



Hallands
Innebandyförbund

VI ÄR
REKO

REKOMMENDERAD
FÖRENING

EN FÖRENING REKOMMENDERAD AV HALLANDS INNEBANDYFÖRBUND

Välkomna!



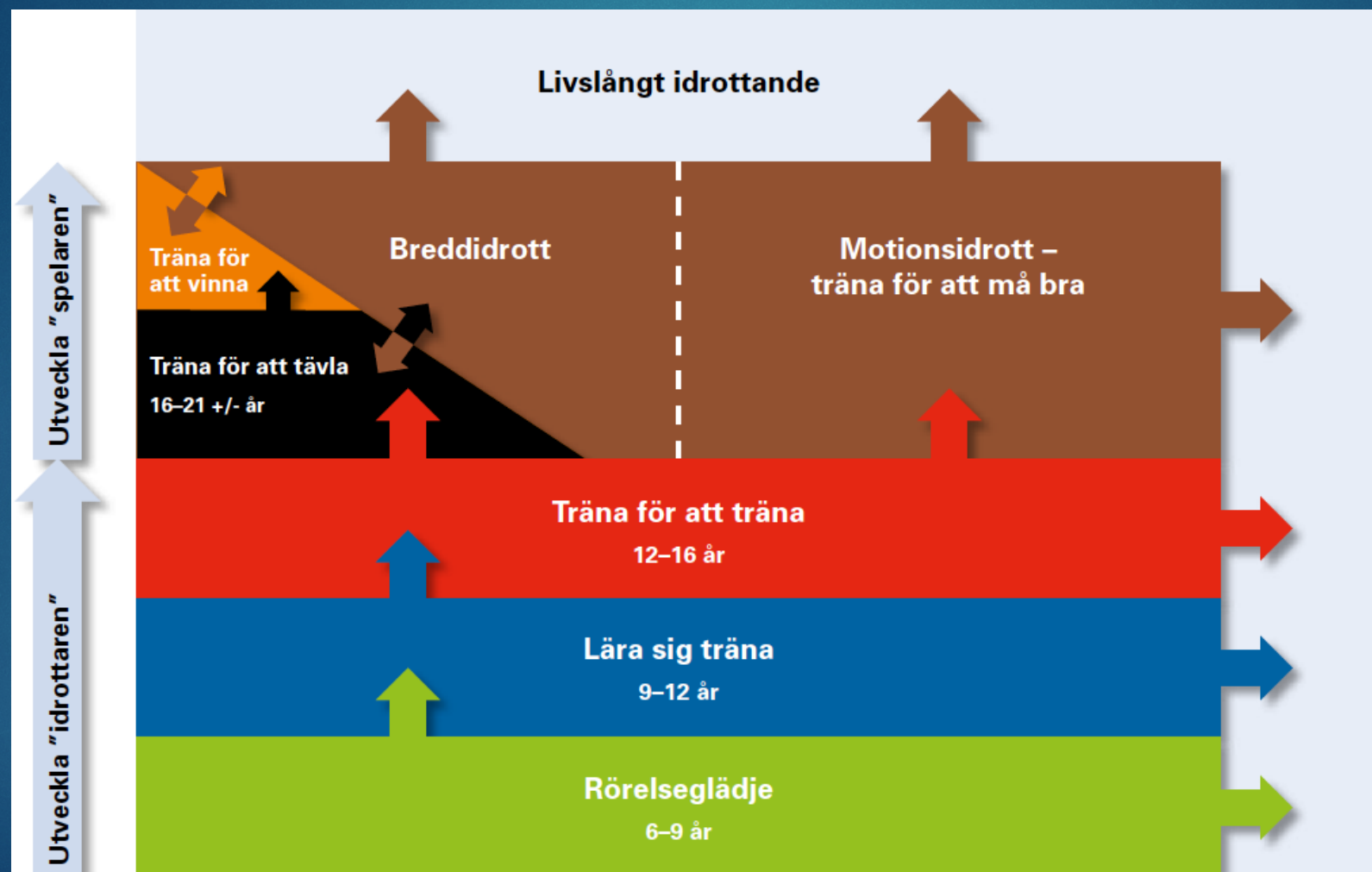
- ▶ Rekommenderad Förening
- ▶ SIU-modellen
- ▶ Matchspel
- ▶ Reko Föräldrar
- ▶ Föreningen

Vi är reko när...

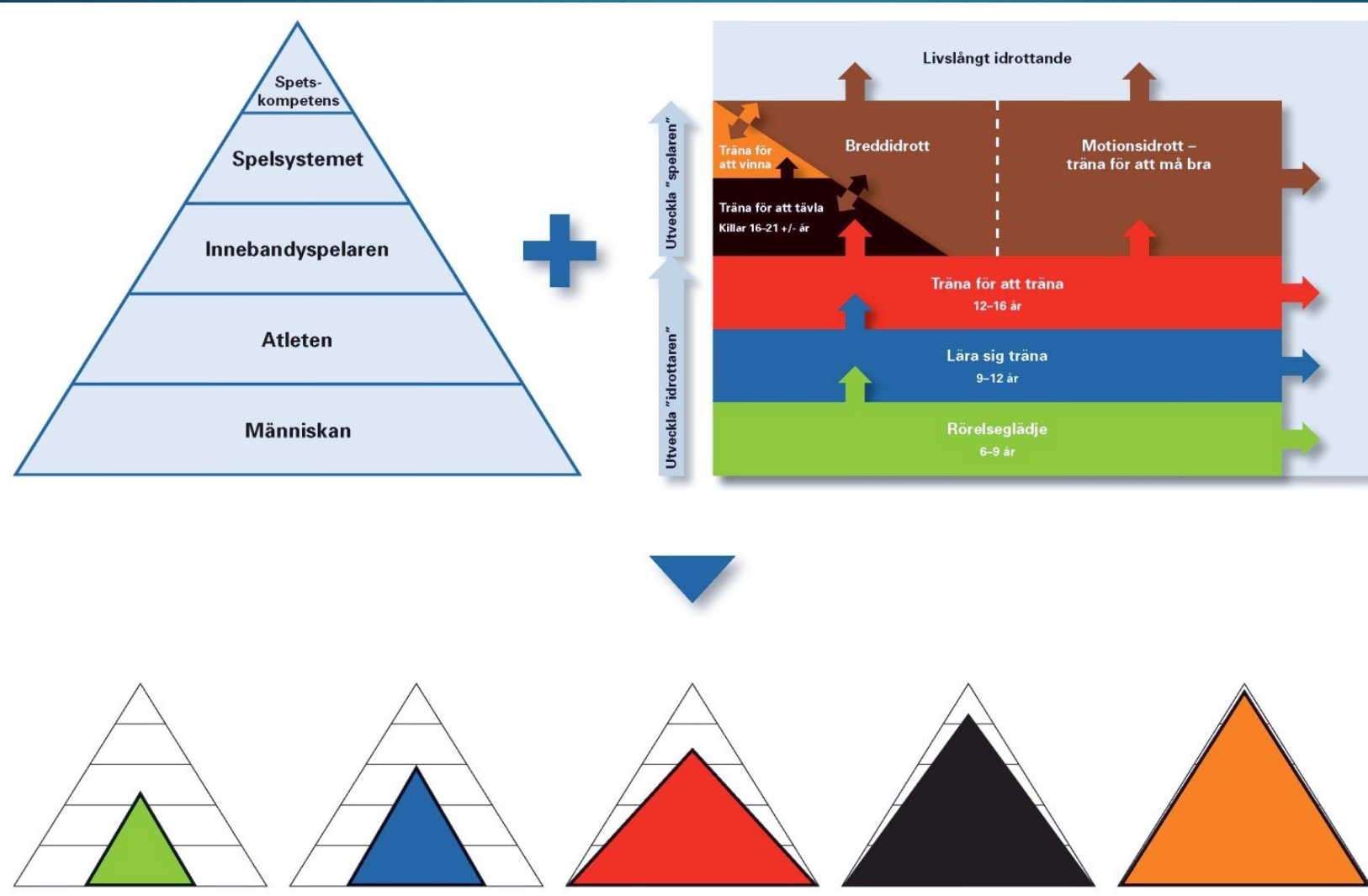


- ▶ Träning och match är till för utveckling
- ▶ Alla gör så gott de kan
- ▶ Vi låter barn vara barn
- ▶ Vi bygger glädje och gemenskap

SIU-modellen



Svensson modellen



Vad är SIU?



- ▶ Skapa förutsättningar/intresse för ett livslångt idrottande.
- ▶ Hur?
 - är någonting kul så fortsätter jag med det
- ▶ Hur blir det kul?
 - när det är utifrån mina förutsättningar
 - när jag känner att det är utvecklande
 - när jag har möjlighet att påverka
 - när jag känner gemenskap, glädje och samhörighet

Åldersindelning

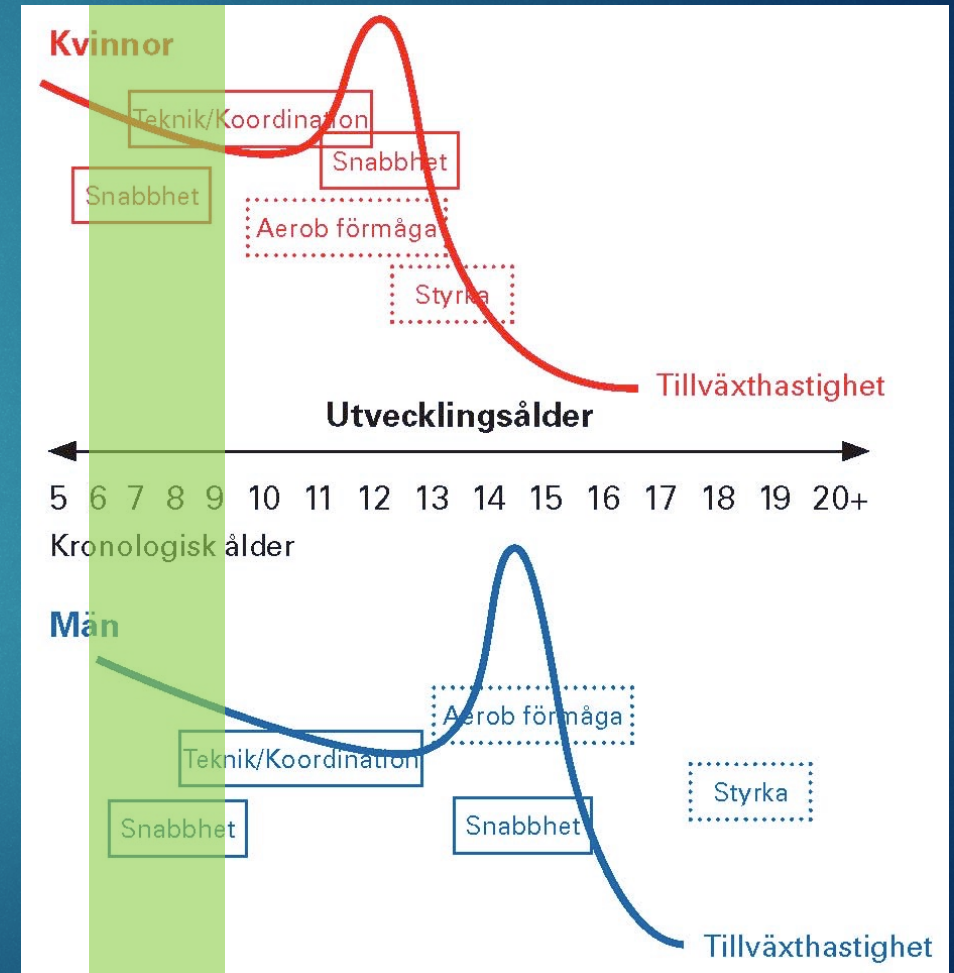


*Bland utövare i
samma ålder mellan
10 och 16 år kan det
skilja 4 till 5 år
utvecklingsmässigt.*

Grön nivå 6-9 år

Rörelseglädje

- ▶ Roligt och varierande
- ▶ Här börjar det livslånga idrottandet
- ▶ Människan, Atleten, Innebandyspelaren



Matchspel Grön nivå



Matchtiden är 1x15 minuter och spelplanen skall vara 20x10 meter.

Spel tre mot tre med målvakt (mellanstora mål 90x120), eller tre mot tre utan målvakt (små mål).

Omkring fyra arrangemang per säsong med 4 matcher per tillfälle om 4 timmar.

Sammandrag på grön nivå spelas med mycket förenklade regler. På grön nivå tillämpas frislagen i stället för utvisning i ALLA situationer. Matchledaren förklarar för spelarna vad som är rätt och hjälper till att utbilda våra spelare.

När ett lag leder med 5 mål eller fler får motståndarna sätta in en spelare extra och spela med 4 utespelare tills det att ställningen i matchen är lika igen. Då återgår matchen till ordinarie antal spelare i båda lagen. Detta regleras av matchledare och lagledare/tränare i samråd.

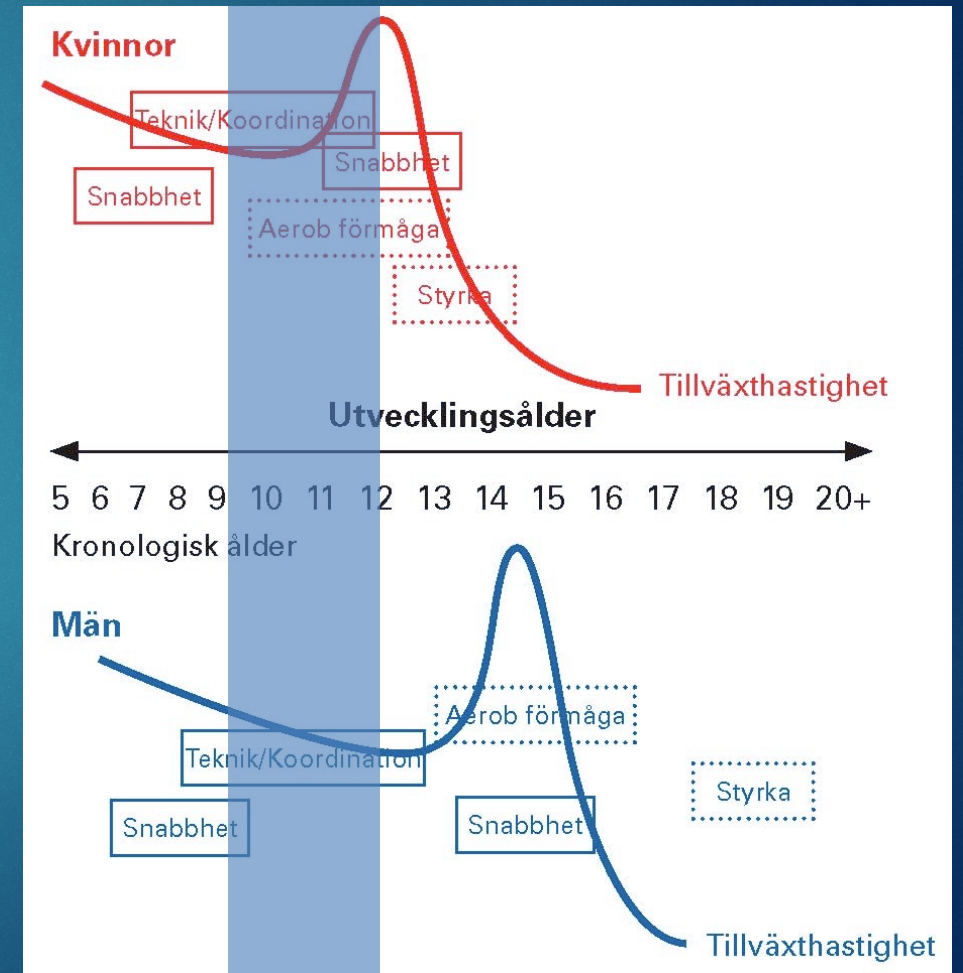
Samtliga spelare bär godkända glasögon.

Blå nivå 9-12 år

Lära sig träna



- ▶ Roligt, varierande och att vara en individ i gruppen
- ▶ Grunden för den allsidiga atleten
- ▶ Människan, Atleten, Innebandyspelaren



Matchspel Blå nivå

Speltiden är 2x15 minuter.

Matcherna spelas på spelplan 15x30 meter och med mellan stora mål med storlek 90x120 cm.

Sammandrag spelas med något förenklade regler. På blå nivå tillämpas frislagen i stället för utvisning i flera situationer. Domarna förklarar för spelarna vad som är rätt och hjälper till att utbilda spelarna. Döms utvisning sitter spelaren av denna utvisning på bänken med sina lagkamrater och ledaren ansvarar för spelaren. Laget fortsätter att spela med 5 spelare på planen och lagledaren ansvarar för att den utvisade spelaren inte byts in under "utvisningstiden".

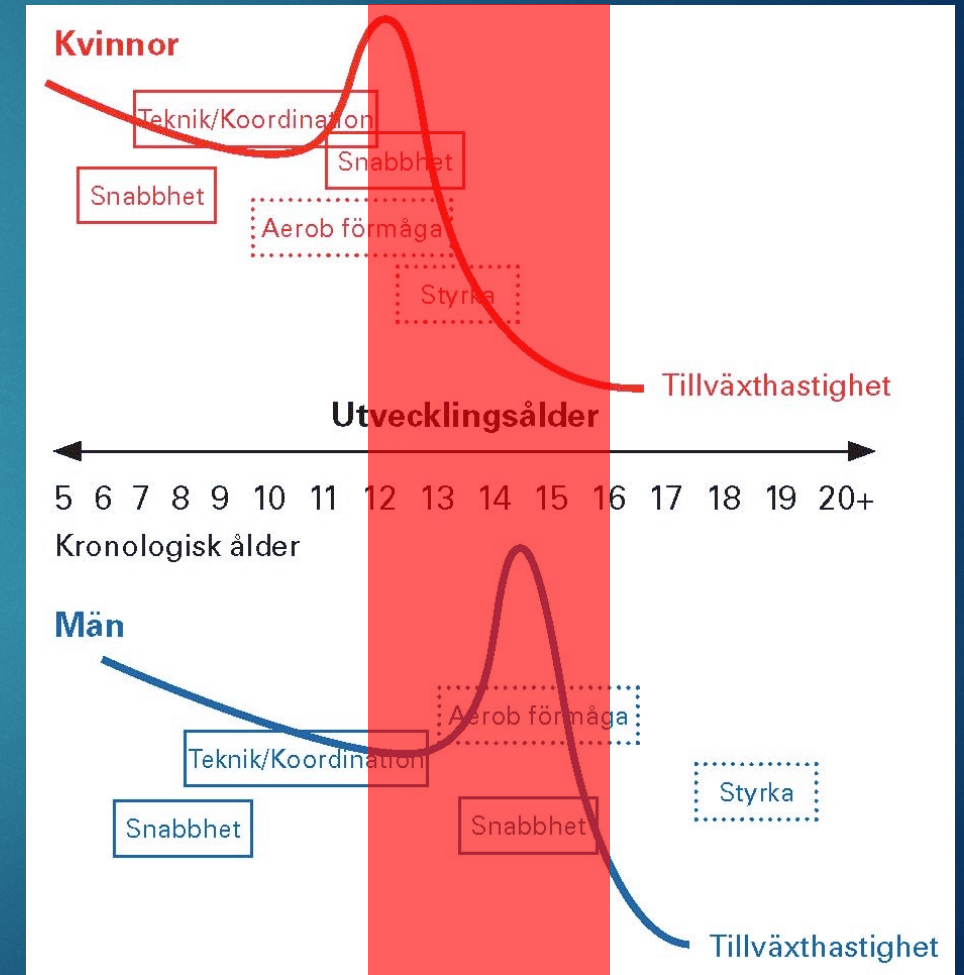
Samtliga spelare bär godkända glasögon.



Röd nivå 12-16 år

Träna för att träna

- ▶ Mer innebandyspecifikt, mer individuellt
- ▶ Grunden för innebandyspelaren
- ▶ Människan, Atleten,
Innebandyspelaren, Spelsystemet



Matchspel Röd nivå



Match spelas med 5 utespelare och målvakt.

Planstorlek 20x40 meter.

Ordinarie målbur skall användas.

Spelare födda -02 och senare skall bära godkända glasögon vid matcher.

Matchtiden är 3x15 minuter (rullande speltid), med de tre sista minuterna som effektiv speltid. Röd Svår spelar 3x20 minuter.

Vad är viktigt för barn som idrottar?



- ▶ Ordning och reda
- ▶ Att få påverka
- ▶ Trygghet, glädje och utveckling

"Barn har ett inbyggt behov att röra sig och lära sig saker. Barn vill ha roligt, känna att de utvecklas, känna sig sedda och delaktiga. Barn slutar med idrott när en eller flera av de sakerna inte tillgodoses, även om deras lag vinner matcher. Att ge stöd och uppmuntran som har med barnets känslor, uppfattningar och utveckling att göra är idrottsförälderns viktigaste uppgift."

Lena Sorcini, leg. psykolog

Som Reko föräldrar tänker du på att...



- ▶ visa respekt för barn, ledare och andra föräldrar
- ▶ vara engagerad i ditt barns idrottande och utökar ditt frågebatteri
- ▶ fundera över vilka beteenden som förstärker ditt barns möjlighet att ha kul och utvecklas i idrottsmiljön
- ▶ domarna är under utbildning, stötta dem
- ▶ vara goda ambassadörer för sin förening

Frågor?



Tack för att ni lyssnat!