

Välkomna på gemensamt
Föräldramöte
Gustavsbergs IF HK

30 augusti 2022

Kvarnbergsskolan, Gustavsberg



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06



Agenda föräldramöte

1. Klubben
2. Policy
3. Röda tråden
4. Styrelsen
5. Admin = Linda = massor att göra
6. Andra roller i klubben
7. Vad varje lag behöver
8. Vi är stolta över
9. Vi kan bli bättre; hur gör vi, dialog
10. Ledare för olika lag och egna föräldramöten eller mingel
11. Mötets avslutande



Klubben/Föreningen



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

Bakgrund om Gustavsbergs IF Handbollsklubb

- GIF HK är en relativt ung klubb, **den 10 mars 2018 fyllde vi 30 år.**
- **Från säsongen 2018/2019 både flickor och pojkar**
- Vi bedriver framför allt ungdomsverksamhet och har idag **cirka 360 aktiva spelare tjejer och killar i åldrarna 7 till 18 år** (aktiva i 10 åldersklasser).
- Varje höst bjuder vi in nya årskullar till vår handbollsskola/handbollslek.
- Verksamheten hålls igång av **ideella ledare**, de flesta föräldrar till aktiva barn men även äldre ungdomar och andra som brinner för handboll och för vår förening.
- Vi har en aktiv styrelse som arbetar för hela klubbens bästa och ett spelarråd där synpunkter och önskemål på verksamheten samlas in.
- **Vi är glada över att kunna ha en bred verksamhet** och att det finns många personer i kommunen som på ideell väg gör detta möjligt. Men även en ideellt baserad verksamhet är i behov av ekonomiskt stöd, matchkläder, overaller, startavgifter, utbildning, träningsläger m.m.



Verksamheten:

- **Alla delar i föreningen hänger ihop.** För att ha ett eller flera seniorlag behöver vi ha en stor bredd i barn- och ungdomsverksamheten, och med ett eller flera seniorlag får vi lättare att locka till oss och behålla spelare i ungdomslagen. Därför ska klubben ses just som en *klubb* och inte en samling enskilda lag i olika åldersklasser. **Det innebär att föreningens intressen ibland måste gå före det enskilda lagets eller den enskilde medlemmens.**
- Vi kommunicerar via www.gustavsberghandboll.nu eller www.laget.se/gustavsberghandboll
- Gemensam klubbsida kombinerat med lagens egna sidor
- Vi syns också på olika Instagramkonton som ...
- Vi har årsmöte på hösten då styrelse väljs och verksamhetsberättelse och verksamhetsplaner redovisas samt diplom för årets insatser delas ut



Existerande policy- och info-dokument hos GIF HK, ett urval



Handboll
GUSTAVSBERGS IF

DEN RÖDA TRÅDEN
—
MÅLBILD FÖR GUSTAVSBERG HANDBOLLS
SPORTSLIGA VERKSAMHET



FÖRENINGSPOLICY

Gustavsbergs IF Handbollsklubb

Version uppdaterad
Februari 2022

Välkommen till GIF Handboll!



Varmt välkommen till Gustavsbergs IF Handbollsklubb. Den här säsongen har vi (handbollsskolans inräknad) bra nära ca 300 tjejer igång inom Gustavsberg handbolls olika ungdoms- och serierlag. Efter jul kommer vi att ha 22 lag i seriespel. Verksamheten hålls igång av ett 30-tal ideella ledare, de flesta föräldrar till aktiva barn, men även äldre ungdomar och andra som brinner för handbollen.

Med den här foldern vill vi berätta hur handboll går till och hur klubben ser på sin verksamhet. Du är alltid välkommen att kontakta någon i styrelsen med frågor och synpunkter. Kontaktsuppgifter hittar du på hemsidan.



Adress: Gustavsbergs IF Handboll • Box 14, 13421 GUSTAVSBERG
Kansli: Gustavsbergs sporthall/Evallen • BankGiro: 5341-8752
E-post: info@gustavsberghandboll.nu • Hemsida: <http://www.gustavsberghandboll.nu>
Org nr: 802430-2807



Försäkringar- Laglicens

- Svenska Handbollförbundet har avtal med Gjensidige Försäkring är vår nya försäkringsgivare.
- Tillsammans med Gjensidige har vi sett över och moderniserat vår försäkring. Vi vill ligga steget före och har därför satsat på att skapa ett aktivt stöd för alla att komma tillbaka till handbollen efter en eventuell skada. Akut- och invaliditetsersättningen för skador som ger mindre än 10% medicinsk invaliditet har bytts ut mot en ny tjänst som kallas "Aktiv vård".
- Tjänsten är en telefonservice dit man kan ringa vid skada eller symtom och få direkt rådgivning av legitimerad fysioterapeut.
- Telefonnummer vid skada är: 0771 - 326 326
- Skada kan även anmälas via: www.gjensidige.se/handboll
- Licens från 15 år men registrera alla som är aktiva handbollare oavsett ålder.
- Samma åldersgräns gäller som tidigare år, det vill säga nu skall alla lag från 15 år (i år födda 2002 och äldre) och uppåt ha en laglicens. Dock vill Svenska Handbollförbundet att alla spelare registreras (oavsett ålder). Det sistnämnda är för att vi inom handbollen skall få en bättre överblick över hur många ungdomar som spelar handboll. Det blir allt viktigare, inte minst vid jämförelser med andra idrotter och vid tilldelningen av ekonomiska medel från Riksidrottsförbundet (RF), att kunna visa hur många vi är.



Försäkringar – innehåll och omfattning

- Alla som omfattas av full licens har samma försäkringsnivå. Lag som sätts samman för enstaka event i, Rullstolshandboll, Gående handboll eller annan tillfällig aktivitet, omfattas inte av "Aktiv vård" men av alla övriga moment.
- Ungdomar som spelar i lag upp till 15 år omfattas i samma omfattning som de licensierade spelarna inkl. "Aktiv vård".
- I försäkringen ingår som tidigare ersättning för de kostnader som uppstår vid ett akutbesök hos läkare (resor och sjukvårdskostnad) - max 500:-, samt för tandskador, medicinsk invaliditet $\geq 10\%$, sönderklippta kläder och dödsfall. Dessutom ingår krisförsäkringen.



Vår Policy
som baserar sig på RF, SHF o VK



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

Utgångspunkter Riksidrottsförbundet (RF)

- RF:s stadgar är bindande; vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och att utvecklas hela livet.
- Idrotten följer FN:s deklARATION om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barnets rättigheter (barnkonventionen) och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning
- Värdegrund: Glädje och gemenskap, demokrati och delaktighet, allas rätt att vara med, rent spel
- Tävlning är en naturlig del av idrotten, men resultatet spelar mindre roll. Alla ska få vara med på lika villkor. Tävlning ska utformas så att den stimulerar till kvalitativ och långsiktig utveckling och motverkar utslagning. Fokusera på långsiktig utveckling snarare än kortsiktiga resultat.



Svenska Handbollsförbundet (SHF)

- Vi skiljer på barn-, ungdom- och seniorhandboll. Barn = upp till 11 år det år tävlingen startar. Ungdomshandboll mellan 12 och 19 år det år tävlingen startar. Ungdomar från 17 år får delta i seniorhandboll.
- Alla barn och ungdomar ska ges möjlighet att spela handboll oavsett ambitionsnivå och att kunna utöva parallella fritidsaktiviteter,
- Barnhandboll ska kännetecknas av individuell, motorisk utveckling med leken som arbetsmetod och bollen som redskap. Hög rolighetsgrad, hög aktivitetsgrad och hög bollkontaktgrad
- Viktigt att tillgodose barnens behov; att känna sig trygg i gruppen, bli sedd under träning och match, att kämpa, känna glädje och vinna matcher men också att lära sig förlora
- Inom svensk handboll finns det ingen resultat- eller tabellvisning på webbplatser eller i skrivna dokument för kategorin barn
- Barn och ungdomar ska stimuleras/motiveras till andra uppdrag inom handbollen



Värmdö kommun (VK)

- Projektet Idrottsresan i kommunen mynnade ut i en överenskommelse för barn- och ungdomsidrotten i Värmdö kommun.
- Huvudprinciper
 - en ny syn på träning och tävling
 - inkluderande idrott för alla
 - jämställdhet för en framgångsrik idrott
 - ett stärkt ledarskap
- Överenskommelsen har kommunen kopplat till möjligheten att använda lokaler i kommunen för idrottande
- Gustavsbergs IF HK har undertecknat Överenskommelsen



Barnkonventionens principer

- Alla barn är lika mycket värda och ska behandlas med respekt
- Alla barn har rätt att delta och utvecklas på sina villkor
- Alla barn har rätt till stöttande vuxna
- Inget barn ska bli utsatt för sexuella övergrepp
- Inget barn får bli utsatt för våld
- Inget barn får bli utsatt för mobbning eller trakasserier
- Alla barn har rätt att känna sig delaktiga i sin förening



Föreningspolicy

- **Vår policy är att vi spelar handboll för att det är roligt.** Målet är att så många som möjligt ska vilja spela handboll så länge som möjligt, och därefter gärna fortsätta som ledare, tränare, domare etc. Verksamheten bygger på långsiktighet och på att alla delar i klubben hänger ihop.
- **Vi står för rent spel, fair play** samt nolltolerans gällande alkohol och droger. Träning och tävling anpassas till spelarnas ålder och förutsättningar. **Ledare och funktionärer har ett extra ansvar att främja ett positivt klimat inom respektive grupp**
- **Vi har också nolltolerans mot kränkningar.** I Gustavsbergs IF HK behandlar alla varandra med respekt och har god ton. Inga former av kränkande särbehandling eller mobbing accepteras. Exempelvis:
 - verbala eller skrivna kränkningar
 - mobbning
 - diskriminering
 - hot eller utpressning
 - sexuella trakasserier eller sexuella övergrepp
 - stalkning (olaglig förföljelse).



Vår vision och våra värderingar

- **Visionen:** Vi ska vara Stockholms attraktivaste ungdomsförening, hela vägen från de yngsta åldrarna upp till juniorlag. Vårt seniorlag ska kunna konkurrera på division 1-nivå
- Våra värderingar som ska leda oss mot visionen
- **Glädje** – ha kul
- **Gemenskap** – trygghet, mod, omtänksamhet, tillhöra internt och utanför
- **Utveckla** – individ och lag, ambition, ge alla chansen, uppmuntran, ansträngning, motivation
- **Moderna** – utvecklande, du är aldrig färdigutvecklad, öppen, ödmjuk, nyfiken inspirerande



Våra värderingar; exempel på beteenden

Glädje visar vi genom att

- Vi är förebilder med en positiv attityd/kultur bland ledare, spelare och supportrar
- Vi avslutar alla träningar och matcher på ett positivt sätt och visar varandra uppskattning, firar utveckling och framgång

Gemenskap visar vi genom att

- Vi ser alla spelare och skapar delaktighet på träning, matcher, cuper och gemensamma aktiviteter utanför planen
- Vi samverkar mellan åldrar, lag och med föräldrar och vi värnar klubbandan både på och vid sidan av planen

Utveckling visar vi genom att

- Vi är välutbildade, välplanerade, sätter mål för spelare, lag och klubben och hjälper varandra mellan lagen för att nå våra mål
- Vi lyssnar på och samtalar med spelarna, både individuellt och som lag, vi har utvecklingssamtal om utveckling, mål och eget ansvar

Moderna visar vi genom att

- Vi är uppdaterade genom utbildning och kompetenshöjande aktiviteter och delar med oss av kunskap och erfarenheter



Övergripande

- Träning, tävling och matchspel anpassas till ålder och förutsättningar
- **Röda tråden** riktlinje för upplägg av träning
- Vi eftersträvar samverkan mellan åldersgrupper redan från tidig ålder för att underlätta kommande sammanslagningar av ålderskullar
- **Cuper** är dyrt men roligt. Gemensamma cuper kan vara Irstablixten och Eken. Lagen beslutar vad man har råd med och möjlighet att delta i
- **Nivåindelning** i seriespel från 12 år med syfte att anpassa utmaningen till den individuella spelaren för bästa utveckling. Baseras på olika kriterier.
- **Matchspel**; toppning ska inte användas före 15 års ålder, ska undvikas därefter men är tillåtet i slutstegen 4 och 5 i USM. Tydlighet till spelarna om principer
- **USM** deltar vi i när vi har möjlighet. Under 15 år, för att se och lära med så många spelare som möjligt. Från 15 år mer uttagning och tävling



Ledare i Gustavsbergs IF HK

- Är klubbens viktigaste personer för att kunna erbjuda välorganiserad, rolig och utvecklande handboll för barn och ungdomar
- Ett uppdrag som ger mycket tillbaka i form av glädje, erfarenheter, upplevelser och relationer (men också innebär ett stort ansvar)
- För att leva upp till värdegrunden behövs ett förhållningssätt och att följa riktlinjer när det gäller spelarutbildning, matchspel, ledarutveckling, motivation, planering, möten med spelare och med föräldrar

Fem snabba om förhållningssätt

1. Agerar med trovärdighet och är ett föredöme och är stolt över att vara en del av föreningen
 2. Samverkar med andra lag/tränare/ledare
 3. Är tydlig i kommunikationen med alla spelare, ledare och föräldrar
 4. Är utbildad efter det behov som krävs för den roll man har
 5. Nolltolerans mot mobbing, andra kränkningar, alkohol och droger
- men det finns mycket mer.....



Spelarnas gyllene regler

- Har en positiv attityd och hälsar på varandra, ledarna och andra lag i vår förening och våra motståndare
- Är stolta över vår förening och att få representera den i olika sammanhang
- Passar tider och har med den utrustning vi behöver för träning och match
- Vi vågar testa och förstår att misslyckanden är okej och en viktig del av lärandet
- Vi accepterar att ledarna bestämmer och att domaren dömer
- Vi är goda lagkamrater, berömmar och peppar varandra samt säger förlåt och tröstar när någon gör sig illa eller blir ledsen
- Vi använder inte ”farligt spel” som drag i armen, knuff i luften och liknande
- Nolltolerans mot kränkningar, mot alkohol, droger och doping



Föräldrar i Gustavsbergs IF HK

- Ett engagerat och sunt föräldraskap är en viktig del i barns och ungdomars idrottande.
- För att tränarna ska kunna lägga sin tid på träning/matcher/cuper behövs föräldrastöd
- Lag med god organisation med bra ledare och fungerande föräldragrupp är de som blir framgångsrika och består.
- Som engagerad förälder får du möjlighet till gemenskap och varaktig vänskap
- Exempel på stödjande roller för ett lag: lagledare/administratör, kassör för lagkassan, cafeteriaansvarig, festfixare, evenemangsansvarig, sponsoransvarig mm
- Även gemensamma aktiviteter som rör hela föreningen behöver frivilliga krafter. Gurrabollen, öppet hus mm



Föräldrarnas gyllene regler

- Följ med på träning och match. Det betyder mycket för ditt barn.
- Håll dig lugn och uppträd föredömligt på åskådarplats.
- Låt ledarna ansvara för upplägg och genomförande av träning och match.
- Respektera domarens beslut. Se domaren som vägledare.
- Skapa god stämning vid matcher och träning.
- Kom aldrig påverkad av droger eller alkohol.
- Fråga barnen om matchen var kul och spännande. Fråga inte om resultatet.
- Engagera dig i laget med praktisk hjälp. Din insats är värdefull, inte minst för barnen.
- Kom ihåg att det är ditt barn som spelar handboll och inte du.
- Stötta föreningen och hjälp till med t.ex. cafeteria, Öppet hus, Gurrabollen mm
- Delta i de möten som föreningen/laget anordnar, ibland i form av informationsträffar men kan också vara av kurskaraktär.
- Ha insikter i barnhandbollens grunder och hur man är en bra idrottsförälder
- Övrig information som ledare, tränare och lagföräldrar behöver ha koll på finns i de årligen uppdaterade informationsmaterialen från föreningen.



Röda tråden



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

Röda tråden; den sportsliga målbilden i Gurra

- **Programförklaring**

Gustavsbergs IF Handbolls verksamhet skall präglas av snabb handboll där kontring går framför uppställt spel och där utgrupperat försvar förordas framför 6–0 försvar. Vi vill fostra morgondagens spelare i en anda där de vågar ta snabba beslut och kunna göra det oväntade i trängda lägen. Talang är i vår förening det samma som viljan att träna hårt.

- **Nyckelbegrepp som ska prägla spelarutbildningen i GIF HK**

Mod Fart Träningsvillighet Ansvarstagande

- **Det här vill vi uppnå med vår utbildningsmodell**

- Fysiskt vältränade handbollsspelare
- En miljö där alla spelare ges chansen att uppnå sitt individuella maximum
- Ett helhetstänk där äldre spelare känner ansvar och fungerar som faddrar för yngre spelare.



Exempel år 1 (7-8 år)

TRÄNINGSDOS

En timme per vecka

• GRUNDFÄRDIGHETER

Springa Hoppa Gripa/hålla Dribbla/studsa Fånga Falla

• PRAKTISKA MÅL, ÅR 1

Lek, gärna med boll men inte nödvändigtvis

Kunna kasta boll till kompis, kunna ta emot boll, kunna studsas med boll

Motorikövningar med och utan boll

Koordinationsövningar

Prova på tävlingsmoment + regel- och spelförståelse

Få spelarna att förstå grunden till spelet handboll: När motståndarna har bollen vill vi ta den från dem, när vi har bollen så vill vi göra mål

• FÖRSVARSSPEL

Fritt spel – försök ta tillbaka bollen från den som har den

• ALLMÄN PERSONLIGHETSUTVECKLING

Lära känna varandra Ta hänsyn Ge och ta beröm Samarbete Lagkänsla



Exempel handbollsår 5 (11-12 år)

- *Den här perioden är mycket lämplig för INLÄRNING. Individen tycker om att träna på rörelser av olika slag.*
- *Värt att komma ihåg är att nervsystemet ännu inte är helt färdigutvecklat. Det påverkar spelarens sätt att behärska snabba rörelser med händer och fötter.*
- **TRÄNINGSDOS**
- 3 pass om vardera en timme per vecka (varav ett "frivilligt")
- 1 fyspass per vecka
- **STRUKTUR PÅ TRÄNINGARNA**
- Fokus på individuell utveckling och individuell handbollsteknik
- **GRUNDTEKNIK, ÅR 5**
- **ANFALLSTEKNIK, ÅR 5**
- **FÖRSVARSTEKNIK, ÅR 5**
- **MÅLVAKTSTEKNIK, ÅR 5**
- **KOLLEKTIV TEKNIK, ÅR 5**
- **ALLMÄN PERSONLIGHETSUTVECKLING ÅR 5**
- Samarbete och lagkänsla
- Ge och ta beröm
- Positiv attityd (inte klaga på domare eller medspelare)
- Våga misslyckas (vilket är att lyckas göra det man inte vågade)
- Börja med individuella utvecklingssamtal med spelarna



Styrelsen



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

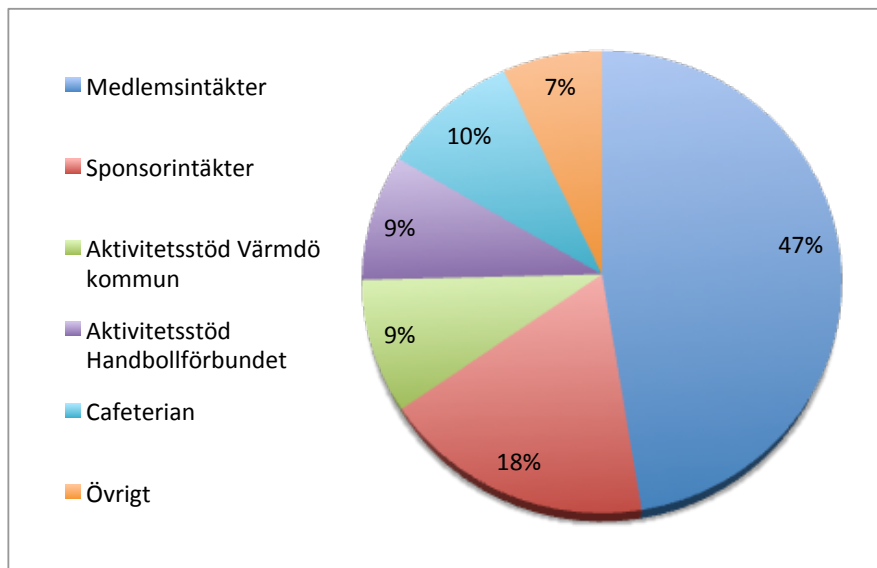
Styrelsen

- Styrelsen har under året bestått av: Johan Sjökvist (ordförande), Carina Karlsson (material), René Poedtke, Camilla Wellin, Susanne Francett, Charlotte Hagefors samt Anna-Karin Linusson (suppleant) Dessutom har Börje Larsson (seniorlagen), Linda Olsson och Daniel Sörlöv varit adjungerade
- Styrelsens sammansättning präglas av representation från olika ålderskullar, från senior till födda 2012.
- Styrelsen är föreningens beslutande organ och ansvarar för föreningens angelägenheter och ska ta tillvara medlemmarnas intressen, leda och fördela arbetet inom föreningen och ansvara för föreningens medel.
- Vi har styrelsemöten varje månad med uppföljning av ekonomin samt de olika delarna i vår verksamhet, förberedelser för ledarträffar, planering för gemensamma cuper, träningsläger mm.
- Styrelsen har haft en representant på varje föräldramöte i åldersgrupperna.
- Till stöd har styrelsen ett spelarråd bestående av 2 eller fler spelare från lagen från en viss ålder. Spelarrådet ger input till styrelsen och till ledarträffar. Dels en beskrivning av vad som fungerat bra under säsongen men också krav/önskemål på vad som behöver göras kommande verksamhetsår.
- Vi behöver påfyllning i styrelsen, lämna förslag till kommande årsmöte

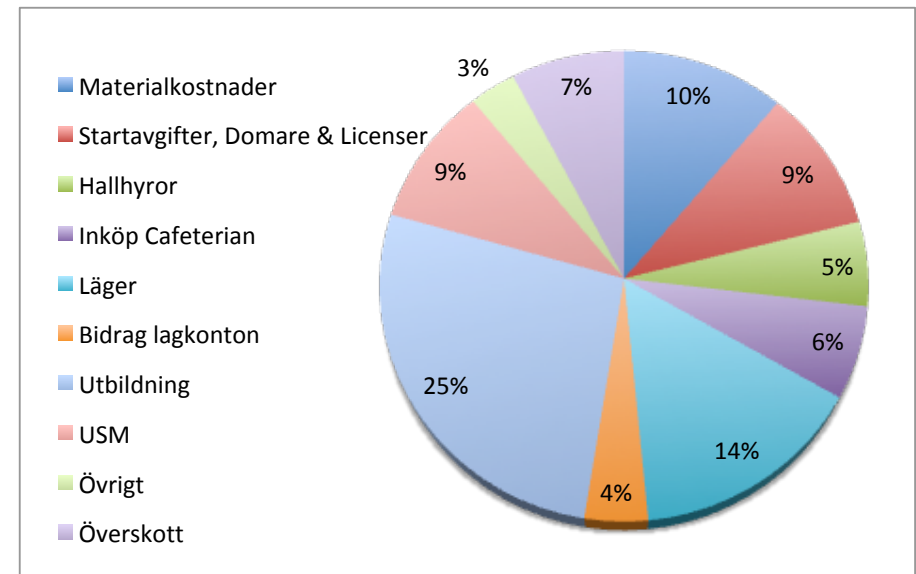


Vår ekonomi – exempel från tidigare år

Intäkterna fördelar sig på



Kostnaderna består av



Hur ekonomin för klubben och de enskilda lagen hänger ihop

- Varje lag får en ersättning för helgarbetet i cafeterian
- Varje lag får 50% av intäkten från införsäljning av klubbssponsorer
- Varje lag får en andel av föreningens LOK-stöd (lokalt aktivitetsstöd), vilket är en ersättning per person/aktivitet som klubben rapporterar in till handbollsförbundet en gång per halvår. Föreningen får 7 kr och ger tillbaka 1 kr per person och tillfälle till lagen.
- Föreningen betalar för seriespel, uppstartsläger, föreningsgemensamma cuper, matchtröjor, utbildning, ungdomsledarersättning, ledarkläder, bollar till de yngre samt första upplagan av läderboll till varje lag, förbandsväska, fysredskapen samt övrigt material, USM, stadslagsträningar
- Lagen betalar för övriga cuper, teambuilding, påfyllning av förbandsväska, laggemensamma aktiviteter
- Spelaren betalar för egna träningskläder, viss andel av cuper,



Admin



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

Vad gör admin

- **Ansvarig för de yngre grupperna.** Uppstart av handbollsskolan, mentor för ungdomsledare, ansvarig för att våra yngre lag blir informerade om föreningens verksamhet och vad som behöver göras i ett lag, olika roller och olika uppgifter. Stöttar nya föräldraledare.
- **Lagkontakt** – bollplank till klubbens samtliga ledare och föräldrar när det gäller alla sorters frågor och funderingar inom det enskilda laget
- **Kommunikation** via möten, mail och telefon med ledare, spelare, föräldrar, förbundet, kommunen styrelsen gällande alla frågeställningar som berör klubben som halltider, avbokning av halltider, extra halltider, lagfrågor, hemsidan, klubbinfo, ekonomi, viktigt info från kommunen, seriespel, material osv
- **Fakturerar** terminsavgifterna och hanterar krav gällande samtliga fakturor som rör terminsavgifter, uppstartsläger och Summer Camp
- **Digitala lagkassan** en ny gemensam plattform för lagens egna lagkassor kommer att presenteras under hösten



Andra roller



GUSTAVSBERGS IF HANDBOLL

19²¹/₉06

Olika roller i klubben

- Kassör
- Tränare/lagledare
- TA-ansvarig (Tävlingsadministration) och Seriespelsansvarig
- Ungdomsledare på Öppet hus och Summercamp samt i lagen
- Domaransvariga och domare
- Funktionärer sekretariat och matchvärdar
- Cafeteriaansvarig föreningen och Cafeteriaansvariga i lagen
- Utbildningsansvariga
- Lagkasseansvariga
- Föräldrar som medhjälpare i lagen, på Gurrabollen mm
- Nyckelansvarig
- Arbetsgrupp träningstider



Varje lag behöver ha ett antal egna resurser

- Tränare
- Lagledare
- Kassör
- Cafeteriaansvarig
- Försäljningsansvarig
- Hjälpledare
- Funktionärer till varje hemmamatch, från viss ålder behöver funktionärerna vara utbildade
- Frivilliga för olika korta insatser som tex en lagaktivitet eller en klubbgemensam aktivitet



Vi är stolta över

- Alla våra spelare
- Alla våra ledare
- Gurrabollen
- Summer Camp
- Gemensamt träningsläger
- Ledarskapsutbildning
- Tränarutbildning
- Våra egna domare
- Öppet hus på höst- och sportlov
- Spelarråd
- Funktionärer



Vi kan bli ännu bättre; ju fler som hjälps åt...

- Representation i styrelsen och eller olika arbetsgrupper
- Rekryteringsgrupp
- Funktionärer
- Lagledare som avlastar tränare
- Gurrabollen-grupp
- Cafeteriagrupp
- Sponsorgrupp
- Att uppdatera lagens hemsidor, särskilt medlemsregistret



Tack!

