

# SPORTSLIG STRATEGI – KIF HÅNDBOLD

## HOLDNINGER OG HANDLINGER

### U13 DRENGE OG PIGER



#### Sportsligt:

- 3 - 4 hold i hver gruppe (max. 40 spillere) – Hvis over 40 spillere kan det være nødvendigt at lave 2 grupper, dog hvor mindst 1 træning om ugen bliver i samme tidsrum.
- 2 ugentlige træninger
- Træningen foregår samlet i gruppen - med mulighed for niveauopdeling
- Udvikling i fokus for alle niveauer
- Der vil forekomme op/ned træning med grupperne over og under for at sikre at alle udfordres på rette niveau – her vil der tages hensyn til de spillere, der har morgentræning, så de ikke overbelastes.
- Alle i gruppen tilbydes samme antal træninger – men der vil være forskel på 1. års og 2. års – sidstnævnte skal begynde at snuse til harpiks.
- Træneren kan i samarbejde med klubbens sportslige koordinator vurdere at en spiller har brug for at træne opad for at opnå størst mulig udvikling.
- Mobilitets træning planlægges udenfor træningstid men således at der også tages hensyn til de spillere der ønsker at være unge-trænere på andre hold.
- Vi passer på bredden men aldrig på bekostning af de bedste. Alle skal udvikles til et højere niveau.

#### Socialt:

- Gruppen er samlet omkring alle sociale arrangementer
- Fokus på sammenhold
- Der vil både være sociale arrangementer på holdet, som I selv planlægger samt fælles foreningsarrangementer, som socialministeren planlægger sammen med de øvrige ministre.
- Vi går langt for at integrere alle børn i fællesskabet. Men det kan være nødvendigt at inddrage forældre og i sidste ende at erkende at vi ikke har et tilbud til alle.
- Vi er her for at spille håndbold og det er igennem håndbold-fællesskabet at vi integrerer.

#### Miljø:

- Motivation bygger på grundlæggende psykologiske behov
  - Jeg kan noget... (kompetence)

# SPORTSLIG STRATEGI – KIF HÅNDBOLD

## HOLDNINGER OG HANDLINGER

### U13 DRENGE OG PIGER



- Jeg hører sammen med nogen... (samhørighed)
- Jeg har indflydelse og bestemmer noget... (autonomi)
- Forældre trænere – det er en præmis. Forældretrænere vil selvfølgelig være sammen med eget barn.
- Vi efterstræber det sunde og positive miljø i en vinderkultur – logoet forpligter og vi opfører os altid ordentligt!
- Vi efterlever [De 4 forældreråd for Børnehåndbold](#)

#### Trænerteam:

- Der findes 1 chefræner for gruppen + 2-3 assistenttrænere med ansvar for hold 2 og 3 (forældertrænere)
- Der tilknyttes 1 holdleder (forælder)
- Der tilknyttes ministrere (social, erhverv og beskæftigelse) – vælges på første forældremøde.
- .

#### Træning:

Generelt	Flere pladser i kamp	Spillerne skal prøve at spille på flere pladser for at blive bredt funderet
Teknisk	Kast og grib i fart	Der arbejdes med at øge boldtempoet og kunne både kaste og gribe i fart
Forsvar	6-0 eller 5-1 Bolderobringer Tacklinger Parader Bytteaftaler Samarbejde 2 og 2 Individuel træning	Der trænes individuel forsvarstræning med mange aktioner med tacklinger, bolderobringer, parader og simpelt samarbejde med sidemanden.
Angreb	Vurderingsspil 2 mod 1, 3 mod 2 Bredde i spillet Simple åbninger Pres på mellemrum Finter til begge sider	Der trænes meget simpelt angrebsspil med finter, skud, bevægelse, bredde og dybde og mange simple øvelser med vurderingsspil.

# SPORTSLIG STRATEGI – KIF HÅNDBOLD

## HOLDNINGER OG HANDLINGER

### U13 DRENGE OG PIGER



Kontra	Fart og bredde fremad i banen og også i returløb	Der trænes i at løbe stærkt med og uden bold frem og tilbage på banen og orientere sig i forhold til med- og modspillere
Fysisk træning	Motorik/koordination Løb (korte ture)	Der arbejdes med motorik og koordination i forbindelse med træningen. Løbetræning introduceres.
Målmand	Basis bevægelser Udkast	Der trænes basisbevægelser og simple udfald i træningen. Flere spillere skal kunne stå på mål.

#### Kampe:

- Vi vil altid stræbe efter at spille i de bedste rækker, men ikke nødvendigvis at vinde rækkerne. Fokus er på at kunne udvikle alle spillere både på niveau og positioner. Alle skal have mulighed for at spille på et niveau, hvor de kan spille 50 % af en kamp.
- Man kan som spiller spille på forskellige hold i gruppen med forskellige roller – forvent ikke altid at være på hold 1
- Overhold tilmeldingsfrister og mød op når du er tilmeldt kamp!

#### Stævner:

- Stævner deltager man i som gruppe. Stævner har fokus på det sociale i gruppen samt gode kampe og spilletid til alle. Vi deltager i opstartsstævne, julestævne og påskestævne. Herudover mulighed for deltagelse i Frø Cup og Partille Cup i Sverige i uge 27
- Mulighed for en-dags stævner til de hold der ikke deltager i pokal-turnering.

#### Økonomi:

- Kontingentet er 1800 kr. årligt
- Der skal findes sponsorer til spillertøj (6.500 kr. + moms og tryk pr. 12 spillere)

# SPORTSLIG STRATEGI – KIF HÅNDBOLD

## HOLDNINGER OG HANDLINGER

### U13 DRENGE OG PIGER



- Herudover kan der skaffes sponsorer til opvarmningstøj, træningsdragter etc. – foreningen tager 10 % af alle sponsorindtægter til sportsremedier. Der oprettes holdkasser som skal dække udgifterne til sportsremedier

#### Hjælp i foreningen:

- Der er opgaver i foreningen som skal løftes i fællesskab for at dække alle udgifter til trænere, halleje samt sportslig- og administrativ ledelse. Disse opgaver er salg af bambusa-strømper i oktober, hjælp til banko i november samt forældrehjælp til Kolding Haandball cup i påsken.
- U13 drenge og piger har opgaver i forbindelse med LIGA kampe, hvor de hjælper med at lægge klappe-pap ud på stole og hjælper i busterbanden.

#### Holdsport:

- Al kommunikation og planlægning foregår på holdsport – her meldes afbud til træning og til stævner og kampe, obs at tilmeldingsfrister overholdes.
- Kontingent betales via holdsport 1. oktober og man kan ikke spille kampe før der er betalt kontingent.
- Spilleren skal oprette en profil som han/hun tilknyttes på sin egen telefon. Forældre laver en forældreprofil som kobles op på spilleren. OBS! Hvis et barn som allerede har en profil (på en forælders telefon) og selv vil overtage styringen på egen telefon, så skal han/hun logge ind med det eksisterende login – IKKE oprette en ny profil. Der er altid hjælp at hente via mail til [gbot84@gmail.com](mailto:gbot84@gmail.com)