

Intern stimulansträning mellan lagen

*Utdrag ur Gröna tråden: VÅR FOTBOLLSIDÉ*

*Sandareds IF och Sjömarkens IF ska erbjuda fotboll som en positiv och meningsfull sysselsättning året runt, så att alla som vill, oavsett förutsättningar och ambition, kan vara med. Vidare ska vi också̊ verka för att skapa goda miljöer som bidrar till utveckling fysiskt, psykiskt, kulturellt och socialt. Vi vill att så många som möjligt ska få spela fotboll så länge som möjligt och under så bra förutsättningar som möjligt.*

*I våra föreningar ska barn- och ungdomsfotbollen se till att alla får:*

*• uppleva glädje, gemenskap och kamratskap.
• utvecklas personligt och idrottsligt utifrån sina egna fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.*

*Vi vill också̊ värna om att:*

* *alla ledare hjälps åt att aktivt bygga relationer mellan lagen i olika åldrar och bjud in varandra att träna tillsammans för att stimulera spelare.*

**Intern stimulansträning mellan lagen:**

* Syftet med detta är att erbjuda ett extra träningspass i veckan för de som är intresserade.
* Vi måste erbjuda möjlighet att träna med äldre lag till alla spelare oavsett vilken nivå de håller.
* Att träna med äldre lag skall inte ersätta träning med egna laget.
* De som skall vara aktuella för träning med äldre behöver ha hög närvaro med egna laget.

Detta ska förhoppningsvis behålla spelarna inom föreningen längre

Ledare från det äldre laget kan aldrig neka yngre spelare att delta på träningar. Däremot sker alltid uppgörelsen om antal spelare, vilka dagar, eventuell hjälp av det yngre lagets tränare, i samråd mellan lagens ledare. Målet här är att hitta en väg som funkar för de båda lagen och alla upplever en win-win-situation.

**Vid match**: Om lag X behöver hjälp med fler spelare till match, tas en kontakt med det yngre lagets ledare. De yngre lagets ledare tar då ut spelare till lag X-match. Detta är alltid den beslutsväg som skall användas. Vid upprepade tillfällen skapar det yngre laget ett rotationssystem utifrån ambition, alltså de som uppfyller kraven för träning med äldre.

En riktlinje att använda sig av är att detta gäller från spelformen 7-7. Tidigare kan enstaka tillfällen av extraträning ske.

För mer tips och stöd rekommenderar vi att kika i spelarutbildningsplanen för respektive spelform

<https://utbildning.sisuforlag.se/fotboll/tranare/spelarutbildning/svffs-spelarutbildningsplan/spel-7-mot-7/planering/>

Maj 2023