

Tack!

Tack för att ni gör ett fantastiskt arbete i hallarna. Ni ledare, men även spelare, domare och föräldrar är otroligt viktiga för att innebandyn ska vara trygg, rolig och utvecklande.

Steget från spela i sammandragsform på Grön nivå till organiserat seriespel kan vara stort inte bara för spelarna utan även för ledarna.

”Välkommen till blå” är en folder som är framtagen av oss för att på ett enkelt sätt få en överblick i vad det innebär att träna, spela och leda på denna nivå.

Till din hjälp så finns det ett antal dokument. De ligger på vår webbsidan på ledarfliken under Rutiner, Riktlinjer och Policys.

Där ligger också det mesta du behöver veta. Om det är nåt du undrar över eller saknar, tveka inte att säga till. Antingen ungdomsansvarig eller kansliet.

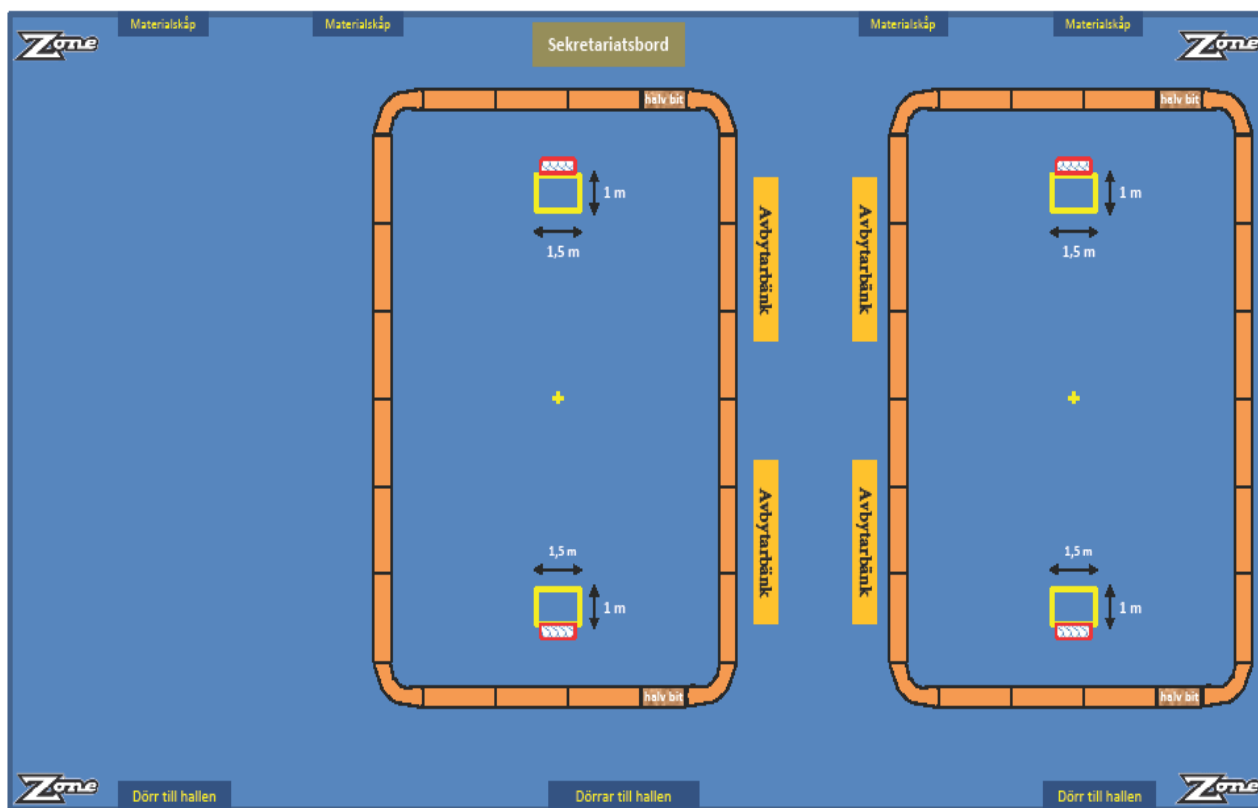
Tillsammans skapar vi en KUL idrottsmiljö med mycket glädje!

Kvalité - Utvecklande - Långsiktighet



Tuve Sporthall 2 små planer

Instruktion för sargbygge inför sammandrag 3 mot 3 spel



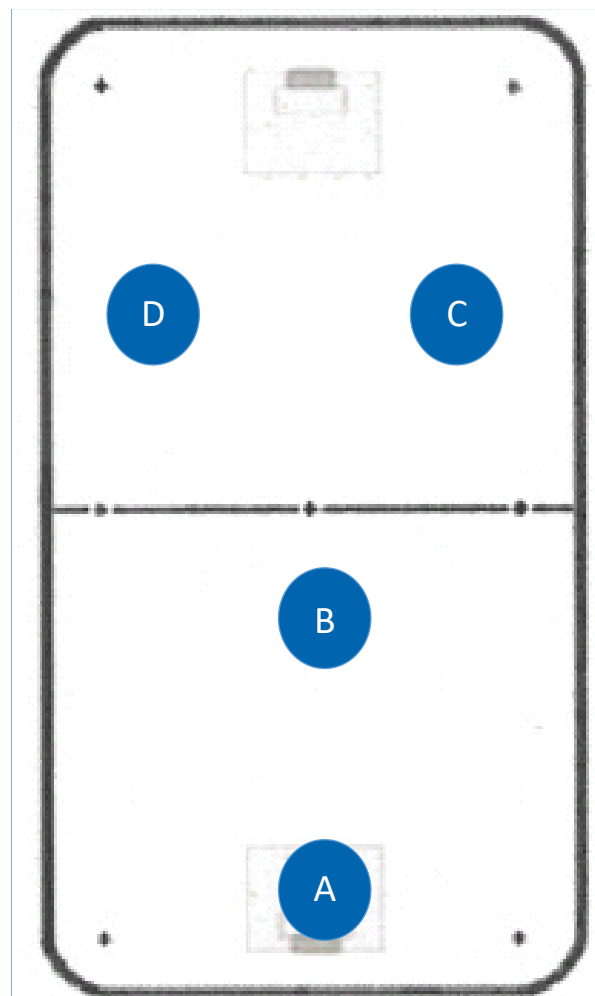
Detaljerade info om planstorlek och uppbyggnaden fås av kansliet

Positioner i innebandy med spel 3 mot 3 + målvakt

Det finns två grunduppställningar
Antingen 1-2 eller 2-1

Backadalen förordar 1-2

- A) Målvakt
- B) Back
- C) Högerforward
- D) Vänsterforward

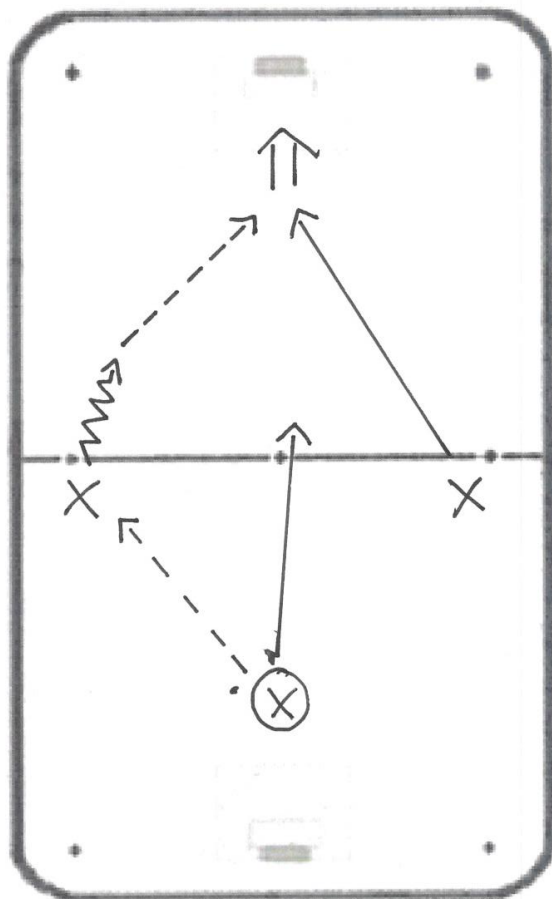


Spelidé

- grunduppspel 3-manna

1-2

1. Back passar forwards på vänster eller höger sida.
2. Forward som inte får passen går mot mål.
3. Forward som får bollen tittar upp och antingen går framåt och skjuter själv eller spelar sin forwardskompis.
4. Alla tre spelarna på egen planhalva när vi försvarar



Grön nivå (6-9 år)

Matcherna spelas 3 mot 3 med målvakt. Matchtiden är rullande 2x10 min med 3 minuters paus . Rekommenderad plan är 12x18 meter med mellanstora målburarna. Sidbyte görs inte!

TUT-byten varannan minut. Dessa sköts av matchsekretariat eller domar.

Resultat eller tabeller publiceras inte, varken på västsvenska Innebandy- förbund, föreningarnas hemsidor eller andra sociala medier.

På Grön nivå behövs inga laguppställningar. Spelarna måste dock vara medlemmar i Backadalen och licensierade. Detta sköter föreningen om.

Seriespel

Matcher spelas i sammandragsform med 3 matcher samma dag. Startar i oktober och slutar i Mars. Man anmäler antal lag som man vill varje med till varje enskild sammandrag.

Ibland så arrangerar Backadalen sådana här sammandrag och då är det hela laget som hjälper till. Man får hjälp och instruktioner från föreningen. Det är viktigt för föreningen att man deltar i förbundet sammandrag.

Försäkringar och licenser

Via IBIS administreras och sköts försäkringar och licenser. Detta administreras av föreningen.

Därför är det viktigt att ledarna i laget är noga med att ser till att alla spelare i laget har anmält sig via SportAdmin så att föreningen kan licensera dessa spelare. Så fort föreningen licenserar spelarna så är de försäkrade via Folksam.

En spelare får inte spela match administrerad av Västsvenska Innebandyförbund om denne inte är licenserad.

Domare

På Grön nivåerna kallas domarna för matchledare. Matcher med matchledare ansvarar föreningarna själva för att tillsätta två av förbundets utbildade matchledare till matcherna. Ledare behöver varken tillsätta domare själva eller betala domarna.

Ledarlicens

Som ledare ska bör alla men minst en ledare i båset ha genomfört grundutbildningen och tilldelats ledarlicens.

Utvisning

Västsvenska Innebandyförbund lägger stor vikt på att domarna leder och utbildar spelarna. På denna nivå döms det inga utvisningar. Det ligger ett stort ledaransvar på att se till att spelarna spelar sjyst.

Laguppställningar

Behöver inte lämnas in vid match, Men viktigt att spelarna har licens

Glasögon

Skyddsglasögon tillhör spelarens utrustning och spelaren får inte träna eller spela match utan glasögon. Se till att ha ett par i reserv både på träning och match ifall de går sönder eller någon har glömt. Vanliga glasögon tillåts.

Närvarorapportering

Denna närvarorapportering är en av grunderna till föreningens ekonomi. Det ligger till underlag för både de statliga och kommunala LOK stödet varje år

Görs i SportAdmin på dator eller smartphone via SportAdmin appen. Inloggningsuppgifter och utbildning fås via kansliet när man går vår egen intern utbildning av nya ledare.

SportAdmin är vårt dagliga verktyg. Därifrån så sköter vi t.ex. närvaron och utskick till laget. Tar bort och lägger till aktiviteter så de syns i lagets kalender. Man administrerar även lagets hemsida härifrån. Man får inlogg när man blir godkänd ledare och då får man tillgång till grupperna man är ledare för. Ansökan och utbildning i SportAdmin sker via kansliet.

Före, under & efter match

Du som ledare har vissa ansvarsområden. I första hand måste minst en ledare i båset inneha en godkänd ledarlicens. Licensen utfärdas av Västsvenska Innebandyförbund och tilldelas i samband med godkänd ledarutbildning.

Före match

Kalla spelare till match. (Via Sportadmin)

Ta med rätt material till matchen så som exempelvis matchkläder, medicväska osv

Man ansöker om matchställ hos föreningen vi mail

material@backadalen.nu

Där anger man antal och storlekar. Detta matchställ skall lämnas tillbaka till kansliet tvättat veckan efter sammandraget

Ledare hälsar på motståndare och domaren innan matchstart

Under match

Uppmuntra spelarna oavsett vad som händer.

Tänka på att alla spelare får spela lika mycket.

Försök att hålla ihop 3-kanten. Dock ska alla 3 hjälpas åt att anfalla och försvara. (ingen som bara står och väntar framför målen, varken offensivt eller defensivt)

Få spelarna att våga behandla bollen, undvika att bara skjuta bort bollen.

Respektera och hjälp domaren med domslut.

Efter match

Tacka motståndare, domaren och publiken för god match.

Avrunda matchen med laget genom en samling, se till att alla spelare tar sig hem på ett tryggt sätt.

Är ni dessutom sist i hallen så ska den låsas och larmas

Mer om detta finns att läsa på vår webbsida under ledarsidan och

Rutiner, riktlinjer och policy och struktur på träning och match

Träning:

- Grundläggande teknikträning med dessa fokus områden
 - Enskild klubbteknik, hur man håller klubban. Ready-positionen
 - Passningar stillastående så man lär sig rätt teknik
 - Täcka bollen med kroppen (rumptekniken)
 - Mottagningar där så man suger in bollen i bladet.
 - Driva och stoppa bollen. Driva i olika riktningar och med snurrar.
 - Enkla skott, dragsskott och direktskott stillastående.
- Gärna smålagsspel för att få alla aktiva i spelet. Se till att rensningar minimeras för att utveckla egen teknik.
- Hellre lek än tävling. Det ligger i föreningens intresse att få med klubba och boll i många övningar
- Alla skall få testa på alla positioner på planen, även målvakt
- Viss speltaktik, vid t.ex. frislägg, utkast målvakt, etc. (se dokumentet Handboken nationella spelformer på vår webbsida)
- Alla spelare som vill är välkomna att komma och testa på
- Föreningen och ledarna har även ett socialt ansvar. Uteblir en spelare länge är det ledarens ansvar att kolla upp läget
- Skapa laganda och kamratskap

Träningsupplägg

I vilken ordning kan man lägga upp en träning?

- Samling (Helst i omklädningsrummet), Gå gemenast in på plan
- Uppvärmning (Gärna rörelse lek)
- Teknik- och spelövning
- Spelträning (tvåmål)
- Är det trångt och många spelare. Dela upp dem i 2 grupper
- Avsluta gärna med någon lek
- Avslutning (Helst i omklädningsrummet)
- OBS VIKTIGT

Ha alltid en samling mellan momenten och övningarna så man lätt förklarar vad som ska göras.

Målvaktsträning:

Låta alla som vill prova på målvakt båda på träning och match för känna på hur det är att vara målvakt. Då kanske det blir lättare att hitta en frivillig målvakt senare

Det enda man behöver träna som målvakt på denna nivå är

- Sitta längre ut, inga fötter i målnätet
- Röra sig efter bollen på plan från stolpe till stolpe
- Slänga sig efter bollen om den är i närheten
- Stå upp vid utkast. Större precision och kraft än man sitter

Detta ska man kunna när man lämnar Grön nivå

Teknik:

Passningar

Att kunna slå en passning stillastående efter golvet utan studs med lagom hårdhet och med hyfsad riktning.

Mottagningar

Att stillastående suga in bollen i bladet så det inte bollen studsar mot bladet utan kontroll.

Skott

Enkla drag och hanledskott stillastående och förstå skillnaden på dessa skott

Spelet och taktik

Backadalen premiera det offensiva spelet med boll.

Minimera rensningar och bara "tjonga" iväg bollen om man får den.

Premiera att våga suga in bollen, tex täcka den om motståndare kommer nära. Våga driva själv.

Alla tre hjälper till att både anfälla som försvara. Ingen stannar kvar framför

Taktik, regler och termer:

Kunna regeln om slag på klubba och hög klubba

Ingen speciell taktik finns.

Målvakten

Utgångsposition längre ut från målet, Inga fötter i nätet

Stå upp vid utkast.

Röra sig från stolpe till stolpe.

Utbildning

Från och med säsongen 2025/26 införs ett nytt utbildningskrav för alla ledare inom barn- och ungdomsinnebandy.

Majoriteten av de som står med på matchprotokollet ska ha gått en godkänd ledarutbildning.

Syftet är att höja kvaliteten på ledarskapet och skapa trygga och utvecklande miljöer för barn och unga, bättre träningar och få en starkare innebandy i hela landet.

De utbildningar som gäller för dig kommer kansliet skicka ut.

Antal ledare i båset	Minst antal utbildade ledare i båset
1	1
2	1
3	2
4	2
5	3

Föreningen kommer även att arrangera egna utbildningar. Mer info om detta får man av BUK