

Barn- och ungdomspolicy för Ålands innebandyförbund

Barn- och ungdomsriktlinjer samt bestämmelser inom innebandy på Åland

Syfte

Ålands Innebandyförbund (ÅIBF) vill erbjuda barn och ungdomar en trygg, utvecklande och rolig miljö där alla kan spela innebandy utifrån sina förutsättningar. Policyn ska vara vägledande för föreningar, ledare, spelare och föräldrar i arbetet med att skapa en positiv och långsiktigt hållbar verksamhet.

Vår vision

Genom denna policy vill Ålands Innebandyförbund skapa en verksamhet där barn och ungdomar trivs, utvecklas och stannar kvar länge inom innebandyn – som spelare, ledare, domare eller eldsjälar.

Huvudmål med barn- och ungdomsinnebandyn

- Så många som möjligt ska spela innebandy så länge som möjligt oavsett ambitionsnivå
- Alla barn och ungdomar ska erbjudas möjlighet att delta i innebandyrörelsen
- Unga spelare som lämnar Åland för t.ex. studier, ska kunna vara på en sådan nivå att de på sin nya ort ska kunna fortsätta spela innebandy och fortsätta förkovra sig vidare och förhoppningsvis återvända till Åland med ännu mer erfarenhet.

Riktlinjer i korthet

Barn- och ungdomsinnebandyn på Åland ska;

- Ta hänsyn till individens behov och ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar
- Skapa en positiv och sund miljö där alla får lära sig innebandy och utveckla ett livslångt intresse för idrotten
- Ge ungdomar med ambition möjlighet att göra en målmedveten innebandysatsning under socialt trygga former där övergången från barn till ungdomsinnebandy sker successivt
- Se matchen som ett inlärningsstillfälle och motverka toppning och utslagning
- Lära barn och ungdomar ett etiskt och moraliskt förhållningssätt, samt fostra till rent spel
- Erbjuder en allsidig innebandyträning

Våra grundprinciper

1. Glädje och gemenskap

- Alla barn och ungdomar ska känna sig välkomna oavsett bakgrund, kön, etnicitet, religion eller funktionsvariation.
- Verksamheten ska präglas av gemenskap, kamratskap och respekt för varandra.
- Innebandyn ska vara rolig – både på och utanför planen.

2. Trygghet och respekt

- Alla ska bemötas med respekt och omtanke. Nolltolerans gäller mot mobbning, trakasserier, våld, alkohol och droger.
- Ledare ska vara goda förebilder i språkbruk, attityder och beteende.
- Barns rättigheter, såsom de uttrycks i FN:s barnkonvention, ska respekteras i alla sammanhang.

3. Långsiktig utveckling

- Fokus ligger på individens utveckling före resultat, särskilt i yngre åldrar.
- Träningen ska vara allsidig och anpassad efter ålder och mognad.
- Alla barn och ungdomar ska ges möjlighet att prova olika roller och positioner i spelet.
- Utveckling mäts inte bara i prestation, utan också i glädje, självförtroende och sociala färdigheter.

4. Delaktighet och inflytande

- Barn och ungdomar ska uppmuntras att uttrycka sina åsikter och vara delaktiga i beslut som rör deras verksamhet.
- Föräldrar ska inkluderas och informeras på ett öppet och tydligt sätt.

5. Rättvisa och inkludering

- Alla ska få möjlighet att delta oavsett ambitionsnivå.
- Speltid och deltagande ska i yngre åldrar fördelas jämnt.
- Förbundet och föreningarna ska arbeta för jämställdhet mellan flickor och pojkar.

SIU-modellen

Åländsk innebandy bygger på Svensk innebandys utvecklingsmodell gällande barn och ungdomsidrotten och har samma syn på verksamheten i de olika åldersindelningarna som går att hitta i SIU-modellen. Nedan beskrivs verksamheten ur ett åldersperspektiv i förhållande till SIU-modellen.

Lek och rörelse (0-6 år, ljusgrön nivå)

Denna nivå är inte särskilt inriktat gentemot innebandy utan kan bedrivas i olika idrottsliga sammanhang. Här ska lek och rörelse stå i fokus och fysisk aktivitet utgör en rolig del av barns liv. Träningen är varierad med enkla aktiviteter där deltagarna får använda sin fantasi och uppleva rörelseglädje. Aktiv lek är nyckeln bland annat eftersom den bygger viktiga kopplingar inom hjärnan samt mellan hjärnan och muskler. Träningen bör innehålla utveckling av de olika motoriska grundformerna: åla/krypa, gå, springa, hoppa, balansera, hänga, rulla, stödja och kasta/fånga.

Som ledare är det viktigt att man är tydlig och enkel. Vidare gäller det att sätta barnet i centrum, ge beröm ofta och uppmuntra till utveckling.

Rörelseglädje (6-9 år, grön nivå)

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.

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.

Lära sig träna (9-12 år, blå nivå)

På denna nivå betonas att barnen lär sig att träna. Verksamheten har en tydligare inriktning på att lära sig innebandyteknik, 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.

Träna för att träna (12-16 år, röd nivå)

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 ledar-/tränarteamet bör det finnas en bred kompetens som, förutom kunskap inom innebandyn inkluderar kompetens kring fysisk träning, skadeförebyggande, idrottspsykologi med mera.

Träna för att tävla (junior och senior, svart nivå)

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 skaderisken. 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.

Bredd och motion (lila nivå)

De aktiva på denna nivå utgörs av en bred målgrupp. Här finns spelare som vill tävla men inte på elitnivå. Det kan exempelvis bero på att man inte är beredd att lägga ner den tid som behövs för att satsa fullt ut eller att man upplever att förmågan inte riktigt räcker till. Men här finns även de som gillar att hålla på med innebandy som sin idrott där det huvudsakliga syftet är att hålla sig i form och träffa kompisar. Det är roligt och utmanande att tävla men på en nivå som är anpassad efter sina ambitioner. Det kan också vara aktiva som upptäcker innebandyns möjligheter senare under sin "idrottsresa" och börjar med idrotten som äldre ungdom eller vuxen.

Nivån har utmaningar med tanke på sin bredd och mångfald – dels gäller det att attrahera och behålla barn, ungdomar och vuxna som vill fortsätta att spela innebandy, dels välkomna aktiva i olika åldrar som vill börja träna och tävla i innebandy senare i sin karriär. Det gäller att erbjuda en rolig, allsidig och utvecklande innebandyverksamhet för olika åldrar och nivåer. Här kan föreningarna, med tanke på sina förutsättningar, göra satsningar gentemot särskilda målgrupper.

Förhållningsregler och rekommendationer

Spel utanför Åland

Upp till nivån **Träna för att träna (röd nivå)** så rekommenderar vi att spelarna i huvudsak spelar på Åland. Man kan dock på nivån **Lära sig träna (blå nivå)** också delta i ett anpassat seriespel i Uppland som innebär enstaka resor per termin. Man kan också delta i cuper som inte spelas på Åland vid något enstaka tillfälle per säsong som följer ÅIBF:s barn och ungdomsriktlinjer i övrigt. Barn och ungdomslag upp till högstadieålder som deltar i seriespel utanför Åland ska också delta i det lokala åländska seriespelet om det erbjuds ett sådant för att inte utarma den lokala innebandyn.

Tävling och resultat

I de yngsta åldersklasserna ska matcherna ses som en del av lärandet, inte enbart som tävling. ÅIBF:s ambition är inte att förbjuda tävling för barn och unga. Det är inte på något sätt ändamålsenligt. De flesta barn räknar oavsett mål och resultat i matcher men som vuxna bör vi i stället välja att fokusera på utveckling, rörelseglädje och gemenskap. Ett vuxenfokus på resultat och tabeller är ej gynnsamt för barnen utan vuxna bör i stället uppmuntra barnen till deltagande, utveckling och rörelseglädje. Därför förekommer ej resultat och tabeller i ÅIBF:s seriespel (poolspel) upp till och med 11 års ålder. Från årskurs 5 eller 12 års ålder kan man börja räkna resultat och föra tabeller. Några personliga poäng räknas dock inte förrän 16 års ålder. Fair Play ska genomsyra allt tävlingsspel.

Ledare, tränare och föräldrar

Ledare ska vara trygga vuxna förebilder som prioriterar barns välmående före resultat. Personer som arbetar med barn och unga under 18 år ska alltid uppvisa brottsregisterutdrag före påbörjat uppdrag. Detta gäller såväl inom förbundet som medlemsföreningarna. Ledare ska aktivt arbeta för en inkluderande miljö där alla känner sig sedda. ÅIBF har dessutom som krav att ledare som står med i båset på matcher har genomgått innebandyns grundutbildning. Vid genomgången utbildning erhåller ledarna en ledarlicensbricka som skall bäras synligt under matchomgångarna. ÅIBF för ett register över de ledare som gått ÅIBF-arrangerade utbildningar.

Föräldrar är en viktig del av verksamheten och ska uppmuntras att engagera sig på ett positivt sätt. Föräldrar förväntas stötta sitt barn och laget med respekt för ledarnas arbete och domarnas beslut. Idrott ska vara barnens aktivitet – press och osunda krav hör inte hemma i vår verksamhet. Föräldrar ska under matcher inte befinna sig på avbytarbänkarna med lagen utan inta en position som uppmuntrande publik som stöttar barnens aktivitet, spelledarna/domarna och stöttar ledarna som har ansvaret för att coacha lagen. I samtal med barnet efter match rekommenderar vi att fokusera mer på samtalsämnen som handlar om glädje, gemenskap och utveckling snarare än resultat och prestation.

Ansvar och uppföljning

Ålands Innebandyförbund ansvarar för att policyn kommuniceras till alla föreningar och uppdateras vid behov. Policyn finns på hemsidan för nedladdning och skickas ut till medlemsföreningar vid revidering. ÅIBF:s styrelse tar upp och behandlar policydokumentet årligen. Förbundet och föreningarna ska arbeta för jämställdhet mellan flickor och pojkar. Medlemsföreningar ansvarar för att policyn efterlevs i den dagliga verksamheten. Eventuella brott mot policyn ska hanteras snabbt och tydligt, med barnets bästa i fokus.