



Uppdaterad: 2024-02-12

”Så funkar det” i Kungälvs handbollsklubb

Våra spelare gör jobbet på planen under match och träning. Den handbollsmässiga utvecklingen är såklart i centrum för vår verksamhet, vilken finns beskriven i den ”gröna tråden för Kungälvs Handbollsklubb” (kan laddas ner på vår hemsida).

Men för att verksamheten ska fungera för våra ungdomar behövs det också ett engagemang och visst arbete runt laget. Det här dokumentet vänder sig till lagledare och övriga ledare i laget, och syftar till att ge en kortfattad beskrivning av vad som krävs av en lagledare, övriga ledare, föräldrar och andra för att laget ska fungera bra.

Tveka inte heller att kontakta en ledare i ett äldre lag eller någon i styrelsen om ni har ytterligare frågor. Bästa rådet kommer ofta från någon med tidigare erfarenhet. Kontaktuppgifter finns på vår hemsida.



## Åldersindelning

Handbollen är uppdelad i åldersklasserna U8 till U16 för ungdomar samt junior (U17-18) och senior. I seriespel och vissa cuper kan två åldersklasser spela tillsammans. Vid olika åldersklasser införs olika moment i handbollen, vilket också har betydelse för vilka krav som ställs på laget och det runt omkring.

Benämning	Ålder	Säsongen 2023-2024	Viktiga nya händelser i varje åldersklass
Senior	17+	2004+	Möjlighet till seniorspel från U17
U17-18/junior	17-18 år	2005-2006	
U16-15	15-16 år	2007-2008	USM
U14	14 år	2009	USM
U13	13 år	2010	Stor plan utan sänkt ribba
U12	12 år	2011	Stor plan utan sänkt ribba
U11	11 år	2012	Stor plan med sänkt ribba
U10	10 år	2013	Stor plan, 5+mv på plan, sänkt ribba, seriespel
U9	9 år	2014	Minihandboll, sammandrag
U8	8 år	2015	Handbollsfestival samt Minihandboll, sammandrag
Handbollsskolan	6-7 år	2016-2017	
Bollekis	2-6 år	2018-2019	

## Säsongsindelning

Säsongen i handboll startar med träning i hall ungefär vid skolstart (plus/minus någon vecka som laget själva bestämmer). Seriespelet börjar normalt i början av oktober och avslutas i början av april. Cuper spelas normalt i september, under höstlovet, under jullovet, i april/maj samt utomhus på gräs i maj, juni och på sand (beachhandboll) i juli/augusti. Lagen väljer själva hur länge de tränar, men normalt är hallarna bokade till sista april. Innan säsongen ska laget skicka in en säsongsplanering till ungdomsansvarig.

## Handbollförbundet Väst

Handbollförbundet Väst är förbundet för handboll i Västra Götalands län, Värmlands län, delar av Jönköpings län och delar av Hallands län. De administrerar serier, utbildningar, distriktslag mm. Som ledare i Kungälv's HK kommer man förr eller senare i kontakt med Handbollförbundet Väst. Mer information finns på deras hemsida <https://www.handbollvast.se/>



## Organisation

### Varje lag bör ha:

- Huvudtränare: Övergripande ansvarig för laget. Ansvarar för träningsupplägg och coaching.
- Assisterande tränare: 1-3 stycken som assisterar vid träning och match. Från U10 bör en fokusera på målvaktsträning och från U11/U12 en som ansvarar för fysträning.
- Lagledare: Redan i handbollsskolan behövs en lagledare som håller ihop det praktiska kring laget. Tex uppdatera lagets hemsida, kallelser till match, samordning av cuper, aktiviteter, ekonomi mm.
- En ansvarig som administrera försäljning av diverse varor som laget utför samt sköter anmälningar till eventuella cuper som laget vill delta i utöver de som klubben arrangerar gemensamt för klubben.
- Kontaktperson för kiosk: Deltar i föreningens möten om kiosken. Kan svara på frågor från föräldrar som står i kiosken vid match. (se mer om kiosk nedan).
- Sekretariat: 4-8 stycken föräldrar från och med U10. Från att lagen börjar spela handboll på stor plan i seriespel behövs två personer i sekretariatet per match. (se mer om sekretariat nedan)
- Utbildningsansvarig
- Bohuscupansvarig

## Hemsida för det egna laget

För varje nytt lag som startas lägger föreningen upp en lagsida på hemsidan;

<https://kungalvhk.myclub.se/> Denna sida är navet i administrationen av varje lag. Vi använder My Club som vårt medlemsregister och vår ekonomi är kopplat till systemet (fakturering av medlemsavgifter, redovisning för att få aktivitetsstöd mm). Det är därför väldigt viktigt att varje lag håller registret uppdaterat (lägger till nya spelare så snart de börjat, tar bort spelare som slutar) samt gör närvarorapporteringen direkt i systemet.

My Club är också ett bra hjälpmedel för tränarna och ledarna. Här kan man göra närvarorapporteringen direkt i sin mobiltelefon vilket ska göras efter varje aktivitet med laget, skicka kallelser till matcher och få direkt uppföljning på vilka som kan komma och inte, skicka sms-meddelanden gratis till alla i laget mm, mm.

## Medlems- och träningsavgifter

**Medlemsavgiften** är en fast avgift för alla som vill vara medlemmar i Kungälvs HK och betalas i början av säsongen dvs i augusti månad. Föräldrar blir inte med automatik medlemmar i klubben, men kan bli stödmedlemmar. Däremot har föräldrar rätt att företräda sitt barn (som ej ännu fyllt 18 år) på medlems- och årsmöten.

## Verksamhetsavgift

**Verksamhetsavgiften** är beräknad på 12 månader (helår) och betalas 2 ggr per år. Har en familj fler än två barn (från handbollsskola till och med U 16) aktiva i verksamheten, deltar det yngsta barnet gratis.



## Föräldramöte

Varje lag ska ha minst ett föräldramöte inför säsongstarten. Vid föräldramötet ska en grov plan för säsongen presenteras och de olika rollerna för laget besättas. Lagen ska alltid anmäla till kansliet att de ska ha föräldramöte så att de kan hjälpa till att boka en lokal för mötet och om de önskar att någon från klubbens styrelse eller kansli deltar i mötet. Varje lag bör ha 2-3 möten per år och skicka informationsbrev till vårdnadshavare med jämna mellanrum så att alla är informerade om vad som händer i och runt laget.

## Utbildningsstegen

Varje lag ska delta i aktiviteten som avser åldersgruppen, 2-4 gånger per år. Föreläsningarna som avser t ex kost, antidoping ska bokas via kansliet.

		SPELARE		LEDARE		FÖRÄLDRAR	
		(SISU)	(HFV)	(HFV/SHF)	(SISU)	(SISU/HFV)	(KHK)
	SEN	HLR		TU6 / Master	HLR		
U18	JUN	Framtidens org.ledare		TU5	HLR		
U17	JUN	Framtidens tränare		TU5			
U16	A-UNG	Antidoping + Kost	TU1	TU4	Idrottspsykologi	Antidoping	
U15	A-UNG	Föreningsträdet	Föreningsdomare	TU4		Kost	
U14	B-UNG	Föreningsträdet		TU3	Tejning	EMP	
U13	B-UNG	Föreningsträdet		TU3	Akut skadehant	EMP	
U12	C-UNG	Föreningsträdet		TU2	Mens&träning	EMP	KHK-manualen
U11	C-UNG	Föreningsträdet		TU2	Knäkontroll		Föreningsidé
U10	D-UNG	<i>Serievågen...</i>	Handbollskortet	TU1		Idrottsförälder	
U9	D-UNG	<i>Serievågen...</i>		TU1			
U8	E-UNG	<i>Serievågen...</i>		TU1			Föreningsidé
U7	HSK	<i>Serievågen...</i>		TU1			Föreningsidé



## Matchtider

### MATCHTIDER HANDBOLL 2023–2024

Handbollförbundet Väst

Klass	Matchtid	Halvtid	Timeout/ Utb. Timeout
SHE/Handbollsligan	2 x 30 min	15 min	3
Allsvenskan	2 x 30 min	10 min	3
DIV 1	2 x 30 min	10 min	3
DIV 2	2 x 30 min	10 min	3
DIV 3	2 x 30 min	5 min	3
DIV 4	2 x 30 min	5 min	2
U19	2 x 30 min	5 min	3
U16	2 x 25 min	5 min	2 per lag/en per halvlek
U15	2 x 25 min	5 min	2 per lag/en per halvlek
U14	2 x 20 min	5 min	1 utbildningstimeout per halvlek
U13	2 x 20 min	5 min	1 utbildningstimeout per halvlek
U12	2 x 20 min	5 min	1 utbildningstimeout per halvlek
U11	2 x 20 min	5 min	1 utbildningstimeout per halvlek
U10	2 x 20 min	5 min	1 utbildningstimeout per halvlek
U9	Arrangör bestämmer		
U8	varierar från 13–17 min		

## Sekretariat

### Idrottshallen

Seriespel påbörjas på stor plan i Handbollförbundets Väst regi från U10. Vi följer Handbollsförbundets Väst regler när det gäller matchrapportering. Vid varje match ska personer från det lag som har match, sköta matchklockan samt (från U12 och uppåt) sköta EMP rapporteringen. Lagledaren gör ett schema för alla hemmamatcher inför säsongen. Funktionärer för U12 och äldre, junior och seniorlag ska utbildas i elektronisk matchrapportering (EMP).

Prefixio - nya TA, domarwebben och EMP Gäller från hösten 2023 Svenska Handbollförbundet har beslutat att byta leverantör av de olika systemen där idag tävlings- och domaradministration sker samt det system som ligger till grund för det arbete som sker i matchsekretariaten. SHF har valt ett system som levereras av företaget Prefixio. Prefixio är idag leverantör till åtta svenska idrottsförbund, däribland Svenska Bandyförbundet och Svenska Basketbollförbundet Inför varje säsongstart så anordnar föreningen utbildning i Prefixio.

Inför hemmamatch ska det lag som har cafeteria vara på plats minst 45 minuter innan matchstart för att sätta upp sekretariatet som finns i en låda i klubbbrummet. Efter matcherna plockar de ihop sekretariatet och lägger tillbaka det på sin plats i klubbbrummet.



## Mimershallen

Armatyr till matchtavlan i caféet, första skåpet till vänster. Armatyren kopplas upp i märkt skåp bakom vänster avbytarbänk.

Sekretariatet skall också ha tillhörande matchdator, som finns i det bruna skåpet i ungdomsförrådet under läktaren.

Matchklockan finns i mediarummet och ska till sekretariatet.

## **Domare**

Föreningen tillsätter föreningsdomare till varje hemmamatch för seriespel (från U10 – U13) samt minihandboll. Från och med U14 tillsätts domare av Handbollsförbundet Väst.

Viktigt att alla lag är mycket tydliga gentemot sina föräldrar att domarna ska respekteras och stötta. Våra ledare och föräldrar ska alltid vara ett gott föredöme.

Inför match ska domarna hälsas välkomna när de kommer. Efter match skriver domarna ett arvode enligt "Domarkvittens". Denna blankett lägger man också ner i klubbens brevlåda i Idrottshallen.

## **Kiosk**

Alla lag (förutom de allra yngsta U8 och U9) har två pass per termin. U8 och U9 bemannar kiosken vid Handbollsfestival samt minisammandrag och det brukar vara ett arrangemang per säsong. De ska också vara behjälpliga i Bohus Cup och bemanning av kafeteria där, se vidare i avsnitt om Bohus Cup. Ett pass med ungdomsmatcher, vilket oftast är lite längre och ett pass med seniorlagen i Mimershallen. Det sistnämnda kan innehålla en eller två matcher, (SHE, Handbollsallsvenskan) Vid hemmamatcher ska varje lag hålla med kiosk. Intäkterna från kiosken går till föreningen och täcker planhyra och domararvoden för matcherna.

När seriespel på stor plan börjar från U10 ska alla lag ha en kontaktperson för kiosken. Den personen gör i början av säsongen upp ett schema med föräldrar som ska stå i kiosken vid tilldelade hemmamatcher. Kontaktpersonen för kiosken deltar också i möte med föreningens kioskansvarige och kontaktpersoner i övriga lag en gång innan säsongen startar (för att gå igenom kioskrutinerna för säsongen). Kontaktpersonen för kiosken bör finnas till hands för frågor om kiosken i laget, men har inte till uppgift att ansvara för kiosken vid varje hemmamatch för laget.

När man kollar vilka matchdagar laget är tilldelat, går man in i startmenyn på hemsidan under rubriken Cafeterialistor och sedan på ungdoms- respektive seniormatcher säsongen 2023-2024.

## **Utdragning ur serie**

### **Avgifter**

- Fram t.o.m. 31 maj är det kostnadsfritt att dra ut lag
- Utdragning från 1 juni till att spelprogrammet publiceras (ca slutet av augusti-början september) betalar man startavgiften för laget (ingen utdragningsavgift)
- Efter att spelprogrammet är publicerat betalar man startavgift + utdragningsavgift

Senior division 3 – 5 = Startavgift = 3000:- + 3000:- utdragningsavgift

U19-17 = Startavgift = 1800:- + 1800:- i utdragningsavgift

Kungälv Handbollsklubb Ytterbyvägen 18 442 35 Kungälv [info@kungalvhk.se](mailto:info@kungalvhk.se)



U16-15 = Startavgift = 1200:- + 1500:- i utdragningsavgift

U14-U10 = Startavgift = 900:- + 1500:- i utdragningsavgift

### **Matchflyttar**

När serien har publicerats har en förening under 21 kalenderdagar rätt att begära justeringar av spelprogrammet. Föreningarna ska komma överens om nytt matchtillfälle inom ramen för seriens omgångsplanering. Matchflytt under pågående säsong får göras enligt följande: Matchen kan flyttas kostnadsfritt om ändringen inkommer senast 21 kalenderdagar innan speldag. Match som flyttas bör spelas 14 kalenderdagar innan eller efter ordinarie speldatum. Matchen får aldrig spelas efter sista omgången i respektive serie.

Om begäran om matchflytt inkommer till serieadministratören senare än 21 kalenderdagar före det ordinarie speldatumet debiteras en administrationsavgift på 1 000 SEK för ungdom (yngre och äldre), för barnhandbollen 500 SEK/match eller sammandrag.

### **USM**

Alla åldersklasser spelas med gruppspel där lagen kvalificerar sig för kommande gruppspel genom sina placeringar.

Varje omgång gruppspel kallas för steg.

#### **Detta gäller för U18 och U16**

- Steg 1: Alla lag deltar. Storleken på grupperna avgörs av antalet anmälda lag, men strävan är att i möjligaste mån ha fyr- eller femlagsgrupper. De två bästa i varje grupp går direkt till steg 3. Övriga lag spelar steg 2.
- Steg 2: Detta steg byggs upp för att få rätt antal lag vidare till steg 3. Antalet lag som går vidare från varje grupp kan variera från åldersklass till åldersklass.
- Steg 3: Strävan är att 40–80 lag ska spela steg 3 och att det ska vara lika många lag i alla grupper. I den mån det går ska två lag från varje grupp gå vidare till steg 4.
- Steg 4: Strävan är att 20–32 lag ska spela steg 4 och att det ska vara lika många lag i alla grupper. Vidareflyttning från steg 4 sker så att åtta lag går vidare till finalspelet.
- Finalspel: Åtta lag spelar finalspelet. Dessa delas in i två fyralagsgrupper där ettorna och tvåorna går till semifinal medan treorna och fyrorna får spela placeringsmatcher.

#### **Detta gäller för U14**

- Steg 1: Alla lag deltar. Storleken på grupperna avgörs av antalet anmälda lag, men strävan är att i möjligaste mån ha fyr- eller femlagsgrupper. Gruppindelningen till steg 1 och 2 görs samlat. Ett antal steg 1-grupper kopplas ihop (troligen tre grupper) och alla lag i dessa grupper spelar steg 2 på samma ort.



- Steg 2: Alla lag deltar. I steg 2 samlas lagen upp i grupperingar om 12–15 lag som spelar på samma ort. Indelningen av lagen i grupper görs utifrån lagens prestationer i steg 1. Inspelade resultat i steg 2 rangordnar lagen till olika nivåer i steg 3. Det råder en relativt stor frihet i utformningen av spelprogrammet i steg 2. Strävan är att alla lag ska spela minst tre matcher.
- Steg 3: Alla lag deltar. Efter avslutat steg 2-spel tar lagens tävlande i Gjensidige USM handboll olika riktning. De mest framgångsrika lagen spelar steg 3 i ett spår som kan leda till vårens finalspel. I skiktet under de främsta tävlar lagen om en chans att ta sig tillbaka till det spår som kan leda till finalspelet. Övriga lag tävlar vidare utan att kunna ta sig längre än till steg 4. Strävan är att i möjligaste mån ha fyr- eller femlagsgrupper.
- Steg 4: Alla lag deltar. Lagen har fram till steg 4 genom sina resultat kvalificerat sig för olika nivåer av svårighetsgrad. Det är endast lagen som spelar steg 4 i den högsta nivån som kan ta sig vidare till vårens finalspel. Övriga lag avslutar Gjensidige USM handboll genom sitt steg 4-spel. Strävan är att i möjligaste mån ha fyr- eller femlagsgrupper.
- Finalspel: Åtta lag spelar finalspelet. Dessa delas in i två fyralagsgrupper där ettorna och tvåorna går till semifinal medan treorna och fyrorna får spela placeringsmatcher.

Följande gäller för bortamatcher;

- Milersättning ingår för 4 bilar om resan är över 15 mil tur och retur
- Två fria övernattningsnätter för ledare om resan överstiger 15 mil tur och retur

Följande gäller för hemmamatcher;

- Laget som arrangerar ska se till att ha en arrangemangsansvarig som kan nås ex på telefon under tävlingshelgen
- Rapportera in matchresultaten enligt fastställda tidsangivelser
- Tillsätta en speaker till matcherna, som utöver att presentera laguppställningar, målgörare m.m. även profilerar tävlingens huvudsponsor/er samt även lokala sponsorer
- Utse matchens lirare i respektive lag. Vem som ska få pris annonseras av speaker och delas ut av arrangören i anslutning till matchen
- Utse en lokal tävlingsledare som kontaktar SHF:s tävlingsansvarig vid eventuella protestärenden
- Bemanning av kafeterian
- Klubben ser helst av vi filmar streamar matcherna genom Solid sport

### **Minihandboll samt Handbollsfestival**

Handbollsfestival spelar lagen fyra gånger per säsong och vanligtvis är ett av arrangemangen på hemmaplan. Mera instruktioner om hur det går till skickas till det lag som har festivalen.

Minihandboll spelas ca fem till sex gånger per säsong och nedan följer vad Handbollförbundet väst rekommenderar gällande dessa sammandrag:

#### **Resultat**

Inga resultat rapporteras under arrangemang





- Minskar hetsen kring resultat
- Barnen har koll på resultaten ändå

#### Mixade lag

Har man svårt att få ihop ett lag när det är dags att spela sammandrag är det ok att mixa lag med tjejer och killar

- Sträva efter att rekrytera spelare av samma kön, då detta inte är tillåtet i äldre åldrar

#### Domare

- Domarna på sammandrag är oftast nya, behandla dom respekt
- Det är lika viktigt att ni utvecklar spelarna i spelets regler
- Fart och glädje ska vi ha på plan men inte fult spel

#### Dispens

- Har man överåriga spelare måste man ansöka om dispens hos HFV

#### Bollar

- Den förening som arrangerar står för matchbollar så att matcherna spelas med likadana bollar o Storlek: 47 - 49 cm, 150 - 200 gram

#### Arrangerande förening

Ansvarig för arrangemanget:

- o Välkomna alla lagen och visa dem vart de ska ta vägen innan, under och efter sammandrag.
- o Strax före första matchen, läs gärna upp "Vi älskar handboll och är stolta över vår sport".
- o Håll koll under matcherna så att nivån är rätt
- o Stötta domarna
- o Om en förening kommer med färre spelare eller färre lag som var tänkt, mixa gärna lag mellan föreningarna. Det viktiga är att våra barn får spela minihandboll.
- o Varje förening har möjligheten att utveckla sitt eget arrangemang. Till exempel genom gemensam uppvärmning.

#### Nya regler i Minihandboll från säsongen 2019/2020

##### **1. Tre-sekunders regeln – används inte**

*Varför: Barn i denna ålder behöver mer tid för att upptäcka medspelare och ta beslut. Perceptionen är inte tillräckligt utvecklad.*

##### **2. Dubbelstuds och stegfel beivras genom att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.**

*Varför: Du gör det lättare för spelaren att lära sig handboll, och spelarna tillåts att göra fel. För att sedan kunna prova igen och på så sätt få lyckas, vilken i sin tur leder till en mer positiv upplevelse.*

##### **3. Farligt spel beivras med personlig utvisning i två anfall. Laget får sätta in en annan spelare och blir inte drabbat. Matchledare förklarar för spelaren vad hen gjorde för fel.**

*Varför: Farligt spel ska beivras. Eftersom spelaren måste kliva av planen finns det utrymme för ledarna att på ett pedagogiskt sätt förändra spelarens beteende*

##### **4. Avkast och hörnkast (=inkast från hörnet) ersätts av Målvaktkast.**

*Varför: Det ger ett snabbare och mer flytande spel. Vilket i sin tur leder till högre bollkontaktsgrad för varje spelare.*



**5. Vid Målvaktkast ska icke bollförande lag springa hem till egen målgårdslinje. Laget får ej gå upp i offensivt försvar förrän då det bollförande laget har genomfört två passningar (utkastet inräknat), eller då bollen kommit över på offensiv planhalva.**

*Varför: Anfallande målvakt får tid på sig att passa ut bollen. Försvararna lär sig att springa hem direkt vid avslut. Det kommer att sitta i ryggmärgen på försvararna när de blir vuxna. På samma sätt som vi lär spelarna att springa på kontring så fort anfallande lag skjuter.*

**6. Inga omfamningar (=låsningar) eller knuffar tillåts.**

*Varför: I försvaret vill vi att spelarna ska träna på fotarbete och att placera sig rätt samt att erövra bollen. Spelarnas perceptionsförmåga är för dåligt utvecklad i denna ålder för att spela anfallsspel mot fullkontaktförsvar.*

### **Bohus Cup, 3–5 maj 2024**

Inför Bohus Cup 2024 har Kungälvs HK gått in i ett samarbete tillsammans med Önnereds HK och Bohus Cup AB. Denna samarbetsstruktur ger Bohus Cup en betydligt större kapacitet och en organisation som är hängiven turneringen och dess rika historia. För att kunna växa behöver man kunna arbeta med turneringen på daglig basis, det kan Bohus Cup nu. Vi kommer dock fortsättningsvis att bemanna kafeterior, hallar med sekretariat och streaming. Samtliga lag från U8 till seniorspelare ställer upp och arbetar denna helg. Fördelning på vart varje lag ska vara kommer under mars månad.

Kungälvs HK har tidigare inte tagit ut någon anmälningsavgift för våra lag till Bohus Cup, men det kommer vi behöva göra fr.o.m. Bohus Cup 2024 och det är naturligtvis frivilligt att delta. Som kompensation kommer vi inte ta ut någon avgift för deltagande i vårt uppstartsläger i augusti.

Varje KHK lag betalar anmälningsavgift 2 000 SEK per lag, (max 16 spelare per lag) ordinariepris 2500 SEK. I priset ingår lunch, lördag & söndag samt aktivitetspass. De som spelar minihandboll kommer att ha en lägre anmälningsavgift

Det går att läsa mer om cupen på [www.bohuscup.com](http://www.bohuscup.com)