



**IFK Kristinehamn Handbolls policy
beträffande**

**Barnhandboll
Ungdomshandboll
&
Etik**

IFK Kristinehamn Handbolls policy för barnhandboll

Inom IFK såsom Svensk handboll skiljer vi på barn-, ungdoms- och vuxenhandboll. Barnhandboll utövas av barn upp till ca 12 års ålder. Ungdomshandboll utövas av 12-13 åringar upp till ca 18 års ålder. Vuxenhandboll utövas av vuxna, dvs. över 18-19 års ålder.

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

Träningen av barn ska kännetecknas av:

hög aktivitetsgrad hög bollkontaktsgrad hög rolighetsgrad

Barnhandbollsmatcher ska genomföras:

- ❑ på minihandbollsplaner med tillhörande mål,
- ❑ med 4 utespelare och målvakt,
- ❑ med anpassade regler,
- ❑ med en "matchledare" som domare, med uppgift att leda matchen men också att lära barnen reglerna,
- ❑ enligt principen att "alla ska få spela" och att alla ska prova på alla platser,
- ❑ med bollar anpassade efter respektive ålder,
- ❑ och matchresultat kan presenteras.

Barnhandbollen kännetecknas av en långsiktig färdighetsutveckling.

"Försvarsspelet" ska vara "fritt spel", "jägarspel" eller "man-mot-man-spel", dvs ett offensivt försvarsspel. Vi ska undvika det defensiva "6-0-spelet".

"Anfallsspelet" kommer av sig självt. Det gäller att göra mål. Man ska tillämpa färdigheterna dribbla, passa, fånga och skjuta mål.

Det är viktigt i barnhandbollen att alla får prova på att spela på alla platser.

För att behålla barnen inom vår verksamhet är det viktigt att tillgodose barnens behov och att verksamheten genomförs på deras villkor.

Exempel på barnens 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 prova på nya utmaningar.
- ❖ Att kämpa, känna glädje och att vinna matcher men också lära sig förlora.
- ❖ **Att ha roligt.**

IFK Kristinehamn Handbolls policy för ungdomshandboll

Inom IFK såsom Svensk handboll skiljer vi på barn-, ungdoms- och vuxenhandboll. Barnhandboll utövas av barn upp till ca 12 års ålder. Ungdomshandboll utövas av 12-13 åringar upp till ca 18 års ålder. Vuxenhandboll utövas av vuxna, dvs. över 18-19 års ålder.

Inriktningen på ungdomshandboll ska kännetecknas av en ökad motorisk och koordinativ färdighetsutveckling. Leken och glädjen i att utöva idrott ska med bollen som redskap fortsätta den INDIVIDUELLA fysiska och tekniska utvecklingen. Huvudinriktningen är varje spelares tekniska färdighetsutveckling för att nå varje spelares maximala utveckling.

Träningen kännetecknas av ungdomshandbollens huvudbegrepp:

- hög rolighetsgrad
- hög aktivitetsgrad
- hög bollkontaktsgrad
- individuella utvecklingsmål
- hög attitydsgrad

Spelaren skall utvecklas till att:

- vilja bli så bra som möjligt
- vilja träna mycket och stegra mängden efterhand
- kunna äga sin träning (veta hur man ska träna)
- kunna äga de situationer som uppstår i spelet

Spelaren skall fulländas i de bastekniska färdigheterna:

- täcka, stöta, överlämna/överta
- passningar, skott, finter
- målvaktstekniska grunder

Ungdomshandbollen ska genomföras så att:

- ❖ varje spelare behärskar att spela på minst två positioner i både anfall och försvar,
- ❖ varje spelare alltid gör sitt absolut yttersta i varje situation,
- ❖ försvarsspelet har en offensiv inriktning, genom att 3-3, 3-2-1, 4-2 och 5-1 förekommer oftare än 6-0-spelet
- ❖ anfallsspelet efterhand styrs mer och mer av spelarna på planen och inte av tränarens kommandon under match
- ❖ den taktiska medvetenheten och förmågan ökar under perioden, för att nå sitt max när perioden är slut

För att utvecklas till duktiga seniorspelare och kanske till och med elitspelare tillåter vi att ungdomar ges möjlighet att syssla med andra idrotter under sommarhalvåret så länge som möjligt. Inte förrän 16-17 års ålder behöver man bestämma sig för att "Jag vill bli handbollsspelare".

IFK Kristinehamn Handbolls ställningstagande beträffande handbollens etik

- ❖ IFK Handboll tar avstånd från alla former av fusk och doping.
Detta innebär att:
 - enskild spelare och ledare inom föreningen har skyldighet att känna till och följa dopingreglerna.
 - föreningen har skyldighet att informera sina spelare och ledare om dopingreglerna och tillse att dessa följs.
 - frågor avseende antidoping diskuteras kontinuerligt.

- ❖ IFK Handboll tar avstånd från alla former av våld, mobbing och rasism.

- ❖ IFK Handboll tar avstånd från användandet av droger, tobak och alkohol i samband med all aktiv handbollsutövning.

- ❖ Inom IFK Handboll respekterar vi alltid våra medspelare, motståndare och domare genom att uppträda på ett korrekt och sportsligt sätt mot varandra. Vi avhåller oss från alla former av kränkande tal och handlingar.

- ❖ Alla är välkomna till IFK Handboll. Alla är lika mycket värda och allas synpunkter och åsikter skall respekteras. Alla former av destruktivt tänkande skall bekämpas med ett positivt förhållningssätt.

- ❖ Det skall vara en självklarhet att alla inom IFK Handboll arbetar för att barn, ungdomar och vuxna ska känna glädje och trygghet i samband med all handbollsutövning.

- ❖ Inom IFK Handboll arbetar vi för att låta ungdomar få inflytande, bli delaktiga och få ta ansvar för utveckling av den egna verksamheten.