



IBF Älvstranden

Nivåanpassningspolicy

Senast uppdaterad: 2026-08-12

1. Syfte

IBF Älvstranden vill ge alla spelare möjlighet att utvecklas över lång tid.

Barn och ungdomar utvecklas i olika takt.

Nivåanpassning kan därför användas för att ge en spelare rätt utmaning vid rätt tidpunkt.

2. Grundprincip

Barn- och ungdomslag organiseras i första hand efter ålder.

Det egna laget är spelarens huvudsakliga sociala och idrottsliga tillhörighet.

Träning och match med den egna gruppen är utgångspunkten.

3. Vad är nivåanpassning?

Nivåanpassning innebär att verksamheten anpassas efter spelarnas aktuella behov och utvecklingsnivå.

Det kan ske genom att exempelvis variera:

- övningar,
- tempo,
- motstånd,
- grupper,
- spelyta,
- ansvar,
- svårighetsgrad.

Den vanligaste nivåanpassningen ska ske inom spelarens ordinarie lag.

4. Nivåanpassning är inte toppning

Nivåanpassning ska utveckla spelare.

Toppning innebär att resultatet prioriteras genom att vissa spelare systematiskt ges större möjligheter på andra spelares bekostnad.

IBF Älvstranden ska inte använda nivåanpassning som ett sätt att tidigt sortera barn i fasta grupper av "bättre" och "sämre" spelare.



5. Lagindelning

Lag ska i första hand organiseras utifrån ålder och naturlig lagtillhörighet.

När föreningen behöver dela eller slå samman grupper ska hänsyn tas till:

- spelarantal,
- social trygghet,
- träningsmiljö,
- ledarresurser,
- föreningens långsiktiga organisation.

Lagindelning ska inte enbart utgå från prestation.

6. Samträning

Lag inom föreningen uppmuntras att samarbeta.

Samträning kan exempelvis användas för att:

- ge fler träningsmöjligheter,
- skapa större träningsgrupper,
- utveckla spelare,
- stärka relationerna mellan lag,
- underlätta övergångar mellan åldersnivåer.

Samträning ska inte användas för att permanent skilja ett fåtal spelare från sin ordinarie grupp.

7. Dubblering

Dubblering innebär att en spelare tränar eller spelar med mer än ett lag.

Dubblering kan vara positiv när den:

- ger lämplig utmaning,
- skapar fler bra träningstillfällen,
- hjälper föreningen att skapa fungerande verksamhet.

Vid dubblering ska hänsyn tas till:

- spelarens egen vilja,
- träningsbelastning,
- matchbelastning,
- återhämtning,
- skola,
- social tillhörighet,
- det ordinarie lagets verksamhet.

Mer innebandy är inte alltid bättre utveckling.



8. Spel med äldre lag

En spelare kan få möjlighet att träna eller spela med en äldre åldersgrupp när det bedöms vara bra för spelarens utveckling.

Bedömningen ska inte enbart handla om innebandyteknik.

Ledarna ska även väga in:

- fysisk mognad,
- social mognad,
- trygghet,
- motivation,
- spelarens egen vilja,
- relationen till den äldre gruppen.

9. Uppflyttning

En permanent eller långvarig flytt till en äldre grupp ska vara mer genomtänkt än en tillfällig samträning.

Utgångspunkten ska alltid vara:

Vad är bäst för spelarens långsiktiga utveckling och välmående?

Inte:

Vad är bäst för nästa match?

10. Spel med yngre lag

Det kan även finnas situationer där en spelare utvecklas bättre eller känner större trygghet genom spel med en yngre grupp.

Det ska hanteras respektfullt och utan värdering.

Gällande tävlings- och dispensregler ska alltid följas.

11. Beslut om spel med annan grupp

Vid återkommande träning eller spel med annan åldersgrupp ska:

- spelaren vilja delta,
- vårdnadshavare vara informerad när spelaren är minderårig,
- berörda ledarstaber samarbeta,
- spelarens bästa väga tyngst.

12. Vid krock mellan lag

Spelarens ordinarie lag är utgångspunkten.

Ledarna kan komma överens om annat när det är bra för spelaren och föreningens verksamhet.

En spelare ska inte utsättas för press från två lag som båda kräver spelarens deltagande.



13. Oenighet

Om ledarstaber inte kan komma överens ska frågan lyftas till föreningens sportsliga ansvar eller styrelsen. Spelaren eller vårdnadshavaren ska inte behöva lösa konflikter mellan ledare.

14. Långsiktighet

Nivåanpassning ska ses som ett verktyg.

Behov kan förändras.

Ett upplägg som fungerade under hösten behöver inte vara rätt under våren.

Ledarna ska därför regelbundet utvärdera spelarens situation.