Ny håndboldtræner?

Spørgsmål og Svar

**Hvor finder jeg reglerne til mit håndboldhold?**

Her er link til regler: <https://danskhaandbold.dk/traening-forskning/nye-spilformer>

**Hvor finder jeg inspiration til træningen?**

Dit første sted at kigge er i Nr Søby If’s egen ”Den Røde Tråd”. Her finder du en oversigt over alle hold og hvad der fra klubbens side forventes at I lægger vægt på i træningen. ”Den Røde Tråd” bliver opdateret hver år og vil blive udleveret til opstartsmødet for trænere, som finder sted i August måned hver år. ”Den Røde Tråd” er også at finde på Nr Søby Ifs hjemmeside. <https://nsif.dk/haandbold/>

Inspiration til øvelser til træningen findes her <https://traenerguiden.dgi.dk/guide/haandbold> eller i app’en ”DGI trænerguiden” som findes på både App store og Google Play. Du kan også finde inspiration på Dansk Håndbold appen ”Håndbold” og på <https://danskhaandbold.dk/ovelsesbank>

Du kan også tilmelde dig en email service, som sender dig inspiration til nye øvelser tilpasset den årgang, du træner, hver uge. Tilmeld dig her: <https://danskhaandbold.dk/traening-forskning/traeningsprogrammer>

Sørg desuden for at være tilmeldt Facebook gruppen ”Håndboldtræner i NSIF 2025/26” hvor vi løbende vil lægge relevant information ud om kurser, stævner eller andet. Tjek også Holdsport gruppen ”Håndboldtrænere” for relevant information løbende.

**Hvad kræver det at være træner i NSIF?**

Allermest kræver det at du er klar til at give børnene en god oplevelse. Håndbold er for alle børn, og alle børn skal have en god oplevelse. Derfor er det også vigtig at alle får lov til at spille alle pladser og alle får spilletid. Børnene deltager i håndboldtræningen med forskellig tilgang og forskellige niveauer. Så vidt muligt skal alle tilgang og niveauer tilgodeses, så alle får en god oplevelse.

Du behøver ikke selv at have spillet håndbold i mange år. NSIF sender dig gerne afsted på kurser, og der er rigtig mange at vælge imellem. Der informeres om disse på Facebook gruppen og du er også velkommen til selv at søge dem frem på Dansk Håndbold eller DGIs hjemmesider.

Desuden skal du indgå i et godt samarbejde med resten af trænerne for dit hold. Det er vigtigt at I får italesat jeres ambitionsniveau for holdet, hvad I mener er vigtig i træningen og så videre. Desuden er det vigtigt at I deles om at deltage som trænere ved kampe. Især hvis I har flere hold. Man kan ikke som udgangspunkt kun følge sit eget barn, hvis der er flere hold (A, B, C), men skal også med ud til kampe som træner for de andre hold.

**Hvad får jeg ud af at være træner i NSIF?**

Først og fremmest, får du en masse gode oplevelser med områdets skønne børn. Du er med til at gøre noget vigtigt for børnenes udvikling. Du er med til at sikre sammenhold på tværs af vores byer. Og så oplever du børnene og lærer dem at kende på en helt anden måde end i dagligdagen. Derudover, får alle trænere enten et gavekort til 800 kr til Sport24 eller et års personligt abonnement til Motionscenteret i Søby Højslev Arena.

**Kamptrøjer**

Spilletrøjerne udleveres af din kontaktperson fra håndbold udvalget i starten af hver sæson. Gå den gerne igennem og vær sikker på at trøjerne passer, ikke er for slidte, og der er overtrækstrøjer til alle. Dette er blevet tjekket i løbet af sommerferien af håndboldudvalget, men du må gerne dobbelt tjekke. Du finder i tasken en liste over de trøjer, der er i tasken (nummer og størrelse) og vi forventer at de samme er at finde i tasken ved sæson afslutning.

I Nr Søby IF udleveres spilletrøjerne ikke til spillerne. Efter hver kamp får en forælder trøjerne med hjem til vask og tager dem med til næste kamp eller afleverer dem til trænerne igen. Trøjerne må ikke tørretumbles.

**Rummet i bunden af Vines Hallen (den gamle)**

Dette rum bruges til opbevaring af bolde, ekstra mål og ekstra rekvisitter I måtte have brug for til træningen. Er der noget I mangler, eller noget der går i stykker, bedes I fortælle det til jeres kontaktperson i håndboldudvalget så vi kan få repareret eller købt nyt ind.

Her findes også en kompressor til oppustning af bolde. U9 spillere og opefter får ved sæsonstart udleveret en håndbold så snart de har betalt kontingent. Dette gøres i samarbejde med jeres kontaktperson fra håndboldudvalget. Det er barnets eget ansvar at huske bolden til træning hver gang. U8 og nedefter bruger de bolde der ligger i rummet i bunden af Vines Hallen. Husk at kontakte håndboldudvalget, hvis I mangler bolde (eller andet udstyr).

I rummet findes også jeres skab til opbevaring af fx spilletrøjer. Ved sæsonstart får I udleveret en nøgle til jeres skab. Rummet er ikke til opbevaring af fælles rekvisitter, men kun det der er forbeholdt jeres eget hold.

**Hvordan bruger vi bedst ung-trænerne?**

Det er vigtigt at du sikrer at ung-trænerne i NSIF får et passende ansvar og føler at de bidrager og udvikler sig som trænere. Det er vigtigt at du inddrager ung-trænerne i træningen, og lader dem stå for dele af træningen, fx opvarmning og/eller specifikke øvelser. Vi er afhængige af at de unge mennesker engang tager din plads. Man kan blive ung-træner fra U13 alderen og frem. Vi vil gerne kunne tilbyde ung-trænere til alle hold fra U6 op til U9. Børnene ser ofte meget op til de unge mennesker og spejler sig i dem. Tag derfor godt imod ung-trænerne, både for deres skyld, for børnene og for klubbens fremtids skyld.

**Turneringskampe**

Fra U9 og opefter kan holdene tilmeldes turnering. Vi hører under Dansk Håndbold Nord, og vil som udgangspunkt spille vores turneringskampe i denne kreds. Nr Søby IF har en kampfordeler. I sæson 25/26 er det John Andersen. Når kamp programmet er fastlagt (23. September) kan programmet ses i Håndbold appen. Det er også herigennem at holdkortet skal sættes inden hver kamp. Se instrukser i ”Den Røde Tråd”. Desuden bliver alle kampene lagt i Holdsport for alle hold. Skulle man have behov for at flytte en kamp, kontakt da John Andersen på 24 40 28 85.

**Stævner**

For U6, U7 og U8 spilles der typisk stævner. Man kan tilmelde sit hold til stævner enten gennem Dansk Håndbold Nord eller igennem DGI. Dansk Håndbold Nord stævner ses igennem dette link (25/26). Klik på Stævner. <https://danskhaandbold.dk/danskhandbold-nord/bornestaevner-saeson-2025-2026> Tilmelding sker på linket ovenfor.

Tilmelding til DGI stævner kræver at man er oprettet i DGI systemet. Det gøres ved at kontakt Terkel Tranborg på terkel.tranborg@dgi.dk .Herefter får man løbende emails med tilmeldingslink. Alle DGI stævner kan ses [her.](https://www.dgi.dk/kurser-og-events/udoever?eventPage=1&eventPageSize=6&eventdistrict=a30072dd-c533-4a18-aa8f-7883a7ebefbe&eventactivityCodes=c4dcbab3-42ce-492e-bc79-15584b93e6c7&eventtargetAudiences=practitioner&eventView=grid) (25/26).

Skulle hold fra U9 og opefter ønske at deltage i stævner er det selvfølgelig helt okay. Nr Søby IF har altid deltaget samlet som klub i et påskestævne, enten Hancock Cup eller Morsø Cup. U15, U17, U19 eller Senior hold deltager også til tider i andre store inden- eller udenlandske stævner. Mange hold deltager også i et efterårsstævne. Klubben betaler holdgebyr. Har I andre ønsker, kontakt da gerne håndboldudvalget.

**Hvad skal jeg bruge Holdsport til?**

I Holdsport Appen kan du se alle de håndboldspillere der er tilmeldt dit hold. Inden kontingent sendes ud (typisk midten af september) er det vigtigt at du gennemgår listen og får slettet dem, som ikke længere går til håndbold og får opfordret nye spillere til at tilmelde sig via NSIFs hjemmeside. Man kan selvfølgelig altid starte til håndbold senere på året også.

Ved sæson start bliver alle træninger og kampe lagt i Holdsport. Alle er tilmeldte alle træninger, og spillerne skal derfor kun afmelde sig hvis de ikke kan komme til træning. Som træner/holdleder skal du så udvælge spillere til kampene til dine forskellige hold, tildele opgaver som tidtager og kørsel og beslutte mødetidspunkt etc. Alt dette indsættes i Holdsport under kamp aktiviteten i kalenderen.

Det meste kommunikation vil dreje sig om kampene og skal foregå via chat eller notifikation på kampenen, så kun de udvalgte spillere notificeres. Ellers kan man bruge chat til hele holdet, nyheder, opslagstavle, afstemning eller forum til kommunikation med spillere og/eller forældre.

**Håndbold Appen**

Håndbold Appen er Dansk Håndbolds app, hvor kamp program ligeledes kan ses. Det er også her du sætter Holdkort. Har man ikke betalt kontingent kan man ikke sættes på Holdkortet og kan derfor ikke komme med ud at spille kampe. Er der en spiller der ikke kan findes frem på Holdkortet, så kontakt da venligst en Holdsport Administrator hvis han/hun har betalt kontingent. Instrukser til hvordan man sætter holdkortet i Håndbold Appen findes i ”Den Røde Tråd”.