



**STRÖMSTAD
HK**

**IDROTTENS
FÖRENINGSLÄRA**

**Strömstad
Handbollsklubb**

STRÖMSTAD HANDBOLLSKLUBB

GLÄDJE, KÄMPAGLÖD, KAMRATSKAP, KLUBBKÄNSLA

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Inledning	5
1 Vision & Verksamhetsidé Strömstad HK 2012-2015	5
1.1 Vi inom Strömstad HK skall sträva efter att	5
1.2 Som aktiv i Strömstad HK är det viktigt att du	6
2 Verksamhetsplan Strömstad HK 2012-2015	7
2.1 Representationslagen	7
2.2 Ungdomssektionens inriktning	7
2.3 Deltagande i cuper och turneringar	7
2.4 Som ledare i Strömstad HK är det viktigt att	8
2.5 Representant för Strömstad HK	8
2.5.1 En god representant för Strömstad HK innebär att	8
2.6 Immateriella tillgångar & Varumärke	9
3 Utbildningsplan Strömstad HK 2012-2015	10
3.1 Allmänt	10
3.2 Målsättning	10
3.3 Utveckling	10
3.4 Träningsinnehåll	10
3.5 Handbollsskolan (6-8 år)	11
3.5.1 Allmänt	11
3.5.2 Målsättning	11
3.5.3 Utveckling	11
3.5.4 Träningsinnehåll	11
3.6 D-ungdom (9-11 år)	12
3.6.1 Allmänt	12
3.6.2 Målsättning	12
3.6.3 Utveckling	12
3.6.4 Träningsinnehåll	12
3.7 C-ungdom (12-13 år)	13
3.7.1 Allmänt	13
3.7.2 Målsättning	13
3.7.4 Träningsinnehåll	13
3.8 B-ungdom (14-15 år)	14
3.8.1 Allmänt	14
3.8.2 Målsättning	14
3.8.3 Utveckling	14
3.8.4 Träningsinnehåll	14

3.9	A-ungdom (16-17 år)	15
3.9.1	Allmänt	15
3.9.2	Målsättning	15
3.9.3	Utveckling	15
3.9.4	Träningsinnehåll	15
3.10	Juniorer	16
3.10.1	Allmänt	16
3.10.2	Målsättning	16
3.10.3	Utveckling	16
3.10.4	Träningsinnehåll	16
4	Rekryteringsplan Strömstad HK 2012-2015	17
4.1	Lagorganisation	17
4.2	Tränare/Ledare	17
4.3	Spelare	17
4.4	Domare/Funktionärer	18
5	Värdegrund och Policyinriktning Strömstad HK 2012-2015	19
5.1.	Inledning	19
5.2.	Vad innebär diskriminering, trakasserier och kränkande behandling?	20
5.3.	SHK:s värdegrund och tio gyllene regler	20
5.4.	Hur arbetar SHK konkret för att främja en positiv klubbkultur, likabehandling samt förebygger kränkningar och trakasserier?	21
5.5.	Vad gör styrelsen för att främja likabehandling och positiv klubbkultur?	22
5.6.	Hur skall tränare, lagledare, föräldrar och andra vuxna uppträda och agera för att främja likabehandling och en positiv klubbkultur?	23
5.7.	Hur barn och ungdomar inom klubben uppträder och bemöter varandra	24
5.8.	Hur hjälps vi åt för att förebygga kränkningar och trakasserier?	24
5.9.	Snabblista åtgärder för att förebygga kränkningar och trakasserier	25
5.10.	Rutiner för hur vuxna skall göra för att påtala, diskriminering, trakasserier och kränkande behandling	25
6	Arbetsbok för förening (Strömstad HK) 2012-2015	26
6.1	Svensk handbolls väg mot framgång	26
6.2	Svensk handbolls verksamhetsidé är	26
6.3	Svensk handbolls värdegrund är	26
6.4	Svensk handbolls vision är	26
6.4.1	Att fundera över och diskutera	26
6.4.2	Vad innebär för dig de olika värdegrundsorden i konkret handling	27
6.4.3	Svensk handboll alltid i världsklass	27
6.5	För vårt föreningsarbete (Strömstad HK) innebär det	27
6.5.1	Svensk handbolls gemensamma inriktningsmål för 2007-2012 är	27
6.5.2	Svensk handbolls konkreta mål	27
6.6	Vad kan (Strömstad HK) göra för att nå målen 2015	28
6.7	Spelarutveckling (Strömstad HK)	28

6.8	Ledarutveckling (Strömstad HK)	29
6.8.1	Vilka övriga ledare skall vi kompetensutveckla samt hur	29
6.9	Svensk handbolls föreningsutveckling	30
6.10	Svensk handbolls utbildningsvägar	31

BILAGOR

1	Kunskapsnivå och träningsinnehåll för respektive åldersgrupp i föreningen	32
2	Lagorganisation för SHKs ungdomslag i seriespel	
	Ansvars och allmän arbetsbeskrivning	39

Inledning

Den här dokumentationen kommer att vara Strömstad Handbollklubbs styrdokument under de kommande tre säsongerna fram till och med 2016. Därför är också direktiven från Svenska Handbollsförbundet med i materialet som en vägledning och riktmärke. Det är viktigt att poängtera att det är ett levande dokument som vid behov kommer att revideras över tid.

Ansvariga för detta är utan undantag styrelsen för Strömstad Handbollsklubb.

Dokumentationen är uppbyggd kring Verksamhetsplan, Utbildningsplan, Rekryteringsplan, Värdegrund och Policyinriktning samt Arbetsbok för förening.

1 Vision & Verksamhetsidé Strömstad HK 2012-2016

Strömstad HKs klubbide är att genom en omfattande och stark ungdomsverksamhet utveckla bra handbollsspelare samt att medverka till social fostran. Ungdomsverksamhetens mål är att fostra egna spelare som vi senare kommer att kunna använda oss av i föreningens seniorslags verksamheter och i olika sammanhang inom föreningen som t.ex. ledare, tränare och styrelseledamöter.

Strömstad HK skall kännetecknas av glädje, gemenskap, kontinuitet och sportslighet. Verksamheten baseras på en sund och balanserad ekonomi, god utbildning, föreningskänsla och med största möjliga engagemang från ledare, spelare och inte minst föräldrar.

Strömstad HK's vision är att bli och vara Norra Bohusläns främsta handbollsförening avseende såväl sportsliga resultat som socialt ansvar.

Det sportliga målet för Strömstad HK är att till år 2015 ha minst ett lag per åldersklass i ungdomsverksamheten, samt börja starta upp en väl fungerande seniorverksamhet med högt ställda resultatmål.

1.1 Vi inom Strömstad HK skall sträva efter att:

- Ge varje medlem en meningsfullt sportslig, social fritidssysselsättning och utveckling.
- Ge varje aktiv medlem en idrottslig och social grund att stå på, oavsett om det gäller att fungera i ett lag eller i andra sammanhang i samhället.
- Visa hänsyn mot medmänniskor.
- Vilja vinna med hänsyn till fair-play och ödmjukhet.
- Utveckla goda och duktiga ledare och tränare.
- Hela tiden förbättra och utveckla våra lags handbollskunskap för att vi tror på att utveckling ger inspiration, stimulans och motivation.
- Berika våra medlemmars fritid och på så sätt bidra till ett meningsfullt och lyckligare liv. Vi finns, vid sidan av de sportsliga målsättningarna, till för att få medlemmarna att må bra!



1.2 Som aktiv i Strömstad HK är det viktigt att du:

Med aktiv menas spelare, ledare, förälder och styrelseledamot. Med andra ord någon som representerar Strömstad Handbollsklubb i något sammanhang.

- Visar ödmjukhet både på och utanför plan
- Visar klubbkänsla och ställer upp på klubbens krav, villkor och rekommendationer
- Motsvarar de krav som ställs i de olika åldersklasserna
- Visar disciplin, ordning och reda
- Är öppen för konstruktiv kritik och är förändringsvillig för att skapa förbättringar
- Visar hänsyn och ställer upp för andra i föreningen
- Behandlar och uppträder juste mot publik, domare, medspelare, motspelare och ledare
- Motverkar all form av mobbing eller liknande särbehandling i vilken form den än må uppenbara sig och vilket uttryck den än må ta sig
- Motverkar all hantering och användande av dopingpreparat och droger

Ledare skall alltid vara goda föredömen för spelare!

2 Verksamhetsplan Strömstad HK 2012-2015

2.1 Representationslagen

Strömstad Handbollsklubb skall ha som mål att ha minst ett seniorlag representerade i seriespel från och med säsongen 2015/2016 i det svenska seriespelet, med tydliga utvecklingsmål och på detta sätt vara en förebild och ett mål idrottsligt för våra ungdomar. Detta skall ge en förutsättning för att ha en bred kvalitativt hög nivå på vårt arbete med ungdomar. Representationslagen skall vara ett motiverande mål för alla våra ungdomar.

Vår målsättning är att ha representationslagen på en sådan nivå att våra ungdomar skall ha möjligheten att fortsätta spela på en hög nivå i den stad de bor i, Strömstad med omnejd.

2.2 Ungdomssektionens inriktning

Ungdomssektionen skall sträva efter att aktivera ungdomar i Strömstad med omnejd genom en meningsfull sysselsättning och lära ut förutsättningarna för handboll, samt att i slutskedet få fram kompetenta och välutbildade handbollsspelare som kan konkurrera i representationslagen.

Vi vill också värna om en positiv handboll med dominerande inslag av teknik och rolig handboll. För de allra yngsta lagen är vi måna om att skapa ett bestående intresse för handboll utan hets och tvång. Lek och teknik prioriteras i dessa lag och om det blir vinster eller förluster är inte viktigt överhuvudtaget. Vi uppmuntrar nytänkande och kreativitet. Från och med junioråldern går lagen över i klubbens seniorverksamhet.

2.3 Deltagande i cuper och turneringar

Varje åldersgrupp uppmuntras att spela cuper och turneringar för att främja såväl lagets handbollsutveckling som den personliga utvecklingen. Strömstad Handbollsklubb spelar minst en cup på annan ort varje år. Följande bör gälla som riktmärke för respektive åldersgrupp:

- D-ungdom deltar i minst en cup per år, förslag Aranäs cup i Kungsbacka eller liknande.
- C-ungdom deltar i minst en cup per år, förslag Potatiscupen i Alingsås eller liknande, samt deltar även i Select Cup.
- B-ungdom deltar i minst en cup per år, förslag Rödspätte Cup i Fredrikshavn eller liknande, samt deltar även i Ungdoms SM för B-ungdom. Även träningsläger i samband med försäsongsupptakt är aktuellt.
- A-ungdom deltar i minst två cuper per år, förslag Prag, Barcelona, Berlin, Amsterdam eller liknande samt Skadevi Cup i Skövde, Rödspätte cup i Fredrikshamn eller liknande. Deltar även i Ungdoms SM för A- ungdom. Träningsläger i samband med försäsongsupptakt bör genomföras.

- Junior deltar i minst två cuper per år, förslag Prag, Barcelona, Berlin, Amsterdam eller liknande samt Skadevi Cup i Skövde eller liknande. Deltar även i Ungdoms SM för Juniorer. Träningsläger i samband med försäsongsupptakt skall genomföras.

2.4 Som ledare i Strömstad HK är det viktigt att:

- ▲ Utveckla våra spelare fysiskt, mentalt och socialt
- Våga pröva nya vägar och anamma nya idéer
- Delta i de möten som föreningen kallar till
- Behandla alla spelare lika
- Följa de instruktioner som ges för det specifika laget
- Ställa upp för spelarna även utanför handbollen
- Ställa krav på spelarna såsom disciplin, ordning och reda m.m.

2.5 Representant för Strömstad HK

Representant för föreningen är Du som representerar föreningen såsom spelare, ledare eller annan funktionär i handbolls- eller andra sammanhang. Du representerar också föreningen om du i andra sammanhang än ovan uppträder i Strömstad Handbollsklubbs tävlingskläder eller klädkollektion (overall m.m.).

2.5.1 En god representant för Strömstad HK innebär att:

- Komma i tid till träningar och andra arrangemang
- Komma väl förberedd till träningar, matcher och andra arrangemang
- Uppträda idrottsklädd i "SHK-kläder" i samband med match eller träning
- Aldrig dricka alkohol eller uppträda berusad när du representerar föreningen
- Undvika att röka i klubbens tävlingsdräkt eller klädkollektion (overall m.m.).
- Uppträda som en god medmänniska mot tränare, spelare, funktionärer och publik oavsett tillfälle

2.6 Immateriella tillgångar & Varumärke.

Det totala medlemsantalet har under de senaste fyra åren ökat och utgör innevarande säsong (2012/2013) 198 medlemmar.

Varje lagorganisation (se även bilaga 2) har en uppdelning som består av tränare, lagledare, ekonomiansvarig och medieansvarig. Strömstad Handbollsklubb har beslutat att fördelningen av det ekonomiska uppdrag som utförs av respektive lagorganisation och föräldrar till dito fördelas i intäkter med 75 % till lagorganisationens egen lagkassa och 25 % till klubbens gemensamma kassa. Strömstad Handbollsklubb vill med denna uppdelning skapa incitament för att aktivt bidra till våra barns, ungdomars, ledares och föräldrars engagemang till utveckling och pay-back, som på ett positivt och kreativt sätt möjliggör en gynnsam och solid ekonomisk utveckling i framtiden för Strömstad Handbollsklubb.

Ambitionen och viljeinriktningen är att ständigt utveckla klubbens varumärke och värde för sponsorer så att sponsorintäkterna kan ökas och att sponsorer i ännu större utsträckning ser ett värde och vilja att förknippas med sitt varumärke i våra verksamheters aktiviteter.

Medlemsavgifterna skall i möjligaste mån spegla medlemmarnas aktivitetsgrad och den service m.m. som ges till medlemmen.

Klubbens har och skall under kommande år löpande investera i inventarier och aktivitetsutrustning m.m. som väl motsvarar klubbens ambitionsnivå och behov för kvalitativt genomförande och deltagande i klubbens samtliga aktiviteter.

3 Utbildningsplan Strömstad HK 2012-2015

(Se även bilaga 1)

Utbildning av spelare pågår kontinuerligt. Inriktningen är både spelteknik och ledarskap. Vi vill här ge de grundläggande förutsättningarna och en plattform för ledarna för de olika lagen att stå på när de utbildar sig själva och sina spelare.

Utbildningsplanen tar upp de krav som ställs på spelarna både individuellt och kollektivt och vilka förhållningsregler som gäller angående utslagning osv.

3.1 Allmänt

- Föreningens ungdomsverksamhet skall vara ett komplement till samhället i övrigt och i möjligaste mån stå för den utveckling av ungdomar som i övrigt social och offentlig verksamhet inte omfattar
- Föreningen skall fungera som ett extra socialt skyddsnät och vara en rådgivande part till föräldrar, skola och andra utbildningsinstanser vid eventuell konflikt eller annan uppkommen situation
- I de övre åldrarna är tanken att vi skall utveckla spelare till representationslagen, men detta är dock mestadels ett fall för vår juniorverksamhet där elitsatsning inleds och de lagen tillhör seniorsektionen

3.2 Målsättning

- Utveckla goda medmänniskor och medborgare
- Skapa nya spelare till representationslagen, men inte på bekostnad av för tidig utslagning då spelarnas mognad och utveckling inte kan förutspås innan en viss ålder
- Skapa tränare/ledare/domare/funktionärer av de spelare som av olika orsaker inte kan eller väljer att inte fortsätta spela handboll för Strömstad Handbollsklubb
- Delta med minst ett lag i varje åldersgrupp i seriespel upp t.o.m. Junioråldern
- Uppstarta en ny åldersgrupp varje år
- Genomför klasshandbollsmästerskap för minst en årskurs i kommunen per år

3.3 Utveckling

- Utveckla medlemmarnas sociala förmåga och känsla att tillhöra och fungera i grupp
- Undvika utslagning till dess att spelarna når juniorlaget då seniorsatsning inleds

3.4 Träningsinnehåll

- Sådan träning som skapar goda förutsättningar för medlemmen att fungera i samhället i övrigt och i möjligaste mån kunna undvika eventuella förslitningsskador i framtiden
- Mångsidighet uppmuntras och därför också deltagande i andra idrotter
- I övrigt se respektive åldersgrupp.
- Ledarna/tränarna för varje åldersgrupp ansvarar för att det finns en långsiktig planering för den egna åldersgruppen

3.5 Handbollsskolan (6-8 år)

3.5.1 Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
- Tonvikt på kamratskap
- Handboll är en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Skolan viktigare än handbollen

3.5.2 Målsättning

- Att ha roligt där stora inslag av lek är det primära
- Ingen resultatmässig målsättning
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att handboll är roligt vilket uppmuntrar en fortsatt handbollskarriär
- Spela eventuella turneringar i distrikt och ha så roligt som möjligt
- God stämning i gruppen

3.5.3 Utveckling

- Alla skall få spela
- Ingen form av toppning
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är tillåtna, men inte värvningar
- Spelarna skall uppmuntras att spela på olika positioner i laget

3.5.4 Träningsinnehåll

- Träning 1 gång i veckan
- Se så många som möjligt av de äldre ungdomslagets matcher
- Bollteknik och passningsspel är de centrala delarna av träningen kombinerat med mycket spel på minihandbollsplan
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel
- Personlig hygien
- Kostinformation

3.6 D-ungdom (9-11 år)

3.6.1 Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
- Tonvikt på kamratskap
- Handboll är en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Skolan viktigare än handbollen, men viss planering av studier uppmuntras
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras

3.6.2 Målsättning

- Ingen resultatmässig målsättning
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att handboll är roligt vilket uppmuntrar en fortsatt handbollskarriär
- Spela minst en cup per år (typ. Aranäs cup eller liknande på nationell nivå) samt ha så roligt som möjligt
- God stämning i gruppen
- Känna till de grundläggande spelpositionerna och offensivt försvars och anfallsspel skall prioriteras i spel.

3.6.3 Utveckling

- Mycket försiktig övergång från att alla alltid får spela till att bästa laget spelar endast i undantagsfall
- Delta med lag i seriespel
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är tillåtna, men inte värvningar
- Spelarna skall uppmuntras att spela på olika positioner i laget

3.6.4 Träningsinnehåll

- Träning 1-2 gånger i veckan
- Se så många som möjligt av de äldre ungdomslagets matcher
- Bollteknik och passningsspel är de centrala delarna i träningen
- Anfalls- och försvarspositioner
- Skotträning
- Stretching
- Viss målvaktsträning
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel
- Personlig hygien
- Kostinformation

3.7 C-ungdom (12-13 år)

3.7.1 Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
- Tonvikt på kamratskap
- Handboll är en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Studier skall prioriteras, planering av studier uppmuntras
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras

3.7.2 Målsättning

- Deltagande i seriespel på distriktsnivå
- Delta i Västsvenska ungdomsmästerskapen (Select Cup). Målsättningen sätts efter lagets förutsättningar
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att handboll är roligt vilket uppmuntrar en fortsatt handbollskarriär
- Spela minst en cup per år (t.ex. Potatiscupen eller liknande på nationell nivå) samt ha så roligt som möjligt
- God stämning i gruppen
- Utvecklas som spelare och lagkamrat och offensivt försvars och anfallsspel skall prioriteras i spel

3.7.3 Utveckling

- Bästa laget spelar endast vid behov och i verkligt utsatta lägen
- Delta med minst ett lag i seriespel
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är tillåtna, men inte värvningar
- Spelarna skall uppmuntras att spela på olika positioner i laget
- Mycket viktigt att ha uppsikt på hur spelarna fungerar i sin vardagliga omgivning
- Kvalificerade spelare kan vid behov och för den egna utvecklingen spela med äldre lag i föreningen

3.7.4 Träningsinnehåll

- Träning 2-3 gånger i veckan. Inklusiv fysisk träning
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen
- Anfalls- och försvarspositioner
- Skotträning
- Stretching
- Målvaktsträning
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel
- Teknik och koordinationsövningar
- Personlig hygien
- Kostinformation

3.8 B-ungdom (14-15 år)

3.8.1 Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
- Tonvikt på kamratskap
- Handboll är en av flera idrotter
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Hänsyn tas till studier, planering av studier förväntas av spelarna
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras

3.8.2 Målsättning

- Hävda sig väl i seriespel på distriktsnivå.
- Delta i Ungdoms SM samt delta i minst en cup per år (typ Rödspette cup i Fredrikshavn eller liknande på skandinavisk nivå). Målsättningen sätts efter lagets förutsättningar
- I största möjliga mån vinna de tävlingar man ställer upp i
- God stämning i gruppen
- Utvecklas som spelare och lagkamrat och offensivt försvars och anfallsspel skall prioriteras i spel

3.8.3 Utveckling

- Bästa laget spelar endast vid behov och i verkligt utsatta lägen
- Delta med minst ett lag i seriespel samt nationella och skandinaviska turneringar
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är tillåtna, men inte värvningar
- Mycket viktigt att ha uppsikt på hur spelarna fungerar i sin vardagliga omgivning
- Kvalificerade spelare kan vid behov och för den egna utvecklingen spela med äldre lag i föreningen

3.8.4 Träningsinnehåll

- Träning 3 gånger i veckan inklusive fysisk träning
- Mycket passnings- och skotträning med alla typer av skott
- Intensiv teknikträning
- Viss taktikundervisning
- Fysisk träning, enklare styrketräning med kroppen som belastning
- Stretching
- Målvaktsträning
- Personlig hygien
- Kost information

3.9 A-ungdom (16-17 år)

3.9.1 Allmänt

- Övergång mot handboll som huvudsaklig idrott
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Hänsyn tas till studier, planering av studier förväntas av spelarna
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras

3.9.2 Målsättning

- Hävda sig väl i seriespel på distriktsnivå
- Delta i Ungdoms SM samt delta i minst två cuper per år (varav minst en i Europa som t.ex. Prag, Barcelona, Berlin eller Amsterdam m.fl.). Målsättningen sätts efter lagets förutsättningar
- I största möjliga mån vinna de tävlingar man ställer upp i
- God stämning i gruppen
- Utvecklas som spelare och lagkamrat

3.9.3 Utveckling

- Förberedelser för elitsatsning som junior
- Bästa laget spelar vid behov
- Delta med minst ett lag i seriespel, samt nationella och internationellt turneringar
- Spelare bör inte värvas från andra föreningar
- Mycket viktigt att ha uppsikt på hur spelarna fungerar i sin vardagliga omgivning
- Kvalificerade spelare kan vid behov och för den egna utvecklingen spela med äldre lag i föreningen
- Äldsta åldersgruppen bör delta i föreningens regelutbildning och efter genomförd utbildning hjälpa till som funktionär/domare i de mini, förenings och handbollssammandrag SHK organiserar

3.9.4 Träningsinnehåll

- Träning 3-4 gånger i veckan inklusive fysisk träning
- Spelsätt som är så likt representationslagens som möjligt
- Stor tyngdpunkt på passningsspel
- Intensiv teknikträning
- Introducera taktik på allvar
- Fysisk träning, styrketräning med kroppen som belastning samt försäsongsträning enligt tränarens upplägg
- Stretching
- Målvaktsträning
- Personlig hygien
- Kostinformation

3.10 Juniorer (18-19 år)

3.10.1 Allmänt

- Handboll är den huvudsakliga idrotten
- Utveckla spelare till seniorverksamhetens representationslag
- Meddela sig vid frånvaro från match eller träning
- Hänsyn tas till studier, planering av studier förväntas av spelarna
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras

3.10.2 Målsättning

- Hävda sig väl i seriespel på distriktsnivå
- Delta i Ungdoms SM (minst steg 3) samt delta i minst två cuper per år (varav minst en i Europa som t.ex. Prag, Barcelona, Berlin eller Amsterdam m.fl.). Målsättningen sätts efter lagets förutsättningar
- Vinna de tävlingar man ställer upp i
- Spela turneringar och cuper nationellt och internationellt
- God stämning i gruppen
- Utvecklas som spelare och lagkamrat

3.10.3 Utveckling

- Seniorspels satsning
- Bästa laget spelar
- Truppen fastställs av huvudansvarige tränaren och överledaren
- Delta med minst ett lag i seriespel, samt nationella och internationella turneringar
- Delta i Ungdoms SM
- Spelare kan värvas restriktivt från andra föreningar
- Kvalificerade spelare bör efter samråd träna och spela med representationslagen
- De spelare som eventuellt inte får plats i truppen skall slussas vidare till lämplig farmarklubb, samt vidare som ledare/tränare inom föreningens verksamhet
- Spela och träna mot och med seniorlag

3.10.4 Träningsinnehåll

- Träning 4-5 gånger i veckan
- Spelsätt enligt representationslagens modell
- Mycket taktik enligt representationslagens modell
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt
- Fysisk träning med försäsongsträning enligt representationslagets modell
- Personlig hygien
- Kostinformation

4 Rekryteringsplan Strömstad HK 2012-2015

4.1 Lagorganisation

Samtliga laggrupper som startas i klubbens regi skall under D-ungdomsåren börja arbetet med att skapa en stark och väl fungerande lagorganisationsverksamhet, som driver och stöttar laggruppens alla verksamheter på ett så bra och optimalt sätt som möjligt. Klubbens centrala verksamheter (styrelse, kansli, rekryteringskommittén) skall vid behov hjälpa och stötta detta arbete, för att så bra resultat som möjligt av fungerande lagorganisationsverksamhet kan uppnås i ett så tidigt skede av laggruppens verksamheter och aktiviteter m.m.

4.2 Tränare/Ledare

Klubbens ambition och mål är att ha en mycket bra arbetande rekryteringskommitté ledd via styrelsemedlem som skall se till att ständigt arbeta för att engagera både vuxna föräldrar och anhöriga samt även äldre spelande ungdomar till att aktivt delta som ledare och tränare i klubbens olika laggrupper. Klubbens ambition är att varje laggrupp i våra verksamheter skall ha minst 2-3 ledare som för sitt ledarskap i gruppen, har en relevant och tillräcklig kompetens och utbildning till att leda och träna samt utveckla gruppens kunskapsnivå m.m.

Klubben använder i detta fall SHFs utbildningstrappa och utbildningsplan som bas för ambitionsnivå gällande ledare och tränare i respektive lag och åldersgrupp. I samtliga fall gällande utbildning ansvarar klubben för dessa kostnader som krävs för att genomföra utbildningsbehovet.

4.3 Spelare

Klubbens skall via rekryteringsprojekt i skolor m.m. ständigt jobba för en stabil och stark nyrekrytering och tillväxt av deltagande barn och ungdomar. Viktiga och prioriterade områden för detta spelarrekryteringsarbete är bl.a. Klasshandbollen med tillhörande skolidrottsbesök, SHKs Mini Handbolls Cup, handbollsskola och boll lekis verksamheterna för de allra yngsta.

Klubbens skall också ha en tydlig och attraktiv aktivitetsutvecklingsplan som ger spelande barn och ungdomar en stegvis utveckling av vilka typer av cuper och träningsläger m.m., som succesivt ges möjlighet till att delta och vara med på i förhållande till ålder och nivåmessig utveckling m.m.

4.4 Domare/Funktionärer

Klubben ambition och mål är att ha en mycket bra arbetande domare-matchfunktionärskommitté ledd via styrelsemedlem som skall se till att ständigt arbeta för att engagera både vuxna föräldrar och anhöriga samt även äldre spelande ungdomar till att aktivt delta som matchsekretariat funktionär eller domare. Alla spelare som uppnår äldsta B-ungdomsnivå skall årligen utbildas till föreningsdomare både för att ges möjlighet till att delta i klubbens verksamheter som aktiv föreningsdomare, samt även för att i utbildningssyfte stärka varje enskild spelares regelkunskaper och förståelse för domarens arbete i samband med matcher m.m. Även intresserade vuxna och anhöriga skall ges möjlighet att delta i dessa årliga utbildningar för att kunna delta som domare i klubbens verksamheter m.m.

Det åligger även samtliga av klubbens lag och åldersgrupper att rekrytera fram lämpligt antal vuxna och föräldrar som skall ansvarar för och delta som matchfunktionärer vid samtliga hemmarelaterade matcharrangemang som laggruppen arrangerar eller ansvarar för. Nödvändig utbildning för lag och åldersgruppens behov ges årligen av klubbens ansvariga funktionärsutbildningsinstruktörer.

I de fall det krävs högre form av utbildningsinstruktörer för domare eller funktionärer så anlitas av klubben externt kompetenta och behöriga utbildningsledare. I samtliga fall gällande utbildning ansvarar klubben för dessa kostnader som krävs för att genomföra utbildningsbehovet. Det är klubbens ambitionsnivå att årligen utbilda 1-2 nya distriktsdomare med högre behörighets och kunskapsnivå samt minst 5-10 st nya föreningsdomare. Även spelare från äldsta B-ungdoms nivå skall ges möjlighet om man önskar och vill utbildas till matchsekretariat funktionär.

5 SHK:s värdegrund och arbete med att främja likabehandling och förebygga trakasserier och kränkande behandling

5.1. Inledning

Strömstad Handbollsklubbs viljeinriktning och ambition är att utöver den rent sportsliga delen av verksamheten arbeta för att främja och synliggöra barnens och våra ungdomars rätt till lika rättigheter och möjligheter. Det innebär att SHK i alla delar av sina verksamheter skall motverka och ta avstånd för alla nyanser och handling i form av diskriminering som kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder, sexuell läggning och ålder.

SHK har i detta dokument arbetat fram riktlinjer för hur vi skall främja en kultur som innebär en glädjefull miljö där alla ska ha samma möjligheter att delta i klubbens aktiviteter, samt hur vi skall agera om någon form av kränkning eller diskriminering uppmärksammas.

SHK ska verka för att alla skall känna sig välkomna och kunna delta i verksamheten på lika villkor. I vissa fall kan dock tränaren/ledaren bedöma att ett barn är i behov av särskilt stöd eller extra resurser för att kunna genomföra träningar och/eller matcher. I dessa särskilda fall är det viktigt att ha en dialog mellan tränare, föräldrar och barn för att hitta den bästa lösningen. SHK har inte möjlighet att tillgodose stödresurser och kan inte anpassa verksamheten till enskilda barns extrabehov.

SHK har rätt att ställa krav på att medlemmarna följer SHK:s policy och uppförandekoder, på och utanför planen. För de som inte följer dessa så har SHK rätt att vidta åtgärder och i förlängningen stänga av en medlem som inte följer klubbens policy för hur vi skall uppträda mot varandra.

SHK:s verksamhet bygger på ideellt, obetalt engagemang och klubben är till 100% beroende av föräldrar och andra vuxna som är beredd att ta på sig ansvar och arbetsuppgifter på olika nivåer i klubben. Tillsammans har vi ett ansvar att bidra till att skapa en meningsfull, rolig och hälsosam fritidsaktivitet för våra barn!

5.2. Vad innebär diskriminering, trakasserier och kränkande behandling?

Följande begreppsdefinitioner är bra att känna till:

Diskriminering: Diskriminering har koppling till någon av de sju diskrimineringsgrunderna; kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder, sexuell läggning och ålder. Diskriminering förutsätter ett maktövertag hos den som diskriminerar. I handbollssammanhanget betyder det att en tränare/ledare kan diskriminera en spelare. En spelare kan inte diskriminera en annan spelare eller sin tränare/ledare.

Trakasserier: Trakasserier är ett uppträdande som kränker någons värdighet och som har samband med någon av diskrimineringsgrunderna men där det inte finns maktobalans mellan den som trakasserar och den trakasserade.

Kränkande behandling/mobbing: Kränkande behandling är övergrepp som inte har grund i någon av diskrimineringsgrunderna. Mobbing betyder att kränkningarna upprepas över tid.

5.3. SHK:s värdegrund och tio gyllene regler

SHK:s värdegrund kan sammanfattas i tre huvuddrag och i tio gyllene regler, som beskriver hur vi alla inom klubben skall uppträda mot varandra (se också dokumentet ”Vision och klubbidé Strömstad Handbollsklubb”).

- 1. Vi i föreningen strävar efter att alla skall känna glädje, stark sammanhållning och samhörighet i laget och föreningen.**
Det skall vara kul för såväl spelare som ledare och förälder och kännas roligt att komma till träningar och matcher.
- 2. Personlig och idrottslig utveckling skall gå före vikten av att vinna.**
Vi vill bidra till att skapa goda samhällsmedborgare. Vi vill lära barn och ungdomar en positiv självbild, att ta ansvar och att sätta upp mål för att lyckas. Vi ledare, föräldrar, aktiva seniorhandbollsspelare skall i alla lägen vara förebilder för våra barn och ungdomar.
- 3. Vi skall alltid visa respekt och positiv attityd till varandra och vår omgivning.**
Vi vill medverka till förståelse för att alla människor har lika värde och aktivt förebygga, uppmärksamma och motarbeta kränkande behandling och diskriminering.

Dessa riktlinjer har vi sammanfattat i ”Tio gyllene regler” för hur vi uppträder och bemöter varandra inom klubben:

- 1) Ha kul! Uppträd så att andra också har kul!
- 2) Visa hänsyn och respektera att vi är olika – alla skall känna sig välkomna!

- 3) Var närvarande på träningar, matcher och andra aktiviteter så mycket du kan och gör alltid ditt bästa utifrån din förmåga
- 4) Uppmuntra och ge dina lagkompisar beröm så ofta du kan
- 5) Fair play gäller – fusk och oschyssta metoder accepteras inte
- 6) Lyssna på och följ alltid tränarens instruktioner
- 7) Som vuxen är du med vid ditt barns träningar och matcher i möjligaste mån och hjälper till att förebygga och rapportera oschysst beteende
- 8) Som vuxen ska du föregå med gott exempel och vara en förebild för vår klubb och våra barn
- 9) Som vuxen stöttar du tränare och lagledare i deras beslut och undviker ”coaching från läktaren” – synpunkter tar du upp med ledarna efter träningen/matchen och inte inför barnen
- 10) Våga säga ifrån och rapportera om du upptäcker diskriminering, kränkningar eller om det är något annat som inte fungerar som det ska – det gäller barn som vuxen

Det är viktigt att hela tiden i föreningsverksamheten, kommunicera och diskutera värdegrunden med alla berörda för att förebygga och även för att vid behov uppmärksamma inträffade incidenter.

Det är också angeläget att på olika sätt sprida information om föreningens värdegrundsarbete till föreningens samarbetspartners och andra externa intressenter. Detta skapar goda förutsättningar för SHK att dra till sig positiv uppmärksamhet som gynnar verksamheten på olika sätt.

5.4. Hur arbetar SHK konkret för att främja en positiv klubbkultur, likabehandling samt förebygger kränkningar och trakasserier?

SHK skall arbeta för att främja kontakter och goda relationer på alla nivåer och skapa känslan av gemenskap och viljan att kliva fram och ta ansvar. Vi skall aktivt informera om klubbens värdegrunder och utbilda ledare till rätt nivå.

SHK lägger stor vikt vid att det skall finnas fungerande lagorganisationer, där klubbens huvudsakliga verksamhet bedrivs. Styrelsen har ett stort ansvar att säkerställa att lagen fungerar och SHK:s styrelse har en särskild kommitté för detta som ansvarar för tränarnas utbildning och ser till att alla lagen har kompetenta tränare. Klubben erbjuder alla intresserade att gå tränarutbildningar. Man behöver inte ha varit handbollsspelare för att ta steget och gå en utbildning. Styrelsen har också representanter som skall se till att vi utöver tränarna har fungerande lagorganisationer. Dessa har kontakt med lagen för att hjälpa och stötta där det behövs.

Som vuxen kan man vara engagerad i klubben på olika sätt. Det kan t.ex. vara att ta på sig ett styrelseuppdrag, engagera sig som tränare eller lagledare eller i övriga lagorganisationen – ekonomiansvar, kiosk, vara aktivitetsansvarig, media, funktionärer, köra till matcher m.m. (se dokumentet ”Lagorganisationens arbetsbeskrivning”).

Det är viktigt att man som vuxen visar att man ställer upp för barnen genom att vara närvarande på träningar, matcher och andra aktiviteter runt handbollen, även om man inte tar på sig ett formellt uppdrag. Vuxennärvaro är den viktigaste komponenten i det främjande och förebyggande arbetet!

5.5. Vad gör styrelsen för att främja likabehandling och en positiv klubbkultur?

Information och utbildning: Inför varje säsongstart skall det utses en huvudansvarig inom respektive lag som ansvarar för att SHK:s plan för likabehandling kommuniceras ut i lagorganisationen, det bör förslagsvis vara tränaren eller lagledaren. Dessa skall utbildas och informeras om SHK:s värdegrund och likabehandlingsarbete. Detta ansvarar styrelsen för, som kallar till ett uppstartsmöte/kickoff. Den huvudansvarige för arbetet med likabehandling har sedan ansvaret att föra vidare informationen till föräldrar och barn i lagorganisationerna i samband med uppstarten på terminen. Den huvudansvarige skall också vara den som vuxna och barn skall vända sig till om man vill rapportera oegentligheter.

Allt informationsmaterial och relevanta dokument inklusive foldrar till nya medlemmar samt rutiner skall finnas samlade i en pärm som finns i ett exemplar inom varje lagorganisation.

Lagpärmen skall innehålla:

1. Välkomstfolder som delas ut till alla medlemmar
2. 10 gyllene regler och enkla tips på vad man kan göra för att arbeta främjande och förebyggande
3. SHK:s IFL-dokument
4. SHK:s värdegrundsdokument för likabehandling och förebyggande av kränkande behandling och trakasserier
5. Rutiner för åtgärder vid trakasserier och kränkande behandling
6. Handbollskortet
7. SHK:s vision och klubbidé
8. Lagorganisationens arbetsbeskrivning
9. Styrelsens sammansättning, ansvarsfördelning och kontaktuppgifter
10. Lagmedlemmar
11. Dokumentet ”Skapa trygga idrottsmiljöer”
12. Andra referenser, förslag på dokument att fördjupa sig i
13. Blankett för medlemsuppgifter för enskild spelare

Foldern: Varje ny medlem skall få en välkomstfolder som sammanfattar SHK:s värdegrund. I foldern skall SHK:s gyllene regler finnas med samt en kort beskrivning av enkla åtgärder för att förebygga att kränkningar och trakasserier uppstår. I foldern skall också namn och kontaktuppgifter till ansvarig person finnas med, som man skall vända sig till inom respektive lagorganisation om man vill rapportera oegentligheter.

Övrigt:

- Styrelsen arrangerar SHK-dagen för alla aktiva – vuxna och barn
- Bjuder in till julbord för alla i lagorganisationerna
- Arrangerar ledarträffar
- Ger stöd till lagorganisationerna
- Arrangerar klasshandbollen
- Föreläsningar
- Fadderverksamhet
- Kickoff för ledare

5.6. Hur skall tränare, lagledare, föräldrar och andra vuxna uppträda och agera för att främja likabehandling och en positiv klubbkultur?

- Tränaren ansvarar för att varje barn får den utbildning och stöd som han eller hon behöver för att utvecklas utifrån sina förutsättningar
- Föregå med gott exempel att aldrig prata illa om tränare, lagledare eller andra barn inför barnen. Vad händer om vi pratar illa om varandra? Jo det leder till att våra ledare kan tappa intresset och suget att engagera sig. I SHK behövs alla!
- Stötta tränarna i deras beslut, respektera att tränarna har klubbens förtroende att utbilda barnen. Visa lojalitet!
- Om man har åsikter om hur verksamheten bedrivs så skall man ta det med tränarna/ledarna, inte med barnen.
- Föräldrar skall inte coacha sina barn från läktaren, barnen blir osäkra på tränarnas auktoritet
- Vuxna bör i möjligaste mån vara med under träningarna och hjälpa ledarna att observera om det förekommer oschysstheter, kränkningar eller trakasserier

5.7. Hur skall barn och ungdomar inom klubben uppträda och bemöta varandra?

- Barnen har ett ansvar att närvara på träningarna.
- Barnen skall lyssna till och följa sina tränares instruktioner.
- Barnen förväntas att göra sitt bästa utifrån sin egen kunskaps- och utvecklingsnivå.
- Barnen skall ge varandra uppmuntran. Negativa och kränkande kommentarer accepteras inte.
- Man visar hänsyn till sina med- och motspelare och respekterar att vi alla är olika, det gäller på och utanför planen
- Det är fair play som skall gälla, fusk och oschyssta metoder accepteras inte.

5.8. Hur hjälps vi åt för att förebygga kränkningar och trakasserier?

Den viktigaste åtgärden för att förebygga att det uppkommer kränkningar och trakasserier är att regelbundet kommunicera och diskutera värdegrunden med ledare, föräldrar och barn. Att göra alla medvetna om vilka risksituationer som finns är en viktig förebyggande åtgärd.

Vuxennärvaro i alla sammanhang är ett nyckelord. Det kan t.ex. vara att någon vuxen alltid är med i omklädningsrummet före och efter träning och match. Det är väl dokumenterat att just duschen är en extra utsatt miljö där kränkningar är vanliga.

Andra förebyggande åtgärder är att jobba proaktivt med att bryta hierarkier, maktstrukturer och grupperingar genom att exempelvis göra upp listor i förväg och fördela barnen i bilarna till och från matcher eller andra aktiviteter. Under träningarna kan lagledaren och tränaren förebygga genom att se till att inte samma barn alltid väljer att spela med varandra eller vara uppmärksam på att något barn aldrig blir valt i olika situationer. Föräldrar kan och bör finnas med så ofta som möjligt på träning och match och vara observanta på om någon kränks eller trakasseras och meddela detta till ansvarige i laget. Om det gäller en kränkning som utförs av lagledaren eller tränaren skall man rapportera detta till styrelsen som har det övergripande ansvaret att agera och åtgärda incidenter (se vidare Rutiner för anmälan och åtgärder).

När det gäller kränkningar och trakasserier som sker via sociala medier på internet såsom Facebook, Instagram m.m, så är det viktigt att vuxna har insyn i grupperingar som kan kopplas till SHK och våra medlemmar. SHK tar avstånd från alla former av subkulturer och grupper av olika slag som tydligt utestänger eller kränker medlemmar i SHK. Facebook-grupper eller liknande som bildas inom SHK:s laggrupper skall vara ledarstyrda.



5.9. Snabblista över konkreta åtgärder för att förebygga kränkningar och trakasserier

- Vuxennärvaro i så många situationer som möjligt förebygger!
- Alltid vuxennärvaro i dusch och omklädningsrum
- Bryt hierarkier och grupperingar på träningar och i andra situationer
- Gör upp körlistor och fördela barnen i bilar till och från matcher
- Nätet –ha kontroll över vad som händer på Facebook, Instagram m.m.
- Observera och rapportera direkt om kränkningar sker – Agera!

5.10. Rutiner för hur vuxna och barn skall göra för att påtala, diskriminering, trakasserier och kränkande behandling.

- Om du ser eller får kännedom om att någon form av diskriminering eller kränkande behandling har skett: Agera!
- Ta reda på fakta om vad som har hänt – var, när, tid, situation och vilka är inblandade. Konkreta situationer - följ råden i ”Skapa trygga idrottsmiljöer” sid 21-22.
- Prata med tränaren eller den ur lagorganisationen som är ansvarig, alternativt ta upp händelsen med någon i styrelsen.
- Tränaren/ansvarig i laget eller vid behov styrelsen gör en bedömning om vilken åtgärd som bör vidtagas.
- Om incidenten gäller en vuxen inom SHK, vänd dig då till styrelsen.
- Rådgör med styrelsen om du behöver handledning.
- Det är alltid styrelsens ansvar att bedöma incidenten och göra anmälningar till sociala myndigheter eller polisen vid behov.

Barn och ungdomar

- Om du hör eller ser något, eller själv upplever att något inte känns bra, prata med din tränare/lagledare eller annan vuxen.

För vägledning och goda råd, se sid. 21-22 i dokumentet Skapa trygga idrottsmiljöer

6 Arbetsbok för föreningen Strömstad HK 2012-2016

Denna arbetsbok är ett hjälpmedel för din förening att planera in och följa upp den egna verksamheten för att vara delaktiga i Svensk Handbolls utveckling 2012 - 2015.

Svensk Handbolls väg mot framgång
Lars Edwinson SHF Utbildningskommittén

6.1 Svensk handbolls väg mot framgång

Vid Svenska Handbollförbundets årsmöte 2007 antogs handlingsprogrammet Svensk handbolls väg mot framgång att gälla för 2007 - 2012. Handlingsprogrammet ska vara vägledande för Svensk Handbolls utvecklingsarbete under motsvarande period. Svensk Handboll = Svenska Handbollförbundet centralt, samtliga SDF och samtliga föreningar.

6.2 Svensk handbolls verksamhetsidé är

- att handboll är en för ALLA tillgänglig och attraktiv sport som engagerar båda könen och omfattar både elit- och bredd verksamhet.

6.3 Svensk handbolls värdegrund är

- att verksamheten ska präglas av prestationslust, sportslighet, spänning, glädje, gemenskap och trovärdighet.
- att verksamheten ska vara öppen för alla och där den enskilde individen ska uppleva en personlig utveckling.

6.4 Svensk handbolls vision är

SVENSK HANDBOLL alltid i världsklass.

6.4.1 Att fundera över och diskutera:

- Vilka inbegripes i begreppet ALLA?
- Vad innebär det att vara tillgänglig och attraktiv?
- Vad innebär det att handbollen omfattar såväl elit- som breddverksamhet?

6.4.2 Vad innebär för dig de olika värdegrundsorden i konkret handling?

- prestationslust?
- sportslighet?
- spänning?
- glädje?
- gemenskap?
- trovärdighet?
- På vilket sätt kan en person som är engagerad i handboll få en personlig utveckling?

6.4.3 Svensk handboll alltid i världsklass!?

Visionen gäller inte enbart landslagen utan även annan verksamhet. Vilken då till exempel?

6.5 För vårt föreningsarbete (Strömstad HK) innebär det:

- En social fostran och utveckling för våra barn och ungdomar att växa upp i
- Engagerade ledare som leder verksamheten utifrån individens förutsättningar
- Tydlig struktur och innehåll i alla delar av verksamheten
- Alla oavsett kulturell bakgrund värderas och behandlas lika

6.5.1 Svensk handbolls gemensamma inriktningsmål för 2007 och framåt är:

- att antalet spelare, seriespelande lag och föreningar ökar.
- att antalet tjejer/kvinnor inom alla ledarkategorier och beslutande positioner ökar.
- att höja ledarnas kompetens inom samtliga kategorier.
- att skapa välorganiserade SDF som stimulerar till föreningsutveckling och bildandet av nya föreningar.
- att genomföra välorganiserade tävlingar och arrangemang som ger en häftig sportslig upplevelse.
- att det byggs fler hallar anpassade till handboll.

6.5.2 Svensk handbolls konkreta mål:

* Antalet registrerade ungdomar samt antalet seriespelande har ökat med:

2 % 09/10, 3 % 10/11 och 4 % 11/12.

* Antalet utbildade tränare och ledare har ökat med:

2 % 09/10, 3 % 10/11 och 4 % 11/12

6.6 Vad kan (Strömstad HK) göra för att nå målen 2016

Hur många licensierade spelare finns idag i vår förening (2012-13) Mål 2016
 Pojkar: 0 Flickor: 9 P: 25/F: 25

Hur många registrerade spelare finns i vår förening? Mål 2016
 Pojkar: 74 Flickor: 81 P: 117/F: 117

Hur många seriespelande lag finns i vår förening? Mål 2016
 Herr-/pojklag: 4 Dam-/flicklag: 4 H, P: 6/D, F: 6

Hur många kvinnliga ledare har vi i vår förening? Mål 2016
 I dag: 14 20

6.7 Spelarutveckling (Strömstad HK)

Hur många ungdomsspelare ska vi ha i vår förening?

	Mål 13/14	Mål 14/15	Mål 15/16
E-ungdom			
- Pojkar	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>
- Flickor	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>25</u>
D-ungdom			
- Pojkar	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>
- Flickor	<u>18</u>	<u>20</u>	<u>22</u>
C-ungdom			
- Pojkar	<u>21</u>	<u>22</u>	<u>23</u>
- Flickor	<u>23</u>	<u>23</u>	<u>24</u>
B-ungdom			
- Pojkar	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>
- Flickor	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>
A-ungdom			
- Pojkar	<u>0</u>	<u>10</u>	<u>15</u>
- Flickor	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>15</u>
Juniorer			
- Pojkar	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>10</u>
- Flickor	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>10</u>

6.8 Ledarutveckling (Strömstad HK)

I relation till antalet lag och spelare måste vi utbilda ledare.

	Mål 13/14	Mål 14/15	Mål 15/16
Hur många barnledare (baskurs) ska vi utbilda i vår förening?	<u>6-10</u>	<u>6-10</u>	<u>6-10</u>
Hur många TS1-tränare?	<u>2-4</u>	<u>2-4</u>	<u>2-4</u>
Hur många TS2-tränare?	<u>1-2</u>	<u>1-2</u>	<u>1-2</u>
Hur många TS3-tränare?	<u>0-1</u>	<u>1</u>	<u>1</u>
Hur många minihandboll domare?	<u>5-10</u>	<u>5-10</u>	<u>5-10</u>
Hur många förenings domare?	<u>5-10</u>	<u>5-10</u>	<u>5-10</u>

6.8.1 Vilka övriga ledare skall vi kompetensutveckla samt hur?

Strömstad Handbollsklubb har säsongen 2012/2013 tillsatt en ansvarig i styrelsen för rekrytering och utbildning, se bilaga 2. Förutom ovan redovisat kommer ansvarig bl.a. att aktivt arbeta med utveckling och rekryteringar av de olika lagorganisationerna för att få in fler föräldrar, anhöriga och andra som är intresserade. Vederbörande kommer att ha ett nära samarbete med alla ledare och kartlägga olika behov av deras fortutbildning och i övrigt lagorganisationens framtida utveckling.

Inför varje nytt verksamhetsår bjuder också Strömstad Handbollsklubb in alla medlemmar, anhöriga och intresserade till ett möte där kommande säsongsupplägg redovisas och presenteras. Här informeras om att för alla nya intresserade och övriga potentiella ledare kommer utbildningen och baskursen Framtidens Handbollsspelare att erbjudas.

6.9 Svensk handbolls föreningsutveckling

En förenings vitalitet och livskraft bestäms främst av två faktorer. Det handlar dels om målet med föreningens verksamhet, dels om sättet man försöker uppnå målet.

Ett mått på en förenings vitalitet är förmågan att behålla och rekrytera spelare, ledare, övriga medlemmar och publik. För att förhindra att man stagnerar kan det vara nyttigt att fundera, diskutera och samtala kring hur man kan gå från nuläge till nyläge genom att bestämma vad man ska göra och hur man ska göra det.

Framtiden blir vad du gör den till.

Vi rekommenderar din förening att ta kontakt med SISU Idrottsutbildarna och be om hjälp om att få genomföra processarbetet Mål med mening.

I detta arbete kommer ni att diskutera och fastställa föreningens verksamhetsinriktning. Vilken värdegrund som ska gälla i föreningen och vilken vision som ska vara vägledande för ert långsiktiga arbete.

När ni klarat ut de tre ovanstående rubrikerna kommer ni att kunna fastställa vilka verksamhetsområden verksamheten ska omfatta, vilka mål som ska gälla, vilken strategi ni ska använda för att nå fastställda mål samt vilken konkret handlingsplan som ska gälla.

SISU Idrottsutbildarnas konsulenter är speciellt utbildade för att leda denna typ av processarbete.

6.10 Svensk handbolls utbildningsvägar

Följande utbildningar finns att erbjuda blivande ledare, tränare och domare:

* **Basutbildning**, bygger på studiematerialet Framtidens handbollspelare. Vänder sig till de som vill jobba med barnhandboll 7 - 12 år.

* **Tränarskolan 1**, bygger på för kursen anpassat studiematerial. Vänder sig till de tränare som vill arbeta med ungdomar upp till 15-årsåldern och som har genomgått basutbildning.

♣ **Tränarskolan 2**, bygger på för kursen anpassat studiematerial. Vänder sig till de som genomgått TS1 och vill fördjupa sina kunskaper för att kunna träna elitinriktad juniorhandboll och viss seniorhandboll.

♣ **Tränarskolan 3**, bygger på för kursen anpassat studiematerial. Vänder sig till de som genomgått TS2 och som vill satsa på att vara tränare i en elitklubb.

♣ Inom föreningens ram kan man med hjälp av studiematerial från Svenska Handbollförbundet utbilda **minihandbolldomare** och **föreningsdomare**.

♣ SISU Idrottsutbildarna en grundläggande utbildning med rubriken Plattformen. Med ett kompletterande handbollsavsnitt kan denna utbildning jämföras med SHF:s basutbildning.

♣ För de olika organisationsledarfunktionerna erbjuder SISU Idrottsutbildarna ett brett urval av utbildningar.

BILAGA 1

Kunskapsnivå och träningsinnehåll för respektive åldersgrupp i föreningen

D-ungdom (9-11 år)

Anfallsspel

Kollektivt:	Få alla spelare på plan att vara aktiva i spelet. Tonvikt läggs på passningsspelet.
Individuellt: Passningar	Avstämt pass, Forehandspass.
Skott 9M	Avstämt, Hoppskott.
Skott K6	Runt MV (långa hörnet), Skott i närmaste, ”Förstora vinkeln”, Sträva uppåt”.
Skott M6	Vända åt båda håll, Låg tyngdpunkt-sträva uppåt.

Försvarsspel

Individuellt	Grundspel (parallell, diagonal), Fotarbete.
Kollektivt	Offensivt försvar, Forechecking, Backcheckning.

Målvaktsspel

Individuellt	Grundteknik/semaforrörelse, Plats i målet, Utkast
---------------------	---

C-ungdom (12-13 år)

Förutom tidigare kunskaper som skall fortsätta tränas lägger vi till följande:

Anfallsspel

Kollektivt:	Få alla spelare på plan att vara aktiva i spelet. Tonvikt läggs på passningsspelet.
Kontringsspel	Helkontring fas 1, Halvkontring fas 2 & 3, Löpvägar (bredd och djup), Avslutsteknik vid friläge.
Samarbete 9M-M6	Sidspärr, Rysk spärr, Ablock (lång, kort).
Samarbete 9M-K6	Utspel (studs, 2:an inåt, 2:an utåt).
Samarbete 2 & 2	Växlar
Kollektivt grundspel	Rullningsspel, isärdragnig, söka lucka.
Individuellt: Passningar	Avstämt pass, Forehandspass i löpning, Hoppassning, Löppassning, Studspassning.
Skott 9M	Avstämt, Hoppskott, Löpskott.
Skott K6	Runt MV (långa hörnet), Skott i närmaste, ”Förstora vinkeln”, Sträva uppåt”, Lobb.
Skott M6	Vända åt båda håll, Låg tyngdpunkt-sträva uppåt.

Finter och Genombrottsteknik

Omvänd stegisättning, Skottfint, Passningsfint,
Öststatsfint (stegisättning, parallell)

Försvarsspel

Individuellt	Grundspel (parallell, diagonal), Fotarbete. Täcka skott, Stöta-säkra, Förhindra genombrott, Överlämna.
Kollektivt	Offensiva försvars alternativ, 3-3, 3-2-1-, 5-1, man-man

Målvaktsspel

Individuellt	Grundteknik/semaforrörelse, Plats i målet, Utkast. ”Visa lucka-täpp till”
Kollektivt	Samarbete med försvaret.

B-ungdom (14-15 år)

Förutom tidigare kunskaper som skall fortsätta tränas lägger vi till följande:

Anfallsspel

Kollektivt:	Spelar ett kollektivt lagspel. Få alla spelare på plan att vara aktiva i spelet. Tonvikt läggs på passningsspelet.
Kontringsspel	Hoppassning, Problemlösning 2 mot 1, 3 mot 2, 4 mot 3 osv.
Samarbete 9M-M6	Ablock (lång, kort), Nedhåll, Fånga boll med en hand, Inspel (studsinspel, instick, vägpass)
Samarbete 9M-K6	Utspel (parallellförflyttning-genomspringning-utspel, vändpass), Lång och kort inspringning.
Samarbete 2 & 2	Växlar, falsk växel.
Kollektivt grundspel	Växelspel, Övergångsspel.
Individuellt: Passningar	Studspassning, Backhandspassning, Vägpassning, Passning bakom ryggen, Passning bakom nacken.

Skott 9M	Vikskott, Underarmsskott.
Skott K6	Släpp i närmaste, ”Gömma bollen”,
Skott M6	Fallteknik, Hoppa på fel ben, Hoppa jämfota.

Finter och Genombrottsteknik

Kroppsfint, Snurrfint
Öststatsfint (stegsättning, parallell)

Försvarsspel

Individuellt	Grundställning (diagonal), Skärma av/skära av, Slajda, Gå ur spärr, Returtagning, Ta boll i studs.
Kollektivt	5-1, 3-2-1, Man mot man, Tillbakadragande (tillbakalöpning, tillfälligt försvar, organisationsfas, spel efter mönster).

Målvaktsspel

Individuellt	Straffar, Attack mot skottarm, Ta lobb.
Kollektivt	Librospel, Spelförståelse.

A-ungdom (16-17 år)

Förutom tidigare kunskaper som skall fortsätta tränas lägger vi till följande:

Anfallsspel

Kollektivt:	Spelar ett välutvecklat kollektivt lagspel. Få alla spelare på plan att vara aktiva i spelet. Tonvikt läggs på passningsspelet.
Kontringsspel	Helkontring fas 1, Halvkontring fas 2 & 3, Löpvägar (bredd och djup), Avslutsteknik vid friläge. Hoppassning, Problemlösning 2 mot 1, 3 mot 2, 4 mot 3 osv. Kollektiv kontring efter mönster.
Samarbete 9M-M6	Sidspärr, Rysk spärr, Ablock (lång, kort), Nedhåll, Fånga boll med en hand, Inspel (studsinspel, instick, väggpass), Inspel (juggeinspel, flippinspel).
Samarbete 9M-K6	Utspel (studs, 2:an inåt, 2:an utåt, Utspel (parallellförflyttning- genomspringning-utspel, vändpass), Lång och kort inspringning Kanttjeck, Finta skott mellan 2 & 3- Kullager-utspel.
Samarbete 2 & 2	Växlar, falsk växel, Tjeckväxel.
Individuellt: Passningar	Avstämt pass, Forehandspass i löpning, Hoppassning, Löppassning, Studspassning, Backhandspassning, Väggpassning, Passning bakom ryggen, Passning bakom nacken.
Skott 9M	Avstämt, Hoppskott, Löpskott, Vikskott, Underarmsskott, Hoppvikskott, Hopphöftskott, Finta lågt-skjut högt.
Skott K6	Runt MV (långa hörnet), Skott i närmaste, ”Förstora vinkeln”, Sträva uppåt”, Lobb, Släpp i närmaste, ”Gömma bollen”, Upphopp på fel ben.
Skott M6	Vända åt båda håll, Låg tyngdpunkt-sträva uppåt, Fallteknik, Hoppa på fel ben, Hoppa jämfota.

Finter och Genombrottsteknik

Omvänd stegisättning, Skottfint, Passningsfint, Öststatsfint (stegisättning, parallell), Kroppsfint, Snurrfint, Dubbelfint, Riktningssändring.

Försvvarsspel

Individuellt

Täcka skott, Stöta-säkra, Förhindra genombrott, Överlämna, Grundställning (parallell, diagonal), Fotarbete, Skärma av/skära av, Slajda, Gå ur spärr, Returtagning, Ta boll i studs.

Kollektivt

5-1, 3-2-1, Man mot man, Tillbakadragande (tillbakalöpning, tillfälligt försvar, organisationsfas, spel efter mönster). Forechecking, Backchecking, Halvplanspress.

Målvaktsspel

Individuellt

Grundteknik/semaforrörelse, Plats i målet, Utkast. Visa lucka-täpp till Straffar, Attack mot skottarm, Ta lobb. Ta lobb, sjunket.

Kollektivt

Samarbete med försvaret, Librospel, Spelförståelse.

Juniorer (18-19 år)

Förutom tidigare kunskaper som skall fortsätta tränas lägger vi till följande:

Anfallsspel

Individuellt:

- | | |
|-----------------|--|
| Skott 9M | Finta lågt gå upp på ett ben. |
| Skott K6 | ”Knorr och Flipp” |
| Skott M6 | Vända åt båda håll, Låg tyngdpunkt-sträva uppåt, Fallteknik,
Hoppa på fel ben, Hoppa jämfota. |

Försvarsspel

- | | |
|-------------------|-----------------|
| Kollektivt | Halvplanspress. |
|-------------------|-----------------|

Bilaga 2

LAG ORGANISATION för SHKs ungdomslag i seriespel Ansvars och allmän arbetsbeskrivning.

Tränare

- Planerar och genomför träningarna
- Coachar och leder laget i samband med match
- Föreslår cuper för laget
- Fyller i närvarorrapporter på träning och match
- Introducerar nya barn om verksamheten och medlemsavgifter, rapporterar nya medlemmar till Föreningsnavet
- Styrelseansvarig för utbildning och rekrytering av tränare är Christofer Filipson (christofer.filipsson@kghcustoms.com)

Lagledare

- Ansvarar för bollar, vårdsväska, vattenflaskor m.m. inför match
- Fyller i spelaruppgifter och matchprotokoll inför matcher, är kontaktperson mot domare och match funktionärer
- Tillgodoser att alla spelare har matchdräkter och för ett register över utdelade ställ.
- Upprättar/uppdaterar lagets kontaktlista med namn, personnummer, telefonnummer och mailadresser till spelare och deras föräldrar, rapporteras in till Föreningsnavet
- SHK:s kontakt på Föreningsnavet är Lasse Fredriksson (lasse@foreningsnavet.se)
- Materialförvaltare för klubben är Thomas Hilmersson (mariethomas@telia.com)

Ekonomi

- Ansvarar för lagkassan, samlar in pengar till cuper.
- Är lagets kontaktperson till klubbens kassör
- Kassör är Björn Hammarstedt (shk-ekonomi@compfin.se)

Kiosk

- Ansvarar för att driften av kiosken fungerar, fördelar arbetspassen.
- Kioskansvarig för klubben är Ulrika Karlsson (ulrika@eu-terminalen.se)

Körlistor

- Samordnar transporter, fördelar barnen i bilar vid bortamatcher

Trivsel/aktiviteter

- Ansvarar för att roliga aktiviteter utöver cuper planeras in och genomförs.

Kommunikation - mediakontakt och hemsidesansvarig

- Ansvarar för att matchreferat sänds in till Strömstad Tidning (tidningen@stnb.se), Lasse på Föreningsnavet (lasse@foreningsnavet.se) samt att matchresultatet mailas till Radio Prime (sport@radioprime.com). Detta görs efter varje spelad match.
- Inloggning till lagets hemsida för löpande uppdatering av kalendern och info till laget.
- Medieansvarig för klubben är Yvonne Nielsen (yvonne.nielsen@choice.se)

Matchfunktionärer

- Ansvarar för att laget har funktionärer vid hemmamatcher.
- Ansvarig för samordning och utbildning av funktionärer i klubben är Eva Brandberg (eva.brandberg@stromstad.se)

Flera av posterna ovan kan med fördel slås samman eller fördelas annorlunda.

Tar man på sig en ansvarspost är det därmed inte sagt att man ska lösa allt själv. Samtliga föräldrar i laget ska hjälpa till med pass i kiosk på hemmamatcher och ställa upp som chaufförer vid bortamatcher, skriva matchreferat etc.

Tänk på att ju fler man är som hjälps åt i arbetet kring laget desto lättare blir det för var och en.

Styrelsen för SHK har ett övergripande ansvar att hjälpa och stötta lagorganisationerna.

Kontaktpersoner 2013-2014:

- Ulrika Karlsson (flicklagen), (vallengatan.8@telia.com)
- Susanne Lindegarth (pojklagen) (susanne.lindegarth@bioenv.gu.se)