



Föräldramöte 2019-11-27

ENKÖPINGS HANDBOLLFÖRENING

– PIERRE GRUBBSTRÖM

Ungdomsåren – ett förslag

▶ **Mini (7-9 år)**

▶ Miniplan

▶ Mjukboll

▶ Sammandrag

▶ Ev cup i
närområdet
?

▶ **Barn (10-11 år)**

▶ Storplan m
påhängsribba

▶ Bollstl 0

▶ Seriespel i
Uppland

▶ Seriespel i
Sthlm?

▶ Kopparcupen?
Sundsvall?
Partille?

▶ Ind:
Handbollscamp
Sverige eller
utomlands?

▶ **Yngre Ungdom (12-15 år)**

▶ Storplan

▶ Bollstl 0-1 (F)

▶ Bollstl 0-2 (P)

▶ Klister fr 15 år

▶ Seriespel i Uppland

▶ Seriespel i Sthlm?

▶ USM

▶ SUL, SverigeCupen, Riksläger

▶ Partille Cup, Skadevi Cup,
Norden Cup (?)

▶ Föreningscup

▶ Ind: Handbollscamp Sverige
eller utomlands?

▶ **Äldre Ungdom (16-19 år)**

▶ Storplan

▶ Bollstl 1-2 (F)

▶ Bollstl 2-3 (P)

▶ Klister

▶ Seriespel Junior Sthlm

▶ USM

▶ Spel i Seniorlag/U-lag

▶ Partille Cup, Skadevi
Cup, Norden Cup (?)

▶ Föreningscup?

▶ Ind: Handbollsgymnasie
NIU?

Träningsupplägg

- ▶ Ledare
- ▶ "Dansk modell" – minihandbollsträning
 - ▶ 10% Uppvärmning, 25% Färdighetsträning, 35% Förhöjd aktivitetsnivå, 30% matchspel
- ▶ Minihandboll: Tillgodogöra spelarna "Grundegenskaper"
 - ▶ Anfall: kasta, springa, hoppa, fånga, falla, studsa
 - ▶ Försvar: Från fritt till man-man runt egen målgård
 - ▶ Motorisk guldålder!
- ▶ Matcher – en träning i sig
 - ▶ 100% prestationsfokus/0% resultatfokus, individbaserat, inläring av sportsligt uppträdande, inläring av inställning att "ta i" på match, inläring av att våga ta plats, inläring av att vara en del av ett lag

Lagets ordningsregler

- ▶ Ledarna
 - ▶ Ser alla, stöttar alla, planerade träningar, planerade säsonger, rättvis, ödmjuk
- ▶ Spelarna
 - ▶ Lyssnar, håller i bollar vid diskussioner, respekterar varandra, har kul!
- ▶ Föräldrarna
 - ▶ Stöttar alla spelare och domare, bidrar till att laget fungerar, skjutsar, informerar ledare om särskilda behov, intresserar sig för barnets framsteg och hinder
- ▶ Föreningen
 - ▶ Policies

Lagledning

- ▶ Arrangemang
- ▶ Försäljning
- ▶ Kontakt mot förening och kommun
- ▶ Inköp
 - ▶ Kafeteria, sjukvård, utrustning, bollar
- ▶ Bokningar & Nycklar
- ▶ Resor
 - ▶ Matcher, cuper, USM – Spelare och Föräldrar

Arrangemang

- ▶ Lokaler
 - ▶ Nycklar, upplåsning, omkl rum tilldelning
- ▶ Kafeteria
 - ▶ Inköp, växelkassa (egen swish?), dukning, avdukning, kaffe/korv kokning
- ▶ Planer
 - ▶ Mål, avbytarzoner, numrering
- ▶ Matchfunktionärer
 - ▶ Klocka, domare