mera.

På röd nivå spelas matcher enligt regelhandboken med lokala förutsättningar när det gäller speltid.

Att toppa laget för att få till kortsiktiga resultat på röd nivå är i långa loppet något som kommer leda till att fler slutar spela innebandy.

- Utöva träning minst 2 ggr/vecka för att utvecklas inom taktik, teknik, kondition och strategi samt underhålla och utveckla kunskaperna inom innebandyns regelverk.
- Ge deltagare information och uppmuntra dem till egen spelarutveckling genom utvecklingsläger mm.
- Ungdomarna skall lyssna och visa respekt för varandra, ledare, motståndare och domare.
- Träningsflit ger speltid.
- Vid match så bör man som ny spelare följa med sitt lag för att lära och att bygga lagkänsla utan att spela matchen. Ledaren avgör när nya spelare är mogna för att delta i match.
- Följa den övergripande policyn.
- Kiosk- och sekretariatschema ska finnas till varje hemmamatch. Kiosken ska vara öppen för försäljning.



Svart modell

Träna för att tävla (junior och senior) – svart

När man som innebandyspelare befinner sig på denna nivå är man mer inställd på att satsa på innebandyn och för många är målet att nå elitnivå. Spelarna bemästrar alla grunder och träningen inriktas mot mer avancerade och komplexa spelövningar. De fysiska kvaliteterna vidareutvecklas och matchas såväl mot vad spelet kräver som var de aktiva befinner sig utvecklingsmässigt, om möjligt på individuell basis. Det blir viktigt att balansera träningsinnehållet och träningsmängden gentemot återhämtning, inte minst för att minska på skaderiskerna. Spelarnas egen förståelse för träning, återhämtning samt frågor kring mat och dryck utgör också en god grund för en hållbar satsning. Matchspel blir mer centralt och utgör en viktig del i utvecklingen. Det är fortfarande väsentligt att prestationsmålen tillmäts stor vikt i relation till resultatmålen.

På denna nivå är ledar-/tränarteamets samlade kompetens central, och då kring hela spektret av innebandyns tränings- och tävlingsområden. Eftersom träningsmängden ökar är det betydelsefullt att vara observant på risken med överträning och att vid behov kunna tillhandahålla välfungerande stödfunktioner. Det kan exempelvis handla om idrottspsykologisk hjälp, medicinsk support och frågor kring mat/dryck.

- Utöva träning minst 1-2 ggr/vecka för att utvecklas inom taktik, teknik, kondition och strategi samt underhålla och utveckla kunskaperna inom innebandyns regelverk.
- Ledaren får coacha fritt i sitt lag.
- Spelarna skall lyssna och visa respekt för varandra, ledare, motståndare och domare.
- Laget inkl. ledare ska ställa upp på de aktiviteter som föreningen ålägger dem.
- Följa den övergripande policyn.
- Kiosk- och sekretariatschema ska finnas till varje hemmamatch. Kiosken ska vara öppen för försäljning.