



HÅNDBALLKLUBB

SPORTSPLAN

Versjon 1.0 03.10.2024

Revisjonstabell

Revisjon	Dato	Forfatter(e)	Kommentar
0.1	30.08.2024	Kent Gjerde, Kristin Olsvik, Hilde Skagestad, Håkon Følstad, Cathrine Sandsund, Odd Erik Mørkrid	Til godkjenning i styret
1.0	03.10.2024	Odd Erik Mørkrid	Vedtatt styremøte 22.09.2024

Innhold

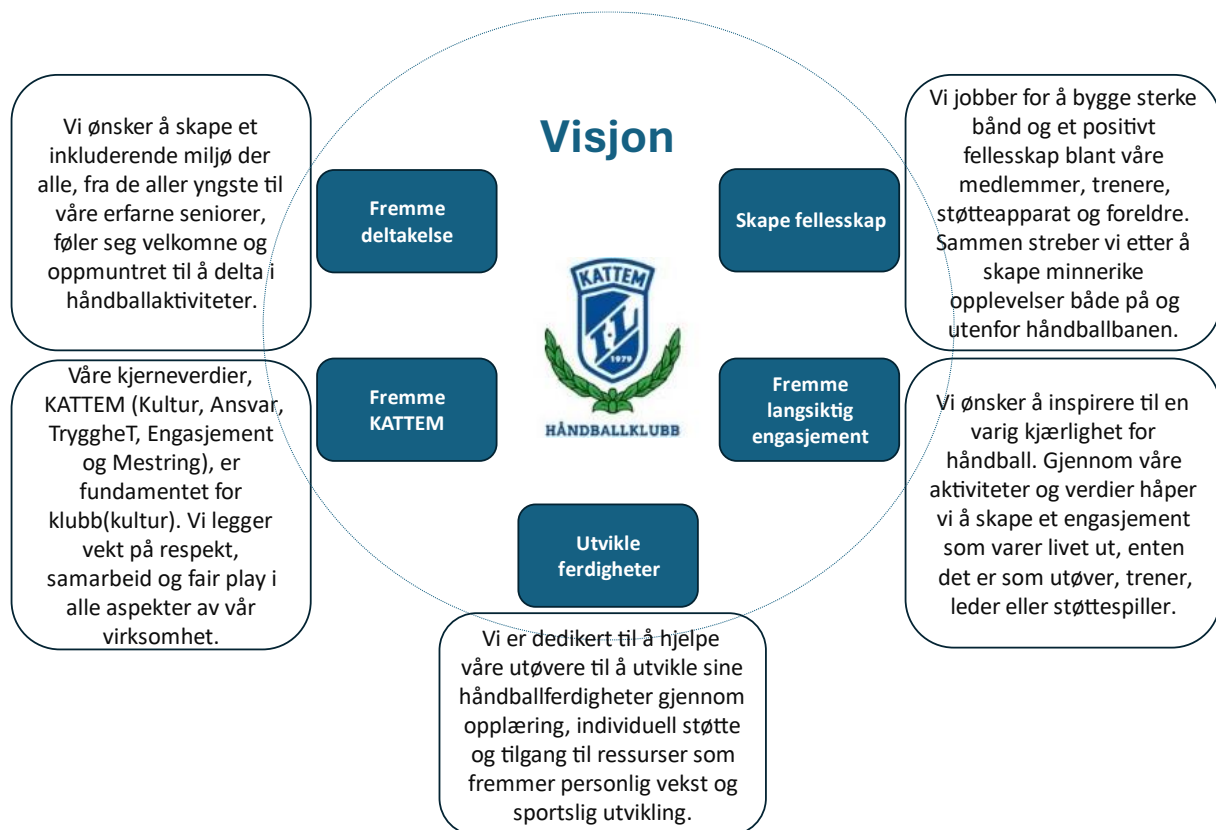
SPORTSPLAN	1
Revisjonstabell	2
Innledning	3
Verdigrunnlag	3
Kultur	4
Ansvar	4
Trygghet	5
Engasjement	5
Mestring	6
Fair Play	6
Organisering	7
Sportslig ledelse	7
Trenerkoordinator og oppfølging	7
Barne- (6-12 år) og ungdomshåndball (13-18 år)	8
Øvrige roller og deres ansvarsområder	10
Dommeransvarlig	10
Kampvert	11
Spillerutvikling	11
Barnehåndball (6-12 år)	11
Ungdomshåndball (13-15 år)	11
Spillerutviklingstrappa	11
Treningstilbud	11
Overganger, hospitering og forhold til andre idretter	12
Overganger	12
Hospitering	12
Forhold til andre idretter	12
Rekruttering og oppstart av lag	13
Rekrutteringstiltak	13
Sportslige målsetninger	13
Barnehåndball (6-12 år)	13
Ungdomshåndball (13-18 år)	14

Innledning

Kattem IL Håndballklubbs sportslige plan er utarbeidet av sportslig utvalg. Hensikten er å legge til rette for langsiktig sportslig utvikling og et trygt utviklingsmiljø i klubben. Alle spillere, trenere, ledere og andre som har en rolle i Kattem IL Håndballklubb plikter å implementere og forholde seg lojalt til sportslig plan, slik at vi kan ha fokus på en langsiktig sportslig utvikling og en blå tråd som er gjenkjennbar for alle spillere, trenere, mv.

Arbeidet med sportslig plan er gjort med hensyn og lojalitet til vår visjon og klubbens verdier. Dette legger grunnlaget for hvordan vi som klubb skal tenke, jobbe og sammen skape et godt utviklingsmiljø.

Den sportslige planen er gjeldende for perioden 01.09.2024 til 31.08.2025 og skal evalueres og revideres årlig av sportslig utvalg, gjennom erfaringer og tilbakemeldinger fra klubbens involverte.



Verdigrunnlag

KULTUR ANSVAR TRYGGHET ENGASJEMENT MESTRING

I hjertet av vår klubbkultur finner du våre kjerneverdier: **Kultur, Ansvar, TryggheT, Engasjement og Mestring** - eller rett og slett **KATTEM** - vårt kompass i håndballspillet og i livet utenfor. Disse verdiene definerer ikke bare hvordan vi spiller håndball, men også hvordan vi samhandler som en stor håndballfamilie.

Velkommen til en klubb der verdier ikke bare følges, men oppleves, og der vi sammen skaper en unik og positiv håndballopplevelse for alle!

Kultur

I Kattem IL Håndballklubb bygger vår kultur på prinsipper som fremmer et positivt og inkluderende fellesskap. Vi skaper, med disse kulturverdiene, et miljø der trivsel, samhold og positiv utvikling blomstrer. Vi legger stor vekt på:

Fellesskap og inkludering

Vi skaper et miljø der alle medlemmer føler seg som en del av noe større. Gjennom samarbeid og støtte bygger vi sterke bånd som varer utenfor håndballbanen. Uansett bakgrunn eller ferdighetsnivå, inkluderer vi alle som ønsker å delta i håndballaktiviteter.

Respekt

Vi praktiserer gjensidig respekt mellom alle medlemmer av klubben, uavhengig av alder, erfaring eller rolle. Respekt er grunnleggende for et sunt og positivt samspill.

Samarbeid

Vår kultur bygger på ideen om at samarbeid fører til suksess. Vi oppfordrer til å dele kunnskap, erfaringer og støtte for å styrke hele klubben. Vi ønsker samarbeid også med nærmiljøet og breddeidretten.

Fair play

Vi forplikter oss til å praktisere fair play i alle aspekter av håndballaktiviteten. Dette inkluderer respekt for motstandere, dommere, medspillere og trenere.

Ansvar

Ansvar er en hjørnestein i vår klubbkultur. Vi forventer at alle medlemmer tar ansvar for sitt bidrag til klubbens fellesskap og utvikling. Vi bygger en klubbkultur gjennom å påta oss ansvar på disse nivåene, der alle bidrar til å skape et positivt, ansvarsfullt og utviklingsorientert miljø. Dette inkluderer:

Personlig ansvar

Hver enkelt spiller, trener, leder og foresatt har ansvaret for sin egen oppførsel og engasjement innenfor klubbens rammer.

Lagansvar

Medlemmene oppfordres til å støtte sine lagkamerater og trenere. Gjennom samarbeid og gjensidig støtte skaper vi sterke lag og et positivt miljø.

Idrettsansvar

Vi forplikter oss til å følge regler og etiske retningslinjer innen håndball. Dette inkluderer respekt for motstandere, dommere og prinsippene for fair play.

Klubbansvar

Alle medlemmer deltar aktivt i å opprettholde et positivt og inkluderende klubbmiljø. Dette innebærer å respektere klubbens retningslinjer og verdier.

Utviklingsansvar

Vi oppmuntrer til en kultur der medlemmene streber etter personlig og sportslig utvikling. Dette innebærer å ta initiativ til egen læring og støtte andres utvikling.

TryggheT

TryggheT er en essensiell verdi i Kattem IL Håndballklubb. Vi legger vekt på å skape et miljø der alle medlemmer føler seg trygge både fysisk og mentalt. Vi ønsker å skape et miljø der alle medlemmer kan utvikle seg og trives, gjennom å prioritere tryggheT som en kjerneverdi. Dette inkluderer:

Fysisk tryggheT

Vi tar ansvar for å opprettholde sikre trenings- og kampforhold. Dette innebærer at vi følger nødvendige sikkerhetsstandarder og gir tilstrekkelig opplæring for å unngå skader.

Sosial tryggheT

Vi legger vekt på å skape et inkluderende og støttende fellesskap. Klubben arbeider for å bekjempe diskriminering, mobbing og annen negativ atferd som kan påvirke medlemmenes mentale helse.

Trygg læringsarena

Vi ser på håndball som en læringsarena der feil er en naturlig del av utviklingen. Medlemmene oppfordres til å utfordre seg selv uten frykt for negative konsekvenser.

Foreldrerolle

Foreldre oppfordres til å delta aktivt og støtte klubbens innsats for å skape et trygt miljø. Dette inkluderer å oppmuntre til positiv atferd, respekt og samarbeid.

Engasjement

Engasjement er en drivkraft i vår klubbkultur. Vi oppmuntrer til en aktiv deltakelse og dedikasjon fra alle medlemmer. Vi ønsker å bygge et fellesskap som er energisk, inspirerende og dedikert til gjensidig vekst, gjennom å dyrke engasjement som en kjerneverdi. Dette inkluderer:

Aktiv deltakelse

Vi oppfordrer alle medlemmer til å være aktive deltakere i treninger, kamper og klubbens arrangementer. Dette skaper et engasjerende miljø for både utøvere og støttespillere.

Positivt engasjement

Vi setter pris på positivitet og entusiasme. Gjennom et engasjert og positivt tankesett skaper vi en inspirerende atmosfære for hele klubben.

Bidrag til fellesskapet

Vi oppmuntrer medlemmene til å bidra til klubbens fellesskap. Dette kan være gjennom frivillig arbeid, støtte av arrangementer eller andre måter å være en aktiv deltaker i klubbens utvikling.

Utviklingsengasjement

Vi ser på engasjement som en nøkkel til personlig og sportslig utvikling. Å strekke seg etter nye mål og utfordringer er en form for engasjement som vi verdsetter høyt.

Mestring

Mestring er en sentral verdi i vår klubb. Vi ser på håndball som et verktøy for personlig vekst og utvikling, og vi vektlegger:

Individuell utvikling

Vi tilrettelegger for individuell utvikling gjennom tilpassede treningsøkter og veiledning, slik at hvert medlem kan oppleve personlig mestring, utforske egne ferdigheter og arbeide mot personlig fremgang.

Lagsuksess

Vi oppmuntrer til samarbeid og støtte mellom lagmedlemmer for å oppnå felles mål. Dette skaper en positiv læringskultur og et miljø med gjensidig støtte og oppmuntring.

Positivt læringsmiljø

Vi har et felles ansvar for å vise raushet og skape et miljø hvor det er rom for å eksperimentere, utforske grenser og kontinuerlig forbedre seg. Dette skaper både mestring og et positivt læringsmiljø der medlemmene oppmuntres til å ta risiko og utvikle seg.

Klubbens støtte

Vi støtter medlemmene i deres streben etter mestring. Vi tilrettelegger for individuell utvikling, trygge læringsmiljøer og tilgang til ressurser som bidrar til personlig og sportslig vekst.

Fair Play

Fair Play er hjertet av vår klubbkultur og en levende del av vår identitet som klubb. Disse prinsippene er forankret i kjerneverdiene våre. Vi skaper et miljø for sportslig vekst og et fellesskap der Fair Play blir en levende del av vår identitet som klubb. Vi forplikter oss til følgende prinsipper:

Respekt for Motstanderen

Vi oppmuntrer til positiv holdning og respekt uavhengig av resultatet. Vi anerkjenner innsatsen og ferdighetene til motstanderne og feirer sportsånden.

Respekt for Dommerne

Vi respekterer dommernes autoritet og beslutninger. Enhver uenighet bør håndteres på en konstruktiv måte etter kampen, med fokus på læring og forståelse.

Respekt for Lagkameratene

Vi bygger sterke bånd og samhold. Vi støtter og oppmuntrer hverandre både på og utenfor banen. Negative kommentarer og nedsettende atferd aksepteres ikke.

Respekt for Trenerne

Vi verdsetter trenernes innsats og engasjement. Spillere og foresatte forplikter seg til å gi konstruktive tilbakemeldinger og å vise respekt for trenernes beslutninger.

Ansvar for Idrettsmiljøet

Vi tar ansvar for å skape og opprettholde et trygt og inkluderende idrettsmiljø. Diskriminering, mobbing og dårlig oppførsel tolereres ikke.

Selvdisiplin og Ansvar

Vi forventer at alle deltakere utviser selvdisiplin og tar ansvar for egen oppførsel. Aggressiv atferd, sjikane og andre forstyrrende elementer er uforenlige med vår tilnærming til Fair Play.

Organisering

Sportslig ledelse

Det sportslige arbeidet i klubben ledes av sportslig utvalg, der sportslig leder er hovedansvarlig. Det sportslige utvalget i klubben er ansvarlig for å sette mål og retningslinjer for den sportslige utviklingen og arbeider tett med trenere, ledere og andre involverte for å iverksette sportslig plan.

Sportslig utvalg er også ansvarlig for og skal sikre god rekruttering og introduksjon av barn til håndball i Kattem IL Håndballklubb, og legge grunnlaget for en positiv og utviklende håndballopplevelse for de yngste spillerne. Følgende strategi og arrangementer bygger opp under rekrutteringen til klubben.

Ansvarsområde	Ansvarsbeskrivelse
Rekrutteringsstrategi	• Utvikle og implementere en rekrutteringsstrategi for klubben i samarbeid med klubbens ledelse og trenere. • Identifisere områder og skoler for rekruttering og samarbeide med lokale skoler og barnehager.
Rekrutteringsarrangementer	• Planlegge og koordinere arrangementer rettet mot barn og deres foresatte for å presentere håndball som en morsom og inkluderende idrett. • Delta i lokale arrangementer for å markedsføre håndball og klubbens tilbud for barn.

Trenerkoordinator og oppfølging

En utpekt trenerkoordinator (i skrivende stund faller dette ansvaret inn under sportslig utvalg i klubben):

- Har ansvaret for både oppfølgingen av trenere og koordineringen av treneraktiviteter.
- Sikrer at trenere på alle nivåer mottar nødvendig støtte, veiledning og tilbakemeldinger for sin utvikling.
- Planlegger og leder regelmessige møter for erfaringsutveksling, diskusjon av utfordringer og gjennomgang av sportsplanens implementering.
- Kartlegger trenernes kompetanse og identifiserer behov for kompetanseheving, og organiserer relevante workshops og kurs.
- Fungerer som bindeledd mellom klubbens ledelse og trenerteamet, og sikrer klar kommunikasjon av sportsplanens mål og retningslinjer.
- Fremmer samarbeid og erfaringsdeling mellom trenere på tvers av aldersgrupper og nivåer.
- Sørger for at trenere har tilstrekkelig tilgang til ressurser, utstyr og informasjon for å utføre oppgavene sine effektivt.
- Fungerer som mentor og/eller støtte for unge trenere fra 15-18 år. Sørger for at det er en myndig person til stede under treningene

Videre organisering for lagene er beskrevet i delkapitlene under.



Klubbens ansvar	Ansvarsbeskrivelse	
	Barnehåndball (6-12 år)	Ungdomshåndball (13-18 år)
Overordnet ansvar	- Sørge for tilstrekkelige ressurser og fasiliteter for barne-/ungdomshåndballen. - Tilrettelegge for trygge treningsmiljøer og gode utviklingsmuligheter. - Overvåke og støtte koordinatoren i organiseringen av barne-/ungdomshåndballen. - Delta i koordinerte tiltak for å sikre helhetlig utvikling av klubbens yngste medlemmer / ungdomsmedlemmer.	
Overordnet ansvar (Rekruttering og opplæring)	- Ansvarlig for å rekruttere og utdanne trenere til barne-/ungdomshåndballen. - Sikre at trenere har nødvendig kunnskap om barne-/ungdomshåndballens prinsipper og pedagogiske tilnærminger.	
Overordnet ansvar (spillerutvikler)		- Vurdere etter innspill fra lagets støtteapparat om spillere kvalifiserer til hospitering ut fra gitte kriterier. - Tilrettelegging for hospitering, og sikre at det er et strukturert og meningsfullt opplegg. - Tilrettelegging for utviklingen av spillere, inkludert individuell oppfølging og tilpassede utviklingsplaner.
Lagdannelse og spillerutvikling	- Ansvarlig for lagdannelse basert på inkluderende prinsipper. - Følge opp individuell utvikling av spillere og tilrettelegge for differensiert trening. - Evaluerer treningsmetoder og sørge for at treningene er tilpasset alder og ferdighetsnivå.	- Utdanne spillere om respekt, fair play og samarbeid - Gi spillerne mulighet til å delta i beslutninger som angår laget

Barne- (6-12 år) og ungdomshåndball (13-18 år)

Sammen jobber støtteapparatet i tabellen under for å fremme positiv utvikling, trygghet og engasjement blant barna. Disse klart definerte ansvarsområdene bidrar til en smidig drift og effektiv kommunikasjon i barne- og ungdomshåndballen. Tabellen under viser rollene og tilhørende ansvar. Denne nøye sammensatte strukturen sikrer individuell oppfølging av hver spiller og skaper en støttende atmosfære.



Støtteapparatsrolle	Ansvarsbeskrivelse	
	Barnehåndball (6-12 år)	Ungdomshåndball (13-18 år)
Maks antall spillere per trener	6 – 8	10 - 12
Lagleder	Ingen lagleder for denne aldersgruppen, dekkes opp av foreldrekontakt	- Organiserer og koordinerer logistikk rundt laget, inkludert treningsutstyr. - Administrerer lagets deltakelse i turneringer og andre arrangementer. - Er kontaktperson og bindeledd mellom trenere, spillere og foreldre (kan sammenfalle med foreldrekontakt sitt ansvar) - Sørger for at spillere og foreldre er informert om viktige hendelser og endringer.
Hovedtrener	- Utvikler og implementerer treningsprogrammer som passer for aldersgruppen. - Har overordnet ansvar for lagets sportslige utvikling og prestasjoner. - Gir veiledning og støtte til øvrige trenere. - Deltar i kommunikasjon med klubbens sportslige ledelse og foresatte ved behov.	
Ekstra trener for eventuelt overstigende antall spillere	- Jobber direkte med spillerne for å utvikle individuelle ferdigheter og lagets samspill. - Følger opp treningsplaner og bidra til utviklingen av spillernes håndballkompetanse. - Samarbeider med andre trenere for å sikre en helhetlig tilnærming til lagets utvikling.	
Minimum en foreldrekontakt (det anbefales å være to, dette for å fordele mer ansvar)	- Er kontaktperson og bindeledd mellom trenere, spillere og foreldre. - Kommuniserer viktig informasjon fra klubb, som dugnader og hallvakter. - Mottar og formidler eventuelle bekymringer eller spørsmål fra foreldre til lagets trenerteam. - Skaper et inkluderende miljø for både spillere og foresatte. - Organiserer og koordinerer logistikk rundt arrangementer Videre informasjon om denne rollen finnes på nettsidene til Kattem IL Håndball: For foreldrekontakter (kattemhandball.no)	
Foreldreansvar	<i>Engasjement:</i> Oppfordre til aktiv deltakelse og engasjement blant foreldre. Skape en positiv støttekultur og oppmuntre til deltakelse på arrangementer. <i>Støtte:</i> Bidra til et støttende miljø ved å være involvert i arrangementer, støtte barna under kamper og være tilgjengelig for kommunikasjon. <i>Respekt:</i> Respektere treners avgjørelser og bruk av spillere. Det kan være forhold som foreldre ikke ser, både av hensyn til enkeltspillere og lag.	
Spilleransvar	<i>Respekt og Fair Play:</i> Ta eierskap til viktigheten av respekt, fair play og samarbeid. Oppmuntre til en positiv holdning både på og utenfor banen. <i>Medvirking:</i> Gripe muligheten til å delta i beslutninger som angår laget. Oppmuntre til medbestemmelse og eierskap i sitt eget idrettsmiljø. <i>Lagspiller:</i> Opptre i henhold til lagets- og klubbens retningslinjer. Bidra til et støttende, inkluderende og positivt miljø – Være en god lagkamerat.	

Øvrige roller og deres ansvarsområder

Dommeransvarlig

Dommeransvarlig skal sikre tilstrekkelig oppfølging og rekruttering av dommere i Kattem IL Håndballklubb, samt bidra til deres faglige utvikling. Ved å ha en dedikert person i rollen som Dommeransvarlig, ønsker klubben å skape et positivt og støttende miljø for dommere, samtidig som man sikrer kvalifiserte dommere for klubbens arrangementer.

Ansvarsområde	Ansvarsbeskrivelse
Rekruttering av dommere	- Overordnet ansvar for rekruttering av nye dommere til klubben. - Samarbeide med lokale dommerorganisasjoner og skoler for å identifisere potensielle dommerkandidater.
Opplæring og utvikling	- Tilrettelegge opplæringsprogrammer og workshops for nye og erfarne dommere. - Følge opp dommere gjennom sesongen og tilby støtte og veiledning ved behov. - Identifisere behov for kompetanseheving og tilrettelegge for relevant opplæring.
Kommunikasjon	- Være bindeleddet mellom klubbens ledelse og dommerne. - Informere dommerne om klubbens retningslinjer, verdier og forventninger. - Etablere regelmessig kommunikasjon med dommerne for å høre deres tilbakemeldinger og behov.
Oppfølging under arrangementer	- Sørge for at dommerne har nødvendig utstyr og informasjon før kamper. - Være tilgjengelig for dommere under arrangementer for å håndtere eventuelle utfordringer eller spørsmål. - Evaluerer dommernes innsats og gi konstruktive tilbakemeldinger for kontinuerlig forbedring.
Dommerutvikling	- Samarbeide med klubbens sportslige ledelse og NHF Region Nord, for å identifisere dommere med potensiale for høyere nivåer. - Legge til rette for utdannings- og utviklingsmuligheter, og støtte deres utvikling. - Følge opp dommere som deltar på eksterne arrangementer og turneringer.
Ressursadministrasjon	- Sikre at dommerne har tilgang til nødvendige ressurser, inkludert utstyr og informasjon. - Koordinere dommeroppsett og sørge for rettferdig fordeling av oppgaver.
Evalueringsprosesser	- Utvikle og gjennomføre evalueringsprosesser for dommerne. - Samle tilbakemeldinger fra lag, trenere og dommere for å forbedre dommerkvaliteten.
Rekruttering og opplæring av dommerobservatører	Identifisere og rekruttere erfarne dommere som kan fungere som observatører.
Dommerberamming	- Beramme dommere til kamper som er tildelt fra NHF (dommerberamming) Årsgrupper J/G9 t.o.m J/G11. - Dommeroppsett og dommeravvikling i forbindelse med egen håndballcup
Arbeidsoppgaver fra NHF	- Leverer dommerrapport innen tidsfrist for sesongen - Melde på dommere til ny sesong - Delta på dommerkontaktmøter i regi av NHF (som er obligatoriske for å få delta på dommerkvote) - Godkjenne dommeroppgjør og registrere disse til utbetaling for seriekamper.

Kampvert

Alle lag skal stille med en kampvert på lagets hjemmekamper. Oppgaven som kampvert er å sørge for at dommerne (som ofte er unge) blir mottatt og behandlet bra. Kampverten skal også observere publikum og slå ned på evt. negativ oppførsel blant publikum (les foreldrevettregler).

En kampvert skal være ikledd vest som er tydelig merket.

Spillerutvikling

Barnehåndball (6-12 år)

For de minste i klubben må banestørrelse, mål, ball og regler for øvrig, tilpasses slik at barna opplever mestring i form av tilpassede utfordringer. Håndballforbundet skriver følgende: *Spillet i barnehåndball bør skille seg fra det ferdige spillet, og det bør være en naturlig progresjon i forhold til utfordringer, vanskegrad, kompleksitet osv. Spillet vi tilbyr barna, må gi stor grad av involvering og ikke minst ballkontakt. Konkurransesformene vi tilbyr, er derfor helt avgjørende.*

For videre forslag og informasjon knyttet til spillerutvikling i alderen 6-12 år henvises det til handball.no: [Barnehåndball | handball.no](https://www.handball.no/barnehandball).

Ungdomshåndball (13-15 år)

Norges Håndballforbund har et egendefinert spillerutviklingsløp for ungdom i alderen 13 til 15 år. Opplegget inneholder åtte ulike økter for hvert årstrinn. Videre informasjon finnes på handball.no: [Spillerutviklingsøkter | handball.no](https://www.handball.no/spillerutviklingsokter).

Spillerutviklingstrappa

En utviklingstrapp er vanlig i de fleste idretter i dag og håndball er intet unntak. Trappa er inndelt i nivåer og nivået som håndballspiller defineres med utgangspunkt i nivået i kampsituasjon. Det nivået spilleren er i stand til å utnytte ferdighetene sine på, til fordel for laget, er det nivået spilleren har oppnådd i trappen.

Videre info om utviklingstrappa finnes på <https://www.utviklingstrappa.no/>.

Det anbefales at trenere gjør seg kjent med denne.



FIGUR 1: KILDE: HANDBALL.NO

Treningstilbud

I tabellen under listes anbefalt spilltilbud for de ulike årsklassene, noe som dessverre ikke nødvendigvis er mulig å oppnå gitt dagens situasjon hva gjelder halltilgang,

Alder	Spilltilbud
6-9 år	1 treningsøkt hver uke, 1 time i gymsal
10 år	2 treningsøkter hver uke, 1 i halv hall og 1 i gymsal
11-12 år	2-3 treningsøkter hver uke, i hall og gymsal
13-15 år	3 treningsøkter hver uke, 2 i hall og 1 i gymsal

Overganger, hospitering og forhold til andre idretter

Kattem IL Håndballklubb skal tilby aktivitetstilbud til spillere bosatt i områdene Kattem og Åsheim skolekrets, og vi ønsker å skape et lokalt fellesskap gjennom håndballaktivitet.

Overganger

Klubben vil normalt sett ikke hente spillere fra andre klubber som allerede tilbyr trenings- og kamptilbud i spillerens årsklasse. Unntak kan gjøres dersom spilleren flytter fra området hvor nåværende klubb er lokalisert til et av områdene klubben tilbyr aktivitet for.

Andre omstendigheter som kan tillate overgang:

- Mobbesak i annen klubb/personlige årsaker (det bør være forsøkt løst i opprinnelig klubb først).
- Andre personlige forhold (eks flytter fra området, men ønsker å fortsette i klubben)
- Sportslig enighet mellom klubber

Prosess for overganger:

Enhver overgangssituasjon skal håndteres med nøye vurdering fra sportslig utvalg. Ingen lag kan starte dialog om overganger før det er innhentet aksept fra sportslig utvalg. Dette inkluderer trenere, foreldre eller andre involverte parter for å sikre en helhetlig vurdering av overgangssønsket.

Gjennom dette regelsettet ønsker Kattem IL Håndballklubb å opprettholde lokale bånd og skape et inkluderende fellesskap. Vi ønsker å ivareta klubbens verdigrunnlag **KATTEM: Kultur, Ansvar, TryggheT, Engasjement og Mestring** gjennom en ansvarlig og gjennomsiiktig prosess for overganger.

Hospitering

Med hospitering menes et fast treningsopphold hos laget som er et år eldre, for en eller flere økter i uken. Spilleren følger parallelt sitt eget års-trinn resten av treningene.

Hospitering er et ledd i utvikling av ferdigheter hos enkeltspillere. Spillere får tilbud om dette for å øke treningsmengde og for å få mulighet til å spille sammen med eldre spillere, lære av dem og dermed utvikle sine egne ferdigheter og håndballkompetanse. Man skal primært benytte denne form for hospitering istedenfor å melde opp et helt lag i en høyere årsklasse. Hospiteringen skal ikke gå utover spillerens eget lag, men være et supplement hvis spiller ønsker det. Det er også viktig at hospiteringen ikke går utover spillere på nivået over, men at det er et supplement også her.

All hospitering skal gå gjennom spillerens trener. Ingen trener kan henvende seg direkte til spiller angående dette. Når en spiller hospiterer vil den under kamp og trening være underlagt denne gruppens leder, men spillerens trener vil være den samme. Spillerens tilhørighet er først og fremst hos sin egen aldersgruppe.

Når trener er kontaktet og hospitering er avklart mellom trenerne skal spillerens foreldre, ikke spilleren selv, forespørres. Det er spillerens overordnede/trener, i samarbeid med spillerens foresatte, som skal ta hensyn til og legge til rette for at spilleren ikke overbelastes. Det må tas hensyn til spillerens totale belastning av trening, skole, hviletid og spillerens mulighet for å drive med andre aktiviteter. Dersom en spiller skal hospitere fast på et lag, skal denne spilleren trene minst en gang pr uke med laget hun eller han hospiterer hos. Videre må det utformes en hospiteringsavtale mellom lagene, spilleren og foresatte.

Forhold til andre idretter

Kattem IL Håndball som klubb er positiv til at spillerne prøver seg i flere idretter. Derfor oppfordres det til positivt samarbeid med andre idretter og klubber i nærområdet, og å tilrettelegge for at den enkelte spiller skal kunne kombinere håndballen med andre fysiske aktiviteter.

Rekruttering og oppstart av lag

Barneidrettsansvarlig

Denne personen følger NIF (Norges IdrettsForbund) sine retningslinjer for rollen: [Barneidrettsansvarlig \(idrettsforbundet.no\)](https://www.nif.no/barneidrettsansvarlig). Dette innebærer blant annet:

- Sikre gode rutiner for å spre informasjon om idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett i alle ledd i idrettslaget.
- Oppfordre til at idretter og grupper samarbeider, koordinerer, videreutvikler et mangfoldig og variert aktivitetstilbud for barna i idrettslaget.
- Arbeide for at alle barn blir inkludert i idretten, og at kostnaden for å drive idrett (som også inkluderer utstyr og reise, ikke bare treningsavgift) bør være lavest mulig.

Rekrutteringstiltak

Klubben arrangerer prøvetrening etter skolestart, der alle førsteklasinger blir invitert til hall for et enkelt opplegg der de blir introdusert for håndball og foreldre blir informert om det praktiske rundt håndballen og treninger. Treningene starter i september når halltid er offentliggjort av sportslig utvalg. Klubben tilstreber å planlegge treninger slik at disse ikke kolliderer med andre idretter i nærområdet, slik som fotball.

Informasjon om oppstart for førsteklasinger blir primært delt gjennom sosiale medier og kontaktnettverk, samt via Vigilo når Kattem og Åsheim barneskoler tillater det.

Første trening(er) blir arrangert av klubb, fram til trener(e) er på plass.

Videre vises til Håndballforbundet: [Rekruttering | handball.no](https://www.handball.no)

Sportslige målsetninger

Barnehåndball (6-12 år)

Overordnede mål for barnehåndball:

- Skape et morsomt, inkluderende og lærerikt miljø der barna kan utforske håndball, utvikle grunnleggende ferdigheter og skape et ønske om sportslig og personlig utvikling.
- Fremme deltakelse og fellesskap, der hvert barn føler seg verdsatt uavhengig av ferdighetsnivå og person.
- Legge til rette for barnehåndball som en positiv introduksjon til idretten og inspirere til videre engasjement.

Viktigste virkemidler for å nå de overordnede målene:

- Faste aktiviteter og arrangementer for barn, inkludert idrettslige utfordringer, turneringer, samt sosiale og miljøskapende arrangementer.
- Etablere nære forhold til andre idretter for å gi barna et allsidig aktivitetstilbud.
- Sørge for tilstrekkelig tid og ressurser til trening i gymsal og idrettshall.
- Påmelding av lag basert på prinsipper om inkludering og mangfold, med fokus på å gi alle barn muligheten til å delta.
- Aktivt rekrutteringsarbeid for å tiltrekke seg trenere og spillere til barnehåndballen.

På trening:

- Legge til rette for lek og trygghet som grunnleggende elementer i treningene.
- Ha spilleren i sentrum ved å tilpasse treningene til individuelle behov og nivåer.
- Fokuserer på utvikling av sosiale ferdigheter, samarbeid og grunnleggende håndballferdigheter for å skape engasjement og et ønske om utvikling.

I kamp:

- Definere overordnede mål for kampaktivitet, med vekt på deltakelse, fair play og positiv læring.
- Innføre retningslinjer for spilletid, rulling av spilleplasser og andre prinsipper som sikrer en positiv kamppplevelse.
- Begrense seiersmarginen for å oppmuntre til jevnere kamper og økt læring gjennom dialog og passende tiltak.
- Det skal ikke differensieres innen barnehåndballen. Det betyr at treningsoppmøte ikke skal legges vekt på ved laguttak og spilletid. Samtidig skal det også være aksept for at spillere deltar i andre idrettsaktiviteter og at dette ikke får negative konsekvenser for de spillerne dette gjelder.
- Alle spillere har rett til å bli tatt ut til like mange kamper og skal få lik spilletid.
- Trenerne skal tilstrebe å bemanne lag slik at det blir jevnest mulig kamper ved å tilpasse seg nivået til motstanderlaget.

Kampbelastning

Klubben oppfordrer til et bevisst forhold til barns og ungdoms belastning ved kamp og trening, og vil bistå med veiledning ved behov. Ellers viser klubben til NHF sine gjeldende retningslinjer: [Planlegging av sesongen for trenere/lagledere | handball.no](https://www.nhf.no/planlegging-av-sesongen-for-trenere/lagledere-handball.no).

Utvikling:

- Stimulere forventninger til utdanning og kompetanseheving for trenere gjennom trenerforum og relevante kurs.
- Skape et positivt og inkluderende miljø gjennom fellesaktiviteter og arrangementer for foreldre og barn.
- Implementere eventuelle fokusområder for de ulike alderstrinnene for å sikre en progressiv utvikling jf. Utviklingstrappa (<https://www.utviklingstrappa.no/>).

Sammenslåing av årsklasser:

Dersom en årsklasse står i fare for å ikke kunne stille lag, skal klubben tilstrebe at disse spiller opp en årsklasse. Dersom dette ikke er mulig, skal sportslig utvalg konfereres for å søke andre løsninger. Sportslig utvalg skal ved første instans forsøke å løse utfordringen internt i klubben. Sammenslåing av årsklasser forberedes gjennom felles treninger, aktiviteter på tvers av aldersgruppene og legge til rette for sosiale arrangementer.

Ungdomshåndball (13-18 år)**Overordnede mål for ungdomshåndball:**

Det er ikke nødvendigvis slik at alle som spiller håndball ønsker å trene for å bli best. Grunnene til å spille håndball kan være helt andre, som å være med vennegjengen eller å holde seg i form. Vi ønsker å beholde spillerne lenger, derfor skal aktiviteten tilpasses ungdommens egne forutsetninger og ambisjonsnivå. I Kattem IL Håndball har vi derfor mottoet **Beholde flest mulig, lengst mulig**. Vi ønsker å skape et miljø der ungdomsspillerne trives og ønsker å fortsette med håndball. Målet er å beholde spillerne i klubben gjennom hele ungdomsperioden og videre til seniorhåndballen. Dette overordnede målet skal vi nå gjennom å være lojale til verdiene **KATTEM: Kultur, Ansvar, Trygghet, Engasjement og Mestring**, samt Fair Play:

Verdi	Mål	Virkemidler
Kultur	Utvikle en positiv og inkluderende kultur i ungdomshåndballen, der utøvere føler tilhørighet og ser det som attraktivt å være en del av klubben.	• Fokuserer på fellesskap, respekt, og samarbeid i all aktivitet. • Arrangere sosiale arrangementer og teambuilding-aktiviteter for å styrke båndene mellom spillere, og mellom spillere, foreldre og trenere.

		• Implementere fair play-prinsipper som en integrert del av kulturen.
Ansvar	Utvikle ansvarsbevisste utøvere som tar aktivt del i klubbens fellesskap og verdier.	• Stimulere til personlig ansvar og deltakelse i klubbens aktiviteter. • Oppmuntre til at utøvere bidrar positivt til fellesskapet, både på og utenfor banen. • Etablere klare forventninger til ansvar og respekt blant utøverne.
Trygghet	Skape et trygt og støttende miljø for utvikling av unge håndballspillere.	• Legge vekt på fysisk og psykisk trygghet i treninger og kamper. • Implementere rutiner for forebygging, varsling og håndtering av mobbing og diskriminering. • Involvere trenere, foresatte og utøvere i å opprettholde et trygt idrettsmiljø.
Engasjement	Stimulere til engasjement og aktiv deltakelse i klubbens aktiviteter.	• Oppmuntre til positivitet, entusiasme og støtte mellom utøverne. • Gi utøverne muligheter til å bidra til klubbens arrangementer og fellesskap. • Skape et inspirerende miljø gjennom engasjerende treninger og aktiviteter.
Mestring	Legge til rette for individuell og kollektiv mestring samt. sportslig utvikling.	• Tilby tilpassede treninger som utfordrer og støtter individuell utvikling. • Oppmuntre til læring fra feil og skape et klima hvor risiko tas uten frykt. • Etablere støttesystemer for å hjelpe utøvere med personlig og sportslig utvikling.
Fair Play	Forankre Fair Play som en sentral del av utøvernes identitet	• Fremme respekt for motstandere, dommere, medspillere og trenere. • Etablere tydelige retningslinjer for selvdisiplin og ansvar på og utenfor banen. • Skape et inkluderende og respektfullt miljø der Fair Play-prinsippene praktiseres.

Disse overordnede målene er rettet mot å skape et stimulerende, trygt og attraktivt miljø for ungdomshåndballen i tråd med klubbens verdigrunnlag **KATTEM**.

Differensiering:

I Kattem IL Håndball er mottoet «beholde flest mulig lengst mulig» og dermed er en form for differensiering nødvendig for å beholde både de som vil satse på håndball og de som er med av mer sosiale årsaker. Differensieringen skal være basert på spillernes ferdigheter, motivasjon og tilstedeværelse på trening og kamper. Differensiering av spilletid utover dette skal ikke forekomme uten å eventuelt klarere dette med sportslig utvalg. Klubben tilstreber å melde på flere lag i ulike nivå dersom spillerstallen er stor nok til dette.

Hospitering i høyere årsklasser er ønskelig fra klubbens side, for å utvikle individuelle ferdigheter. Se for øvrig eget delkapittel om hospitering.

Klubben ønsker også at det kan legges til rette for ferdighetstreninger gjennom felles treninger på tvers av årsklasser og/eller lag.

Utover dette er det veldig viktig at alle spillere blir skjermet mot overbelastning, noe som fort kan bli en problemstilling for enkelte, spesielt de som hospiterer i tillegg til lagets treninger og kamper. Det er hovedtrener sitt ansvar i samråd med sportslig utvalg, å følge opp at den totale belastningen ikke blir for høy. Det er sportslig utvalg sitt ansvar å følge opp trenere når gjelder den totale kampbelastningen, blant annet gjennom kritisk vurdering av hvilke og hvor mange serier og cuper laget melder seg på.

Miljø:

- Ved adferd som bryter med klubbens verdier og retningslinjer skal trener hensynta laget og ta spiller(e) ut av situasjonen, samt informere og opprette dialog med foreldre. Dersom gjentakende utfordringer

med samme spiller(e), anbefales trener å løfte dette til sportslig utvalg. Dersom det ikke finnes annen løsning etter denne eskaleringen, kan klubben måtte se seg nødt til å ekskludere spiller(e) fra laget og klubben.

- Klubben ønsker å legge til rette for at lag kan gjennomføre fellestreninger ved delt hall

Involvering:

Det er viktig at ungdomsutøverne får være med å påvirke og planlegge gjennomføringen av håndballaktiviteten og sette sine egne sportslige mål. Dette gjøres blant annet ved at klubben og trenere involverer ungdomsutøverne i planleggingen av hvilke serier og cuper de skal melde seg på, og at dette skal baseres på ambisjoner og forutsetninger. Klubben anbefaler å gjennomføre minst ett spillermøte i løpet av sesongen.

På trening:

- Det skal være fokus på skadeforebyggende trening
 - Må være ukentlig og helst på hver trening
 - Utover dette viser klubben til [Håndball \(skadefri.no\)](http://Håndball(skadefri.no))
- Klubben anbefaler at spillerne utvikler seg på flere spilleposisjoner.

I kamp:

- Treningsoppmøte, motivasjon og innsats skal legges vekt på ved laguttak og spilletid. Det betyr at spillere som trener mye kan bli tatt ut til flere kamper enn spillere som har mindre treningsoppmøte. Samtidig skal det være aksept for at spillere deltar i andre idrettsaktiviteter og at dette ikke får negative konsekvenser for de spillerne dette gjelder.
- Alle som er i kamptroppen, skal få spilletid.
- Trenerne skal tilstrebe å bemanne lag slik at det blir jevnest mulig kamper ved å tilpasse seg nivået til motstanderlaget.

Kompetanse:

- Vi ønsker at trenere har en minimumskompetanse «Trener 1» og klubben legger til rette, og dekker kostnader, for utdanning til «Trener 2/3» for de som ønsker slik kompetanseheving. I utgangspunktet har ikke klubben økonomi til å ansette eksterne trenere.
- Sportslig leder arrangerer trenerforum minimum to ganger per sesong (før kick-off etter sesongavslutning), hvor hovedmålet er:
 - Styrke trenerkompetansen gjennom dialog og erfaringsutveksling mellom klubbens trenere
 - Utvikle holdninger og verdier blant trenerne, og skape samhold og klubbfølelse
 - Få impulser utenfra klubben
 - Skape større forståelse for sportsplanen til klubben
 - Utvikle fagmiljøet i klubben

Kampbelastning:

Klubben oppfordrer til et bevisst forhold til barns og ungdoms belastning ved kamp og trening, og vil bistå med veiledning ved behov. Ellers viser klubben til NHF sine gjeldende retningslinjer: [Planlegging av sesongen for trenere/lagledere | handball.no](http://Planlegging%20av%20sesongen%20for%20trenere/lagledere%20handball.no):

- Spillere i årsklassene mellom 14 (inkludert J/G13) og 18 år kan delta i inntil fire obligatoriske kamper for klubb over full tid i løpet av en uke.
- Spillere i de nevnte årsklasser kan delta i ti obligatoriske kamper for klubb over full tid i løpet av en måned.
- Begge de ovenstående begrensningene på deltakelse må til enhver tid overholdes.
- Regionene kan i helt spesielle tilfeller dispensere fra reglene ovenfor i regionalt kamptilbud.
- Det anbefales at samme spiller ikke deltar i mer enn 45 nasjonale/regionale obligatoriske kamper for klubb over full tid pr. sesong.

Sammenslåing av årsklasser:

Dersom en årsklasse står i fare for å ikke kunne stille lag, skal klubben tilstrebe at disse spiller opp en årsklasse. Dersom dette ikke er mulig, skal sportslig utvalg konfereres for å søke andre løsninger. Sportslig utvalg skal ved første instans forsøke å løse utfordringen internt i klubben. Sammenslåing av årsklasser forberedes gjennom felles treninger, aktiviteter på tvers av aldersgruppene og legge til rette for sosiale arrangementer.