

ROTATIONSTRÄNING UNGDOM

Alla spelare i IBF Backadalen ska få de förutsättningar de behöver för att utvecklas.

Rotationsträning är ett verktyg som gör det möjligt för högmotiverade spelare som ligger längre fram i sin utveckling att få ytterligare en möjlighet till utmaning och stimulans i sin innebandyutbildning. Det innebär att spelaren under en tidsbestämd period tränar och spelar med en träningsgrupp (oftast en äldre klass) där spelarna ligger längre fram i sin utveckling än de i spelarens befintliga träningsgrupp. Efter rotationsperioden återvänder spelaren till sin ordinarie träningsgrupp om ingen annan överenskommelse föreligger.

Grundprincipen är att spelaren tränar och spelar i den åldersgrupp den tillhör och i sitt eget lag. Om en spelare har behov och vill rotationsträna ska han eller hon få den möjligheten.

I Backadalen ser vi en stor nytta med rotationsträning. Vi förespråkar en individuell spelarutveckling och tycker att rotationsträning blir ett bra verktyg att uppnå detta vid träning. Vidare tror vi att rotationsträningen ofta förbättrar sammanhållningen och samarbetet mellan föreningens lag i olika åldersklasser. Att våra spelare får träffa andra spelare och ledare i föreningen, höra nya röster och samarbeta i nya konstellationer skapar en hög motivation att vilja fortsätta spela innebandy så länge som möjligt.

Vi vill också betona att rotationsträningen är för de spelare som har mognaden inne att spöras av den träningen och inte för att stärka enskilda lag. Inte heller bara för att man har en viss ålder.

Kriterier för att vara aktuell till rotationsträning

1. Spelaren ska vara minst 11 år (sista året på blå nivå)
2. Spelaren ska ha tillräckligt hög färdighetsnivå för att pröva "nästa steg".
3. Spelaren ska ha en hög träningsnärvaro (gärna runt 75% eller högre) i sin befintliga träningsgrupp.
4. Spelaren ska ha en egen vilja och motivation till rotationsträningen.

Riktlinjer för rotationsträning

1. Beslut ska alltid fattas i samråd mellan Sportansvarig Ungdom (SU), tränare i båda lagen, föräldrar och spelare.
2. Rotationsträningen ska ha en god kommunikationsplan mellan SU, tränare i båda lagen, föräldrar och spelare.
3. Rotationsperioden pågår max 4 träningar om inget annat upplägg är överenskommet mellan SU, tränare i båda lagen, föräldrar och spelare.
4. Ett pass rotationsträning ersätter ett träningspass med det ordinarie laget osv. Detta för att minimera risken för överbelastning av spelare.

Tips kring rotationsträning

1. Spelaren ska få tid och möjlighet till återhämtning. Som förening ansvarar vi för att spelaren inte överbelastas. Tränare ska alltid vara uppmärksamma på signaler från spelare med hög träningsdos.
2. Undvik så långt det går att skicka en spelare åt gången på rotationsträning. Att ensam komma in i ny träningsmiljö kan skapa oro. Lämpligt antal är 2 spelare åt gången.
3. Spelaren har via god dialog med SU och tränare i båda lagen när som helst rätten att avbryta sin rotationsperiod.

Exempel på vanliga scenarion

1. Tränarna i ett lag med flickor som är födda 2008 (F08) upplever att spelare A och spelare B bedöms ha tillräckligt hög färdighetsnivå för rotationsträning. Tränarna känner av läget med spelarna för att ta reda på om det finns intresse för rotationsträning, vilket det finns i detta fall. Tränarna i F08 kontaktar då SU som stämmer av med F07 lagets tränare där rotationsträning kan ske. Då tar man fram en period för rotationsträning. SU kontaktar F08 lagets tränare när rotationsperioden börjar, som i sin tur meddelar spelarna.
2. En spelare som själv vill prova att träna med ett äldre lag. Spelaren pratar med egna lagets tränare i detta fall F08 som kontaktar SU. Denne i sin tur kontaktar ledare för det äldre laget F07 och de kommer överens om när en rotationsperiod kan inledas.

Efter rotationsträningarna träffas SU och tränarna för båda lagen F07 och F08 för en kort utvärdering om spelarna har mognaden för fler rotationsträningar och vad spelaren eventuellt behöver utveckla för fortsatta rotationsträningar.

Kommunikationen av utvärderingen och innebörden kommuniceras till spelare och föräldrar av befintliga lagets tränare, i exemplen ovan tränarna för F08.

Permanent flytt

Att helt flytta från sin träningsgrupp kan ske om spelaren har tillräckliga **sociala skäl** för det. Det kan t ex vara att lagkamraterna är ett år äldre eller yngre i den träningsgruppen man önskar flytta till. Det kan också i sällsynta fall ske i samband med att en spelare bedöms ha så pass hög kunskapsnivå att denne kan spela med andra spelare på jämlik nivå (oftast äldre spelare). SU äger beslut i frågan om permanent flytt av spelare inom föreningen och ska alltid utgå ifrån att hålla en god dialog med tränare, föräldrar och spelaren.

Om parterna inte kan komma överens

Då får man vända sig till SU som får ta fallet vidare till Barn- och Ungdomsansvarig i styrelsen.

Barn- och Ungdomsansvarig (BUK) är Tobias Davidsson

Sportansvarig Ungdom (SU) är Stefan Lovén