

Svenska Handbollförbundets policy för barnhandboll

Inom svensk Handboll skiljer vi på barn-, ungdoms- och vuxenhandboll.

Barnhandboll utövas av barn upp till 12 år.

Ungdomshandboll utövas av ungdomar mellan 13 – 18 år.

Vuxenhandboll utövas av vuxna, 19 år och äldre.

Inriktningen på hur barnhandbollen ska utövas, kännetecknas av en individuell, motorisk utveckling med **leken** som arbetsmetod och med **bollen** som redskap.

Träningen av barn ska kännetecknas av:

- hög aktivitetsgrad.
- hög bollkontaktsgrad
- hög rolighetsgrad

Barnhandbollsmatcher ska under de första åren genomföras:

- på minihandbollplaner (20x12 m), för första års D-ungdom och yngre.
- med mindre mål (2,0x1,7 m) för första års D-ungdom och yngre.
- med färre antal spelare på planen (4 utespelare).
- med anpassade regler SHF:s regelbok för minihandboll).
- med en utbildad minihandbolldomare (matchledare) med uppgift att leda matchen och samtidigt lära barnen reglerna.
- enligt principen att alla ska spela lika mycket och att spela utan positioner.
- med för respektive åldrar anpassade bollar.
- så att barnen får möjlighet att tävla, vinna och förlora utan fokusering på resultat och serietabeller.

Barnhandbollen kännetecknas av en långsiktig individuell färdighetsutveckling.

Försvarsspelet ska vara "fritt spel" eller "man-man-spel" på minihandbollplan. På stor plan spelas 3-3 eller andra försvarsspel med flera spelare utanför frikastlinjen.

Anfallsspelet kommer av sig självt. Det gäller att göra mål. Man ska tillämpa färdigheterna dribbla, passa-fånga och skjuta mål. På minihandbollplanen spelas helt fritt anfallsspel. På stor plan spelas fritt anfallsspel följt av en period 4-2 spel. När det känns för trångt med fyra 9m-spelare kan 3-3 spelet påbörjas.

För att behålla barnen inom vår verksamhet är det viktigt att tillgodose barnens behov och att verksamheten genomföres på barns villkor. Exempel på barns behov är:

- Att få vara aktiv och i rörelse, helst med boll.
- Att känna sig trygg i gruppen.
- Att det är ordning och reda.
- Att bli sedd under träning och match.
- Att få pröva på nya utmaningar.
- Att kämpa, känna glädje och vinna matcher, men också att lära sig förlora.
- Att ha roligt! Är det inte roligt stannar man hemma.