

Flytsonemodellen er den teoretiske grunnlaget for at vi ønsker hospitering og at spillere ikke låses fast i en fast treningsgruppe over lengre tid.

Er den enkeltes utfordringer i stil med ens egne ferdigheter, er spillerne i flytsonen. I flytsonen vil spillere utvikle seg, og det er viktig at trenerne alltid sørger for at spillerne befinner seg i denne.

Det er viktig å identifisere kontinuerlig om spillere befinner seg i flytsonen. Eks. kan noen spillere ikke få nok utfordringer på eget lag, og da er hospitering et middel for å holde spilleren i flytsonen. Også når hospiteringsordningen pågår, er det viktig å følge opp dette. Da er spilleren i et nytt miljø og det kommer nye krav til ferdigheter, noe som kan gjøre at spilleren ikke opplever samme mestringsfølelse, og er dermed utenfor flytsonen. Bildet under illustrerer denne modellen.

