

KÄRRA HF P9

FÖRÄLDRAMÖTE
SÄSONGEN 23/24

www.karrahf.se



Agenda

- Presentation
- Info om Kärra HF
- Föräldrapolicy
- Utbildningsplan
- Träningsfokus 23/23
- Träningar
- Matcher/cuper/läger
- Övrigt



Info om Kärra HF www.karrahf.se

Kärra Handbollförening strävar efter:

- Att fostra aktiva medlemmar till att vara goda samhällsmedborgare och klubbmedlemmar vilket innebär:
 - o God lag- och föreningskänsla och gott kamratskap
 - o Ställa upp för varandra och klubben i alla situationer
 - o Visa hänsyn mot medmänniskor
 - o Vilja vinna, med hänsyn, fair-play och ödmjukhet
- Att utveckla de aktiva till goda handbollsspelare och forma lagspelare
- Att utveckla goda och duktiga ledare och tränare
- Att uppnå de olika lagens målsättningar och inriktningar. Kärra Handbollföreningsidé.

Kärra HF's målsättning och föreningsidé är att:

- Inom föreningen erbjuda varje medlem en meningsfullt sportslig, social sysselsättning och utveckling
- Ge varje aktiv medlem en idrottslig och social grund att stå på, oavsett om det gäller att fungera i ett lag eller i andra sammanhang i samhället

Info om Kärra HF www.karrahf.se

Som aktiv i Kärra Handbollförening är det viktigt att Du:

Med aktiv menas spelare, ledare, förälder, anställd och ledamot, med andra ord någon som representerar Kärra HF i något sammanhang.

- Visar ödmjukhet både på och utanför plan
- Visar klubbkänsla och ställer upp på klubbens krav och villkor
- Motsvarar de krav som ställs i de olika åldersklasserna
- Visar disciplin, ordning och reda
- Är rättvis i sin behandling av medlemmar
- Är öppen för konstruktiv kritik
- Visar hänsyn och ställer upp för andra i föreningen
- Behandlar och uppträder juste mot domare, medspelare, motspelare, ledare och funktionärer
- Motverkar mobbning eller liknande särbehandling i vilken form den än må uppenbara sig och vilket uttryck den än må ta sig
- Motverkar all hantering och allt användande av dopingpreparat och droger

Föräldrapolicy Kärra HF

- Stötta ditt barn
- God supporter både till ditt barn och laget. Visa stöd i med som motgång.
- Meddela via SMS eller i laget.se om ditt barn inte kommer på träning, match, cup eller annan samling.
Meddela också om ditt barn inte vill fortsätta i vår verksamhet.
- Har du som förälder synpunkter på verksamheten, ledarnas uppträdande eller agerande, så framför detta till oss efter träning, match i en positiv och konstruktiv anda. Vill ni inte gå till oss, finns vår ungdomsansvarig, kontaktuppgifter på www.karrahf.se
- För att de ledare, spelare och funktionärer lugn och ro ska alltid all publik befinna sida på en sida och ledare och avbytare på den motsatta, om möjligt.
- Medlemsavgift – måste betalas för att få medverka på träning, match och cup. Se info www.karrahf.se
Ingår en spelar- eller lagförsäkring
- Föräldrar kommer att tilldelas olika uppdrag under säsongen. Cafépersonal, städa i hallen, hallansvarig och olika uppgifter under Norden cup (mellandagarna)

Utbildningsplan Kärra HF

- **Allmänt**
 - * Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
 - * Tonvikt på kamratskap
 - * Handboll en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras
 - * Meddela sig vid frånvaro från match och träning
 - * Skolan viktigare än handbollen
- **Målsättning**
 - Att ha roligt där stora inslag av lek är det primära
 - Ingen resultatmässig målsättning
 - Vikten läggs vid att spelaren tycker att handboll är roligt vilket uppmuntrar en fortsatt handbollskarriär
 - Spela turneringar i distriktet och ha så roligt som möjligt
 - God stämning i gruppen
- **Utveckling**
 - Alla skall få spela
 - Ingen form av toppning
 - Spelare får ej värvas från andra föreningar. Övergångar är tillåtna, men ej värvningar
 - Spelarna skall uppmuntras att spela på olika positioner

Träningsinnehåll

- Träning 1 gång i veckan.
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt. (inspring 1-2 gånger/säsong)
- Bollteknik och passningsspel är de centrala delarna av träningen kombinerat med MYCKET spel på helplan
- Personlig hygien

Träningar

- 1 dag i veckan - Söndagar 10.40 – 12.00 i Lillekärshallen
10.40 Samling
10.45 Ombytta och klara för uppvärmning ute/korridoren
- Om vi får möjlighet till en dag till kommer vi att ta den.
- Vi skickar ut anmälan till träning på laget.se, för att vi skall kunna planera träningen utifrån hur många ledare som är på plats. Svara gärna där, även om man inte kan.
- Uppmuntrar till multiidrott.

Träningsfokus under året 23/24

Våra målsättningar under året

- Tillsammansarbete – lagkänsla - stärka gruppen, glädje till handbollen
- Uppmuntra killarna att våga - (bygga självförtroende)
- Utveckla spelet på helplan

- Teknik och rörelsemönster

Spelförståelse helplan	Positioner, rörelser, <u>bollförflyttning</u>	
Försvarsspel	Jobba ihop, våga ta smällen, gummibandet	
Passningar	Nöta	
Teknik skottarm	Hög arm, vrida, axel-arm-rörelse.	

Matcher/Cuper/Läger

- Träningsläger 23-24 sep i Borås (Borgstena allhall)
 - Minihandboll okt, nov, dec
 - Seriestart på helplan jan – mars
 - Taikblixten 5/1
 - Bohuscup 12-13/5
 - Aranäs open 20-21/5
 - Mölndalspelen 8-9/6
 - Junicupen 15-16/6
 - Partille cup 1-7/7
-
- Datumerna på cuperna stämmer inte. Återkommer om det.

Tider	Aktivitet	Övrigt
13.00	Samling	
13.30	Lunch	
14.45-16.15	Träning 1	
16.15-16.45	Mellanmål	
16.45-17.00	Träning 2	
18.00	Middag	Pizza
8.30	Frukost	
9.15	Packa/Promenad	
10.00-11.30	Träning	
12.00	Lunch	
12.30	Hemfärd	

Övrigt

- Lagförälder som kan ta ansvar för lagkassan, caféföredelning/norden cup och ansvar för försäljning av lotter och blommor. Göra ett schema så alla får uppgifter.

Sälja kakor (kakservice), toapapper (teamrullen)

- Träningsläger 23-24 sep.
2-4 föräldrar som hjälper till med mat/städ.
- Fotografering onsdag 27/9 17.00. Shorts och inomhusskor. Fyll i Blankett och ta med
- Frågor?