



Bakgrund:

Barn och ungdomsidrott ska bedrivas utifrån barnens och ungdomarnas perspektiv. Utgångspunkten är idrottens värdegrund och dess riktlinjer för barn och ungdomsidrotten. Vi ska alltid sätta barnen och ungdomarna i centrum och arbeta för att de inte tvingas välja en idrott i tidig ålder.

Vi har uppmärksammat att det finns föreningar som kan ha problem att få ihop lag. Ledare och föräldrar beskriver hur idrotterna konkurrerar om spelare i tidig ålder. Rädslan över att tappa träning och komma efter kan sätta en sådan press på barnen och ungdomarna att de har svårt att välja och därför slutar i en av idrotterna eller i värsta fall båda. Detta är beklagligt då det finns forskning som visar på att en allsidig och varierande träning minskar skaderisken och barnen/ungdomarna ges dessutom möjlighet att utvecklas i flera idrotter samtidigt.

Det är ingen som vinner på det arbets sättet i längden.

Vi har ett gemensamt ansvar för att barn och ungdomar upp till 15 år ska kunna hålla på med fler idrotter samtidigt. Vi ska i största möjligaste mån organisera våra aktiviteter så att barn inte tvingas att välja aktivitet. Därför har vi i Östergötlands Fotbollförbund, Östergötlands Innebandyförbund, Östergötlands Ishockeyförbund, Mellansvenska Handbollförbundet och Bandyförbundet Distrikt Mellansverige kommit överens om att följa dessa riktlinjer.

Högsäsonger

Fotboll	april – september
Innebandy	oktober – mars
Ishockey	oktober – mars
Handboll	oktober – mars
Bandy	november – mars



Riktlinjer

1. Spelaren fullföljer sin säsong.
2. Träning i idrotter med samma säsong är likvärdiga.
3. Respektive idrott kan erbjuda träningar året runt för de som bara väljer att utöva en idrott.
4. Vid cuper och träningar som anordnas när min idrott har lågsäsong och krockar med idrott i högsäsong arbetar vi utefter att:
 - Cuper – högsäsongsidrotten har förtur. Vi tar hänsyn till att ungdomarna kan utöva flera idrotter och kommunicerar planeringen med de andra idrotternas ledare.
 - Träningar – ledarna har kännedom om vilka barn och ungdomar som utövar flera idrotter och visar tydligt att det är helt OK att träna högsäsongsidrotten när det krockar.
 - Träning i annan idrott måste accepteras som likvärdig träning inför cup upp till och med 15 år.
5. Respektive förbund ska informera SAMSYNS riktlinjer på samtliga träffar med styrelser, aktiva ledare, föräldrar och aktiva och se till att föreningarna har god kännedom om SAMSYN.
6. SAMSYN i Östergötland är i linje med Idrotten Vill och Idrottens Värdegrund.
7. För att underlätta starten av sommar- och vinteridrott bör det finnas ett mellanrum i april och oktober. Därför ska respektive förbund verka för att börja sitt seriespel upp till 15 års ålder så sent som möjligt.
8. Om SAMSYNS riktlinjer inte efterföljs kan styrgruppen besluta om konsekvenser för föreningen genom att exempelvis inte bevilja idrottslyftsmedel som distriktet förfogar över.



Östergötlands Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna



Östergötlands Innebandyförbund



Östergötlands Fotbollförbund



Östergötlands Ishockeyförbund



Mellansvenska Handbollsförbundet



Bandyförbundet Distrikt Mellansverige