

# INNEBANDY FÖR BARN

# GRÖN NIVÅ



RÖRELSEGLÄDJE



Skånes Innebandyförbund

# VÄLKOMMEN

Här pågår ofta barnidrott – tänk på följande:

**BARN ÄR INTE SMÅ ELITIDROTTARE**

**DOMAREN ÄR MÄNSKLIG**

**LEDARNA ÄR OFTAST IDEELLA**

**FÖRÄLDRAR HEJAR PÅ ALLA**

**BARNIDROTT SKA BYGGA PÅ LEK OCH GLÄDJE**

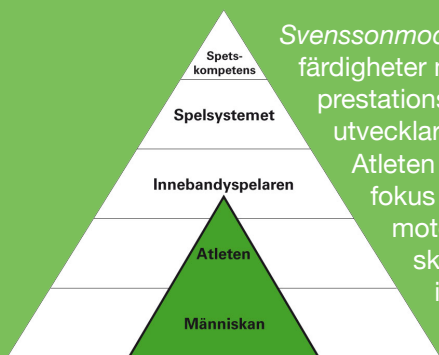


Samverkan i Skåne - ett projekt för bättre barnidrott

# Innebandy på grön nivå

Skånsk Innebandys (och Svensk Idrotts som helhet) viktigaste uppdrag är att skapa förutsättningar och intresse för ett livslångt idrottsintresse. Filosofin som ligger bakom hur vi arbetar för att nå så många som möjligt, så länge som möjligt är *Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU)*.

Grön nivå i modellen berör barn som är 6-9 år gamla. Det mest centrala på grön nivå, även kallad *Rörelseglädje*, är att barn inte är små vuxna. Innebandy för barn är därmed inte en kopia på seniorinnebandy utan anpassat helt för barnens förutsättningar. Detta gäller träning såväl som tävling. Barnidrott ska vara allsidig och fri från tidig specialisering.



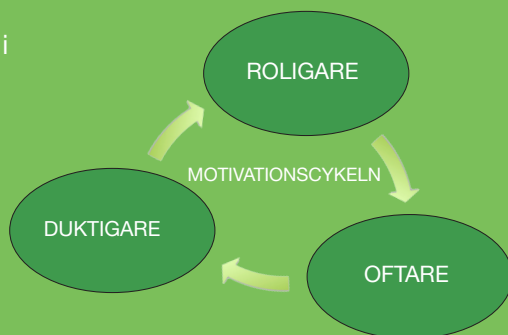
*Svenssonmodellen* i SIU-modellen beskriver vilka färdigheter man behöver lära sig för att nå maximal prestationsförmåga längre fram i livet. På grön nivå utvecklar vi idrottare genom att träna Människan, Atleten och Innebandyspelaren. Det innebär att fokus ligger på att utveckla grundläggande motoriska färdigheter samt en god självkänsla. ska introduceras för grundläggande idrottsfärdigheter genom innebandyspel, med mycket glädje och rörelse i form av lekar. Använd barnens fantasi och

rörelsebehov till att ge dem en allsidig motorisk grund, som är det viktigaste i denna fas av barnens utveckling. Taktikträning i denna ålder är däremot inte effektivt att träna på.

Den viktigaste anledningen till att barn utövar en idrott är för att aktiviteten är rolig. När något är roligt gör vi det oftare och då blir vi duktigare, som i sin tur gör det ännu roligare.

Grundläggande inom barn- och ungdomsinnebandyn är barnens rättigheter i FN:s barnkonvention, som SIU-modellen utgår från.

Dessa rättigheter för ett barn inom skånsk innebandy innebär till exempel att alla barn har lika värde och rättigheter oavsett innebandykompetens, att barnets bästa ska komma i främsta rummet, att varje barn har rätt till liv, utveckling och återhämtning samt att alla barn har rätt att uttrycka sina åsikter.



# Tävling på grön nivå

Tävling på grön nivå i skånsk innebandy sker med matcher som spelas i sammandragsform, så kallat Knatteligan. På grön nivå är tävlingen en del av barnens träning och utveckling och ett bra tillfälle att testa det som barnen har tränat på. Fokus vid matcherna ska främst ligga på glädje, kampen för stunden samt kvalitativ, långsiktig och individuell idrottslig utveckling. Tävlingsformerna på grön nivå är anpassade efter barnens utvecklingsålder. Eftersom barn inte är små vuxna skiljer sig därför tävlingen för barn och vuxna åt.

Många barn tycker det är jätteroligt att tävla och uppleva kampmomentet som tävling innebär. Avgörande är att du som vuxen uppmuntrar olika sorters kampmoment under matcherna och fokuserar på barnens glädje, ansträngning och individuella utveckling.

Seriedirektiven på grön nivå är utformade för att matcherna ska vara roliga, utmanande och utvecklande för alla individer. Spelarna ska få förutsättningar att träna på det som är viktigt att träna just på grön nivå. Nedan är en sammanfattning av tävlingsdirektiven och på nästa sida beskriver vi några av dessa förutsättningar mer detaljerat. Seriedirektiven finns att läsa i sin helhet på [skibf.se](http://skibf.se).

Nivå	GRÖN (6-9 år)		
Klass	C	B	A
Ålder	7-8	7-9	7-9
Antal spelare	3 mot 3	3 mot 3	3 mot 3 + målvakt
Mixade lag	Ja	Ja	Ja
Sammandrag/säsong	6	6	6
Matcher/sammandrag	2-3	2-3	2-3
Speltid/match (rullande)	2x14 min	2x14 min	2x14 min
Periodpaus	Max 5 min	Max 5 min	Max 5 min
Speltid / sammandrag	56-84 min	56-84 min	56-84 min
Timeout	Nej	Nej	Nej
Planstorlek	20x10 m	20x10 m	20x10 m
Målbursstorlek	90x60 cm	90x60 cm	120x90 cm
Målvaksområde	2x1 m	2x1 m	2x1 m
Målvakt	Nej	Nej	Ja
Synlig resultatavla	Nej	Nej	Nej
Byten	Intervall (rullande tid)	Intervall (rullande tid)	Intervall (rullande tid)
Intervallbyten tid	2 min	2 min	2 min
Regler	Förenklade	Förenklade	Förenklade
Utvisning	Personlig	Personlig	Personlig
Straffslag	Nej	Nej	Nej
Antal matchledare	1-2	1-2	1-2



På grön nivå spelas **6 sammandrag per säsong**, med flera matcher per sammandrag. Det innebär att barnen ges förutsättningar att träna flera idrotter och därmed få en allsidig, atletisk utveckling samt motverka risken för skador. I SIU-modellen rekommenderas att alla aktiviteter på grön nivå ska bygga på rörelseglädje.

På grön nivå tillämpas **förenklade spelregler**, som är anpassade till innebandy för barn och underlättar för såväl spelare, tränare och matchledare. Domarna på grön nivå kallas Matchledare och deras viktigaste uppdrag är att, tillsammans med lagens tränare, utbilda barnen i att spela innebandy på ett korrekt sätt med fair play i fokus.

På grön nivå kan en spelare endast bli utvisad när den spelar våldsamt eller uppträder osportsligt. Alla **utvisningar** är personliga, vilket innebär att spelaren får sätta sig på den egna avbytarbänken och inte spela under de kommande två minuterna. På planen fortsätter lagen spela tre mot tre.

**Intervallbyten** innebär på grön nivå att byten sker i intervaller om två minuter. Tiden rullar under bytet och spelet startar igen med tekning. Syftet med intervallbyten är att säkerställa att alla spelare får lika mycket tid på planen under matcherna och att underlätta för tränare att fokusera på positiv coaching och de pusselbitar laget tränar på.

Matcherna spelas med **planstorleken 20x10 meter**. På B- och C-nivån spelas matcherna utan målvakt och med små mål. A-nivån spelas med målvakt och mellanstora mål. Vi använder de här spelformerna för att ge barnen bästa möjliga förutsättningar att utvecklas och ha kul. Att spela på en mindre plan och med mindre målburar innebär fler bollkontakter, skott, passningar och närkamper. Alla spelare blir mer delaktiga i spelet, det blir därmed roligare och mer utvecklande för samtliga individer.

# Tips till dig som är publik

Du som är publik på Knatteligan är jätteviktig. Ditt engagemang, ditt positiva sätt och din stöttning är precis det som gör att barnen får en bra relation till sig själv, sin idrott och sin prestation. Vi vill ha en positiv stämning i hallarna i innebandyskåne och vi vill se glädje hos alla utövarna, det vill säga såväl spelare, matchledare, ledare/tränare och funktionärer. Du bidrar till trivselsn i hallen genom att uppträda sportsligt och positivt mot tränare, matchledare, funktionärer och alla andra som befinner sig i tävlingsmiljön.

På [skibf.se/klimatkollen](https://skibf.se/klimatkollen) finns det digitala verktyget Klimatkollen där du som publik, ledare eller domare kan ge feedback på din upplevelse i hallar runt om Skåne.

## Stötta spelarna

- Fokusera på barnens glädje, ansträngning och utveckling.
- Ställ frågor till barnen före och efter matchen som *"Vad vill du prova idag?"*, *"Vad lärde du dig idag?"*, *"Vad klarade du av för första gången idag?"* och *"Vad var roligast idag?"*. Lyssna på svaren.
- Fundera på hur du betar dig i närheten av barnen, inklusive minspel och kroppsspråk. Hur du agerar påverkar ditt barns syn på sig själv och sitt innebandyspelande. Kom ihåg att det inte är du som tävlar.
- Ha en rutin där du gör andra saker och pratar med barnen om andra saker än innebandy efter tävlingen. Idrott ska vara en rolig del i barnens vardag, men långtifrån allt.

## Stötta ledarna/tränarna

*"Som ledare är mitt uppdrag att se till att barnen har roligt i rörelse och med varandra. Det absolut viktigaste motivet till att barn idrottar är för att ha kul. Det är även viktigt att få lära sig nya saker och känna att de blir bättre. Genom positiv förstärkning ger jag feedback till dem."*

- Respektera ledarnas planering och coaching genom att ha ett gott samarbete för att underlätta för barnen och gruppen.
- Hjälプ till med praktiska saker om det behövs.
- Kolla gärna av med ledarna inför matchen vad gruppen tränat på extra mycket senaste tiden och beröm och uppmuntra barnens ansträngning när de försöker göra det de tränat på under match.

## Stötta Matchledarna

*"Som Matchledare är vi som lägst 14 år och oftast nybörjare när vi dömer Knatteligan. Mitt viktigaste uppdrag är att leda barnen som spelar och det gör jag genom att blåsa igång tekningar, blåsa frislag och förklara innebandyreglerna för spelarna. Innebandy är en snabb sport och ju jämnare matcher desto mer händer det på planen. Vi gör vårt bästa."*

- Låt matchledarna döma matchen, och beröm gärna och ha en positiv ton.
- Fråga gärna om regler, matchledarna växer och utvecklas av det.
- Fundera på hur du vill att ditt barn ska bli bemött om hen vill bli matchledare.

## Känn igen några matchledartecken

Tekning



Frislag & inslag



Beträdande av målvaktsområde



- Tekning sker vid periodstart och kan ske vid byte och onaturlig spelsituation.
- Tecknet för frislag och inslag visar anfallsriktning och sker när ett lag ska sätta igång spelet.
- Beträdande av målvaktsområde döms när en spelare är inne i ett målvaktsområde.

Slag



Otillåten trängning



Hög klubba



- Slag döms när en spelare slår på motståndarens klubba (skaft eller blad) eller ben.
- Otillåten trängning döms när en spelare på annat sätt än skuldra mot skuldra tränger undan en motståndare, till exempel i ryggen eller med handen/armen.
- Hög klubba döms när klubbladet används ovanför spelarens knähöjd.



**TACK**  
för att du är en del av  
skånsk innebandy!



**Skånes Innebandyförbund**

**VILL DU VETA MER?**

Läs på [skibf.se](http://skibf.se) eller kontakta oss  
på [skane@innebandy.se](mailto:skane@innebandy.se)