

## KOMMENTARER TILL KALENDERN

Varje år kommer en översiktlig månadsöversikt skapas av ansvariga för de båda sektionerna. Denna översikt förtydligar kalenderns innehåll vecka för vecka under året och identifierar vilka undantag som kommer att göras.

Undantag såsom cuper under lågsäsong ska kommuniceras tidigt med högsäsongsledarna och helst finnas med redan i översikten, så att aldrig spelare kommer i kläm och hamnar i onödiga valsituationer.

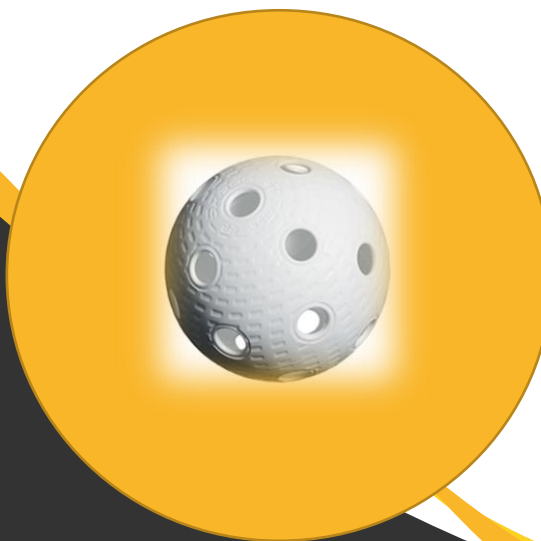
## VI LEDARE...

...uppmuntrar ALLTID spelare att hålla på med dubbla sporter, ända upp i vuxen ålder!

...skämtar eller raljerar ALDRIG på ett negativt sätt om den andra sporten!

...räknar FULLT UT med spelare som missar vår egen sports försäsong på grund av högsäsongssporten!

...betraktar ledarna inom den andra sporten som KOLLEGOR som jobbar för samma mål – barnens och ungdomarnas bästa!



## SAMSYN KRING SAMSYN

LOKAL TILLÄMPNING AV  
PRINCIPERNA I "SAMSYN  
SMÅLAND" MED MÅLET:

*EN VÄL SAMORDNAD, GENOMTÄNKT  
OCH HÖGKVALITATIV FOTBOLLS- OCH  
INNEBANDYVERKSAMHET MED VÅRA  
BARN OCH UNGDOMARS BÄSTA I  
FOKUS.*

## VÅR VISION

- Vi bygger vår verksamhet på MODERN IDROTTSFORSKNING som pekar på hur viktigt det är att inte specialisera sig i tidig ålder.
- Det är NATURLIGT för barn och ungdomar som gillar bollsport att hålla på med både innebandy och fotboll åtminstone upp till man fyllt 15 år, men på sikt även upp i vuxen ålder och på a-lagsnivå.
- Vi sätter BARNENS OCH UNGDOMARNAS BÄSTA i fokus, inte resultaten inom vår egen sport.
- I vår verksamhet PRATAR ledare i fotboll och innebandy med varandra för att nå en bättre samsyn.
- Vi har en PLAN för hur varje årskull ska kunna hålla på med bollsport året om utan att tvingas välja.

## VI TILLÄMPAR "SAMSYN SMÅLAND"

Fotboll och innebandy har HÖGSÄSONG varsitt halvår och är då prioriterad. Lågsäsongssporten får bedriva viss verksamhet, men ska anpassa sig helt till den prioriterade sportens upplägg och undvika krockar med träningar och matcher.

Nyckeln för att undvika problem är KOMMUNIKATION mellan ledare! I vår verksamhet är det självklart att ledarna i fotboll och innebandy har kontinuerlig kontakt med varandra och möts minst 2 ggr/år.

Både fotboll och innebandy tar PAUS helt under en period då vi tror att det är viktigt för både ledare och spelare att få en paus. Forskningen visar att man riskerar tröttna och sluta i förtid annars.

GRUNDTANKEN är att högsäsongssporten har 2-3 träningar/lag/v och lågsäsongssporten 1 träning/lag/v om man så önskar.

Önskar man under lågsäsong erbjuda fler träningar för dem som inte håller på med högsäsongssporten är det SAMARBETE med annat lag som gäller:

1. Spelare som vill kan i mån av plats hänga på annat lags ordinarie träning.
2. Tränare kan skapa ett ytterligare träningstillfälle tillsammans med annat lag. Kommunicera tydligt att dylika extraträningar endast är till för spelare som inte håller på med högsäsongssporten.

Inom både fotboll och innebandy kommer det finnas de som på olika sätt DUBBLERAR och är fullt upptagna med högsäsongssporten. Dessa ska inte på något sätt diskrimineras vid övergång till den andra sporten under året, utan anses ha skött sin träning till 100 %!



## KALENDER

**Januari-februari:** 2-3 träningar innebandy/lag/v och 1 träning fotboll/lag/v. Ev. en extra träning fotboll/v med blandade lag. Fotbollen tar initiativ till möte om övergången från innebandy till fotboll.

**Mars – övergångsmånad:** 2 träningar innebandy/lag/v och 2 träningar fotboll/lag/v.

**April-maj:** 2-3 träningar fotboll/lag/v. Innebandyn pausar helt.\*

**Juni + augusti** (juli: sommarlov\*\*): 2-3 träningar fotboll/lag/v och 1 träning innebandy/lag/v är ok om man så önskar. Ev. en extra träning innebandy/v med blandade lag. Innebandyn tar initiativ till möte om övergången från fotboll till innebandy.

**September – övergångsmånad:** 2 träningar fotboll/lag/v och 2 träningar innebandy/lag/v.

**Oktober:** 2-3 träningar innebandy/lag/v. Fotbollen pausar helt.

**November-december:** 2-3 träningar innebandy/lag/v och 1 träning fotboll/lag/v är ok om man så önskar. Ev. en extra träning fotboll/v med blandade lag.

\* Fair Play Cup kan ligga någon vecka in i april.

\*\* Fotbollscuper och lägret All Star Week kan ligga i juli.

