

Träning och tävling

- Anvisning för allsidighet

Anvisning:

- Idrott för barn ska organiseras så att den möjliggör aktivt deltagande i flera idrotter.
- Barn och ungdomar ska erbjudas allsidighet och variation i sin träning, oavsett träningsmängd och typ av idrott.

Därför att:

Det är viktigt, speciellt för växande barn och ungdomar, att träna hela kroppen, men också mentala och sociala egenskaper. Ju fler idrotter barnen får möjlighet att prova på desto större är chansen att de hittar något som passar dem. Barn och ungdomar som tränar med variation har större chans att nå seniorelit.

Så att:

Stimulera till idrott och fysisk aktivitet hela livet. För att undvika skador på grund av ensidig belastning och därmed minska framtida hälsoproblem eller avhopp på grund av rörelsehinder.

SAMSYN Uppland 2018

Bandyförbundet Distrikt Mellansverige
bo.haggqvist@bandymellan.se

Upplands Fotbollförbund
kansli@upplandsff.se

Upplands Handbollförbund
upplands.hf@gmail.com

Upplands Innebandyförbund
uppland@innebandy.se

Upplands Ishockeyförbund
kansli@upplandshockey.se

Kontakt Upplands Idrottsförbund:

Jonas Värm
Sakkunnig barn- och ungdomsidrott
Idrottskonsulent
Telefon: 070-452 56 96
jonas.varm@uppland.rf.se



SAMSYN UPPLAND

Barn och ungdomar ska ges möjlighet att utöva flera idrotter!

Vi vill undvika att barn och ungdomar t.o.m. 16 år måste välja idrott, därför har vi gemensamt skapat "Samsyn Uppland."



SAMSYN Uppland

Barn och ungdomar ska ges möjlighet att utöva flera idrotter!

Bakgrund

Svensk idrott verkar för livslångt idrottande.

Barn- och ungdomsidrott bör alltid bedrivas utifrån barnrättsperspektivet. Specialidrottsdistriktsförbunden (SDF:n)

- Upplands Fotbollförbund
- Upplands Innebandyförbund
- Upplands Ishockeyförbund
- Upplands Handbollförbund
- Bandyförbundet mellansveriges distrikt

... kan och vill medverka till ett idrottande för barn och ungdomar på längre sikt och i flera olika idrotter.

“Vi vill undvika att barn och ungdomar till och med 16 år måste välja idrott. Därför har vi gemensamt skapat Samsyn Uppland.”

foto: BILDBYRÅN

Riktlinjer

Det innebär för Upplands Idrottsförbund

- att ha ett övergripande ansvar och sammankalla till träffar.

Det innebär för medverkande SDF

- att samordna tävlingssäsongerna genom att lägga in aktiviteter i en gemensam kalender. Ha dialog mellan SDF:n och försöka undvika krockar.
- att kommunicera ut budskapet om Samsyn genom att ta upp detta på utbildningar, idrottskonferenser, möten m.m.

Det innebär för föreningen och dess ledare

- att alla tar hänsyn till att barn och ungdomar utövar flera idrotter.
- att kommunicera med de andra idrotternas ledare.
- att alla har förståelse för att “krockar” kan inträffa och att dessa löses med barnets bästa i fokus.

RF:s anvisningar

Riktlinjerna verkar i enlighet med Riksidrottsförbundets (RF) anvisningar för barn och ungdomsidrott (beslutat av Riksidrottsstyrelsen 2014-05-23). Där går det bl.a. att utläsa: Intention “allsidighet”: Träning för barn och ungdomar ska vara allsidig. De aktiva ska ges möjlighet att utöva flera olika idrotter och ges möjlighet att göra detta i olika föreningar.

