

Styringsdokument for Skarphedin Håndballgruppe



- oktober 2013 -

Innhold

Bakgrunn.....	3
Formål	3
Organisasjon	4
Organisasjonskart:.....	4
Visjon.....	5
Verdi	5
Målsetninger.....	5
Holdninger/miljø	5
Vettregler	6
Trenervettregler	6
Spillervettregler	6
Foreldrevettregler	7
Funksjonsbeskrivelse - trenere.....	7
Lagsmappe.....	7
Økonomi og samarbeidspartnere.....	7
Utviklingstrapp for Skarphedin Håndball.....	9
Nivå 1: Rekrutt 7-10	9
Nivå 2: 10-12 år	10
Nivå 3: 12-14 år	11
Nivå 4: 14-16 år	11
Nivå 5: 16-18 år	12
Nivå 6: Senior.....	12
Treningsplanlegging.....	13

Bakgrunn

Bakgrunn for styringsdokumentet er at Skarphedin håndballgruppe ønsket å beskrive organisatoriske og sportslige føringer for videre utvikling av håndballgruppa.

Styret ville i den sammenheng utarbeide et styringsdokument som var konkret og til hjelp i utviklingen av klubben

I utarbeidelsen av styringsdokumentet er både trenere og foreldrekontakter involvert. De har kommet med innspill gjennom to runder. Utkast ble tilsendt på epost, og på trener- og foreldrekontaktsamlingen høsten 2013.

Formål

Styringsdokumentet skal være et verktøy for organisatorisk og sportslig utvikling av Skarphedin håndballgruppe. Planen er todelt;

1. Handlingsdel
2. Sportslig del

Handlingsdelen omhandler, og skal bidra til utvikling av organisasjonen, holdninger og kultur i gruppa. Den sportslige delen omhandler, og skal bidra til, sportslig utvikling av klubben, inkl trenere og spillere.

Planens overordnede målsetning er å bidra til å skape gode holdninger, sunn sportslig kultur og sportslig utvikling.

En annen målsetning med dokumentet er å skape en rød tråd fra barnehåndball til senior hvor overordnede sportslige mål og delmål beskrives på det enkelte nivå.

Det er også et mål at dokumentet skal brukes i utvikling av alle trenere og spillere. Dette er spesielt viktig for foreldretrenere som møter håndballen for første gang med å ta på seg treneroppgaver for yngre lag. Håndballgruppa er helt avhengig av foreldretrenere og håper dokumentet kan bidra positivt sådan.

Dokumentet skal revideres minst hvert 2.år.

Handlingsdel

Organisasjon

Skarphedin håndball sitt øverste organ er håndballstyret. Årsmøte velger representanter til styret.

Styret består av:

- Leder
- Nestleder
- 3 Styremedlemmer
- Representanter som kan møte ved innkalling er varamedlemmer.

Klubben har intensjon om å etablere ett sportslig utvalg, og ett aktivitetsutvalg. Ved slik etablering vil lederen for disse utvalgene også kunne bli bedt om å møte i klubbens styre.

Styret har gjennomsnittlig møte 1 gang i måneden, med unntak av juni og juli. I forbindelse med saker som krever tettere oppfølging kan møtehyppigheten være større.

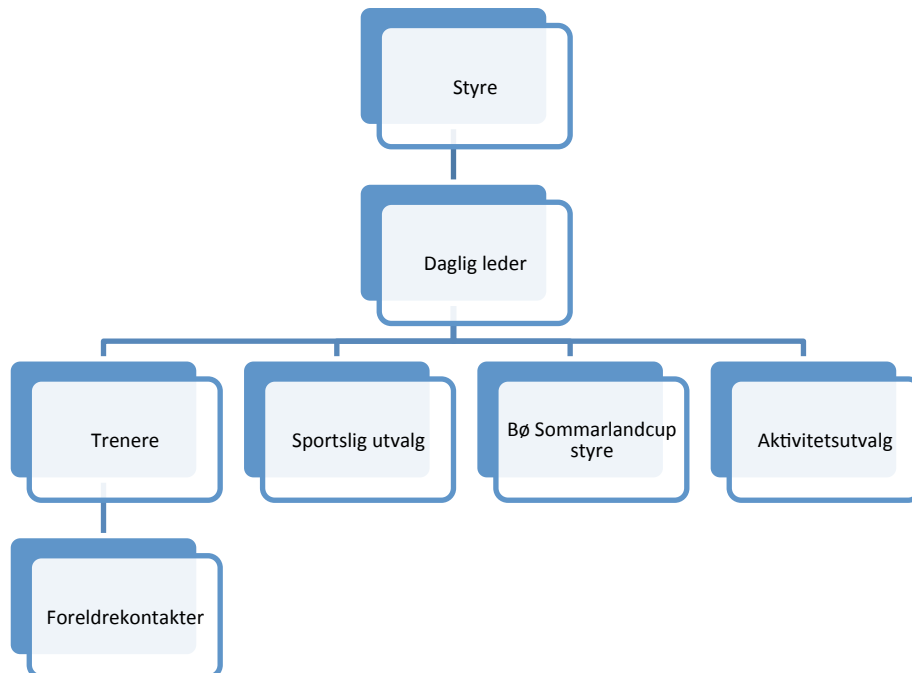
Styret har ansvar for årsmøtet som avholdes senest andre uken i mars.

Styreleder deltar i Skarphedin hovedsammenslutning sitt styre.

Daglig leder styrer den daglige drifta og er bindeleddet mellom styret og klubbens utøvere.

Daglig leder er leder for klubbens utvalg og cupstyre. I utvalgene og cupstyret skal en av representantene være fra klubbens styre.

Organisasjonskart:



Visjon

Skarphedin håndballgruppe har en visjon om å bli regionens beste breddeklubb.

- En for alle, alle for en -

Verdi

Skarphedin håndballgruppe sine verdier er:

- Glede: Vi sprer glede til de alle rundt oss
- Respekt: Vi har respekt for hverandre i klubben, for motspillere og dommere.
- Fellesskap: Vi jobber som et lag. Vi skal gjøre hverandre gode og spille på hverandres sterke sider.
- Likeverd: Alle er like mye verdt.
- Støttende: Vi støtter hverandre som et lag.

Målsetninger

Skarphedin håndballgruppe har følgende sportslige målsetninger:

- Det skal være et tilbud til flest mulig ved at det i hver aldersklasse på både jente og guttesiden fra rekrutt til 18 år er aktive lag.
- Det skal være et tilbud for damer og herrer på seniornivå. Sportslig målsetning for seniorlagene er at de bør være etablert i 2. eller minst 3. divisjon.
- Det skal være utvikling av trenerne gjennom to årlige samlinger, og legges til rette for at foreldre utgjør den viktigste trenerressursen for yngre lag.
- Det skal være et aktivt dommermiljø i klubben.
- Det skal arrangeres sosiale og faglige samlinger, som også bidrar til et godt utviklingsmiljø.

Skarphedin håndballgruppe har følgende organisatoriske målsetninger:

- Håndballgruppa skal ha en sunn økonomi.
- Trenere og foreldrekontakter/oppmenn skal involveres i drifta av håndballgruppa.

Holdninger/miljø

Skarphedin håndballgruppe ønsker at aktiviteten i gruppa skal preges av sunne holdninger og godt miljø. Under er det nevnt noen faktorer klubben ønsker å bli assosiert med.

- Lagene skal tilbys å reise på en felles turnering hvert år.
- Doping er uakseptabelt.
- Et rusfritt idrettsmiljø.
- Det skal legges til rette for samarbeid mellom lag på ulike alderstrinn, eks hospitering.
- Viser fair play ovenfor motstander og dommere.
- Vi følger vettreglene.

Vettregler

Skarphedin håndballgruppe har i samarbeid med trenere og foreldrekontakter utarbeidet et sett med vettregler. Det er også sett til tilsvarende regler i andre klubber. Reglene gjelder for trenere, spillere og foreldre. Vettreglene skal kommunisere hvilke holdninger håndballgruppa står for, på og utenfor banen.

Trenervettregler

- Møt forberedt til trening
- Vær en god rollemodell ved å vise god adferd og kommunikasjon
- Se alle spillerne
- Gi energi
- Vær positiv til alle rundt deg
- Inkluder spillerne i treningsplanleggingen
- Still opp på trenersamlinger
- Vis tålmodighet
- Ha tydelige og klare forventninger.
- Husk at det viktigste er at spillerne har det gøy og trives sammen med de andre spillerne
- Fokuser på det som har gått bra – ikke kritiser
- Gi oppmuntring for innsats uten å se på resultatet
- La alle få delta, alle skal tas vare på ut fra sine forutsetninger
- Bruk kroppsspråk og vis at du setter pris på dem med smil, blunk eller nikk.
- Påse at garderobes og hall er ryddet etter trening og kamp.

Spillervettregler

- Møt opp i god tid til trening (5-10min før)
- Være positiv og aktiv på trening, gjør så godt du kan
- Kom på trening for å trene og ikke bli trent
- Respektere trenerens rolle og treningsopplegg
- Snakke hverandre «frem» og ha en positiv tone
- La treneren ta avgjørelsen.
- Spis godt
- Planlegg hverdagene
- Stille med tilstrekkelig utstyr
- Holde fokus på trening og kamp
- Gi alltid beskjed til treneren dersom du ikke kan komme på trening
- Bidra til å holde orden i garderobe og hall

Foreldrevettregler

- Møt opp på kamp
- Følg opp dine og andres unger på laget
- Stille på dugnad
- Ha respekt for trenerjobben og den innsatsen som blir gjort
- Bare slippe ut positive kommentarer på sidelinjen
- Gode rollemodeller mtp holdninger og verdier.
- Hjelp barnet ditt til å tåle både seier og tap
- Gi oppmuntring til alle spillerne på laget under kamp
- Gi oppmuntring også i motgang – ikke kritiser
- Husk at det er barnet ditt som spiller håndball og ikke du
- Husk at det er treneren som har ansvaret for spillerne under trening og kamper
- Respekter lagleders bruk av spillere. Dersom du etter kampen skulle ha innvendinger mot treners kampledelse, disposisjoner eller lignende, ber vi om at det går minst 24 timer før du tar kontakt med trener eller andre i klubbens ledelse.
- Konfrontere direkte til en trener ved uenighet med treners avgjørelse (se forrige punkt), ikke snakke negativt så barna hører det.
- Vis respekt for det arbeidet klubben gjør – tilby din hjelp.
- Støtt dommerne – ikke kritiser dommeravgjørelser

Funksjonsbeskrivelse - trenere

Trenerne utgjør en viktig funksjon i klubbens arbeid, ettersom treneren har hovedansvaret for lagene. Det innebærer forberedelse og gjennomføring av treninger, samt lede laget i kamper og turneringer. Hver trener har en trenerkontrakt. Alle trenere som deltar på organiserte treninger i Skarphedin håndballgruppe skal ha kontrakt med håndballgruppa. Trenerne skal få tilsendt trenerkontrakt fra administrasjonen innen 20. August. Trenerkontraktene skal konkretisere ansvar og forpliktelser for begge parter. Kontrakten skal returneres i underskrevet stand til daglig leder.

Godtgjøring av trenere gjøres i tråd med håndballgruppas godtgjøringspolicy for trenere.

Trenere skal levere politiattest.

Lagsmappe

Håndballgruppa har egen lagsmappe som beskriver flere funksjoner i gruppa. Funksjoner som beskrives i lagsmappa er foreldrekontakt og sekretariat. I tillegg omtales hjemmesida, regler for bruk av hall, betaling av spillerlisens, økonomisk støtte til lag, fellescup og dugnader.

Økonomi og samarbeidspartnere

Håndballgruppas økonomiske mål er å ha en sunn og langsiktig økonomi. Det innebærer å ha en egenkapital som kan tåle ett år med sviktende inntekter fra Bø Sommarlandcup. Bø Sommarlandcup er håndballgruppas viktigst inntektskilde.

Håndballgruppas økonomi er styrende for klubbens sportslige satsing.

Alle bøter eller utgifter som påløper ved at laget benytter spillere som ikke har løst lisens tilfaller laget/spiller.

Håndballgruppa har som mål at sponsorinntekter skal utgjøre den nest viktigste inntektskilde for gruppa. Håndballgruppa ønsker å jobbe for å skaffe sponsorer som deler håndballgruppas verdier og holdninger.

Håndballgruppa ønsker å ha en hovedsponsor. I tillegg ønsker håndballgruppa å jobbe for flere mindre sponsorer. Det skal gis mulighet for at enkeltlag selv kan skaffe sponsormidler til aktiviteter og utstyr.

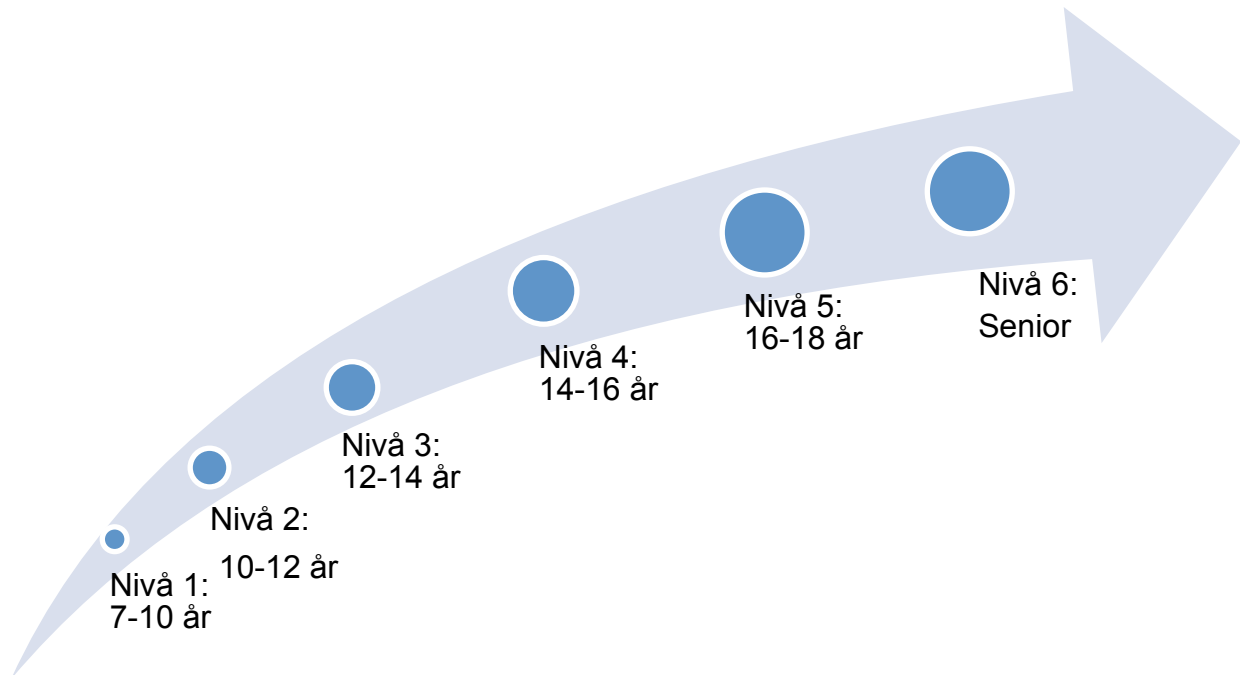
I perioden 1. August 2013 til 31. Juli 2018 har håndballgruppa inngått samarbeidsavtale med assistCo AS og G-sport Bø om assistCo sine utstysprodukter. Håndballgruppas medlemmer skal benytte denne avtalen ved kjøp av utstyr i avtaleperioden.

Overfor sponsorene skal trenere fremstå i tråd med håndballgruppas holdninger og verdier.

Sportslig del

Utviklingstrapp for Skarphedin Håndball.

Utviklingstrappen visualiserer og gir en kort omtale om de ulike nivåene og fokusområder rundt disse.



Skarphedin håndball vil utvikle spillere, trenere, dommere og ledere ut i fra individuelle egenskaper. Vi står for en samla positiv verdi som tar utgangspunkt i at håndball er gøy og fair play.

Nivå 1: Rekrutt 7-10

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 1 gang i uken
Trenere:	1 per ti spillere.
Kamparena:	Aktivitetsturnering 4 ganger per sesong.

Hovedmål:	"Leik, moro og ballleik", "Håndball er gøy"
Øvingsmål:	I denne aldersgruppen 7-10 år er hovedfokus på at alle skal ha det gøy med håndball.

	<p>I alderen 9-10 år bør tekniske ferdigheter rundt kast og mottak av ball vektlegges. Å kunne teknikkravene til rødt merke.</p> <p>Treningene er leikpreget med ball som virkemiddel.</p> <p>I kampsituasjon ruller en på spillere både på banen og i mål.</p>
--	---

Nivå 2: 10-12 år

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 1 gang i uken
Trenere:	1 per 10 spillere.
Kamparena:	Aktivitetsturnering 4 ganger pr sesong. Fra 11 år, serie spill, turnering

Hovedmål:	Aktivitet med ball der vi retter trening mot spill.
Øvingsmål:	<p>Å kunne teknikkravene til bronse merke som 11 åring, sølv som 12 åring.</p> <p>Mye fokus på kast i fart, fokus på høy arm og venstre fot fram- tydelig stamfot. Småspill 2 mot 2, tre mot tre osv. Legger vekt på å få med alle i spillet, dvs. vinger og strekspiller i tillegg til bakspillere.</p> <p>Intro på finter, kroppsfinter og "naturlige" finter.</p> <p>Forsvar: stå sammen og jobbe mot ball. Få tak i ball. Jobbe sammen to og to. Intro mot 5:1.</p> <p>Angrep: få med alle, ving og linjespiller. Fart i ball.</p> <p>Fysisk: Legger vekt på å se etter kne over tå. Legger inn balanse og koordinative øvelser.</p>

Nivå 3: 12-14 år

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 2 ganger i uken
Trenere:	2 trenere per lag.
Kamparena:	Seriespill, turnering, evt. sør norge cup/serie fra og med 14 år

Hovedmål:	Individuelle ferdigheter inn i lagspillet.
Øvingsmål:	<p>å kunne teknikkravene til sølv merke som 13 åring, gull som 14 åring. I 13 års alderen bør en gjennomføre Norges Håndballforbund sine testkrav. Disse testkravene vektlegges for utvelgelse av spillere til sonelag, som er aktuelt for spillere som er 14 år.</p> <p>Fokus på kastarm, skudd- utvikle ulike typer skudd.</p> <p>Forsvar: Utvikle 6:0 med støttende 3`ere og en alternativ offensiv variant. For eksempel 5:1 eller 3:2:1.</p> <p>Angrepsspill med fokus på individuelle ferdigheter inn i mot lagspill. Utvikle lagspill et med enkel systemer som overganger, sperrer fra linjespiller og lignende</p> <p>Fysisk trening: Kan legge fokus mer og mer mot styrke med egen kroppsvekt. Intro på øvelser for mage, rygg- stabilisering, skuldre og lignende.</p> <p>Psykisk/holdninger</p> <p>Hører på trener, stiller opp, sier fra.</p>

Nivå 4: 14-16 år

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 3 ganger i uken
Trenere:	2 trenere per lag.
Kamparena:	Seriespill, turnering, evt. sør norge cup/serie

Hovedmål:	Videreutvikle individuelle ferdigheter inn i lagspillet.
Øvingsmål:	<p>Teknikk: Spesialisering på 1 til 2 plasser. Spisse ferdigheter inn mot roller.</p> <p>Forsvar: Utvikle individuelle ferdigheter i 6:0 spillet. Utvikle den alternative offensive foremen av forsvarspillet.</p> <p>Skadefri trening med fokus på kne over tå, basis rettet mot styrke.</p>

	Begynne med sommertrening, ut å løpe, 4X4 ned mot 16x9
--	--

Nivå 5: 16-18 år

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 3 ganger i uken
Trenere:	2 trenere per lag.
Kamparena:	Seriespill, turnering, evt. sør norge cup/serie

Hovedmål:	Ta steget fra aldersbestemt opp på senior, men gi tilbud til alle.
Øvingsmål:	<p>Spesialisering av tekniske ferdigheter</p> <p>Videreutvikle 6:0 med individuell ferdigheter i duellspill.</p> <p>Utvikle et angrepssystemspill med bevegelser og motbevegelser i forhold til motstander.</p> <p>Utvikle fysisk styrke, krav, utholdenhet osv. tilpasset aldersnivået.</p> <p>Introduksjon til mental trening.</p>

Nivå 6: Senior

Treningssted:	Gullbring
Antall treninger:	1 ½ time, 3 ganger i uken
Trenere:	2 trenere per lag.
Kamparena:	Seriespill, turnering, evt. sør norge cup/serie

Hovedmål:	Ta ansvar for egen utvikling.
Øvingsmål:	<p>Ytterligere spesialisering av tekniske ferdigheter</p> <p>Kunne spille flere typer forsvarssystemer.</p> <p>Utvikle et angrepssystemspill med bevegelser og motbevegelser i forhold til motstander.</p> <p>Videreutvikle fysisk styrke, krav, utholdenhet osv. tilpasset nivået.</p>

Treningsplanlegging

På www.handball.no finner du hjelp til å planlegge gode treninger. Der er det også videosnutter av aktuelle øvelser.