



SAMSYN - Hammarö

I SAMSYN Hammarö är våra barn upp till och med 12 år i centrum.

Vi arbetar för att så många som möjligt skall kunna vara verksamma i flera idrotter så länge som möjligt.

Tävlingssäsongerna är basen i begreppet SAMSYN Hammarö. Högsäsong för vinteridrotter skall vara första oktober till sista mars och högsäsong för sommaridrotter skall vara första april till sista september.

Högsäsong

Innebandy, handboll, ishockey, gymnastik och basket oktober – mars
Fotboll april – september

Lågsäsong tar hänsyn till högsäsong, dialog och lösningsfokus är viktigt i SAMSYN Hammarö.

Vid match- och cupspel som anordnas när idrotten har lågsäsong och som då krockar med idrott i högsäsong arbetar vi utefter att match- och cupspel under högsäsong alltid har förtur.

Detta betyder att:

- Träningsnärvaro under lågsäsong skall inte vara kriterier för match- och cupspel under högsäsong.
- Träning i annan idrott måste accepteras som träning inför cup. Ledare har kännedom om vilka som har annan idrott och visar tydligt att det är absolut OK att träna högsäsongsidrotter när det krockar.
- Ta hänsyn till att ungdomarna kan hålla på med fler idrotter och kommunicera planeringen med de andra idrotternas ledare
- I lågstadieåldern får max en grenspecifik träning per vecka erbjudas i lågsäsong och i mellanstadieåldern max två grenspecifika träningar per vecka.
- Föreningar som delar säsong med andra idrotter skall efter bästa förmåga planera sin verksamhet så att man kan delta i flera idrotter.
- Föreningen ansvarar för att upplysa ledare och föräldrar om SAMSYN och vikten av att uppmuntra barnen till deltagande i flera idrotter. Det är viktigt att ledare och föräldrar förstår de fysiologiska och psykologiska fördelarna med att utöva flera idrotter.
- Föreningarna ansvarar gemensamt för att undvika krockar i respektive ålderskull med våra gemensamma kalendrar och kontaktlistor som hjälpmedel.
- Deltagande föreningar och kommunen träffas två gånger per år för att planera och utvärdera SAMSYN.
- På Hammarö kommuns hemsida finns SAMSYN där gemensamma kalendrar, kontaktlistor och riktlinjer finns.