



Röda Tråden

Styrande principer för
barn- och
ungdomsverksamheten
i Staffanstorps
Handbollsklubb

Utgiven av: Staffanstorps Handbollsklubb
Giltig från: 2009-01-01, rev. 1204



Att tillhöra Staffanstorps Handbollsklubb (SHK) är och skall alltid vara något speciellt. "Röda Tråden", föreningens styrdokument presenterar på ett tydligt sätt föreningens värderingar och målsättningar. "Röda Tråden" ger riktlinjer till våra aktiva och ledare från bollskolan till ungdomsverksamheten. Det ger också riktlinjer till funktionärer, föräldrar och supportrar eftersom alla frivilliga och stödjande krafter är viktiga för vår ideella verksamhet. Vi hoppas och tror att dessa principer skall ge våra aktiva barn och ungdomar inte bara handbollsfärdigheter utan även träning i att samspela socialt både på och utanför handbollsplanen, lära sig ta ansvar både för sig själv och för andra och utveckla ett gott kamratskap som bygger på allas lika värde. Till föräldrar och supportrar som delar barnens och ungdomarnas aktiviteter på och utanför planen ger "Röda Tråden" information och kunskap om hur vi tillsammans kan arbeta för en verksamhet som vilar på demokratiska grundvalar, allas lika värde och frihet från kränkningar av alla slag.

Denna skrift vänder sig till ledare, spelare och föräldrar, samt alla som på olika sätt är engagerade i Staffanstorps handbollsklubbs verksamhet.

Michael Fogelström

Ordförande/SHK



Innehållsförteckning

1. Föreningens målsättning och idé	4
Föreningens idé:	4
2. Organisation	4
3. Barn- och Ungdomshandbollens målsättningar och Riktlinjer	5
Aktivt lärande	6
4. Riktlinjer för Ledare och tränare	6
Föräldramöten	8
Toppning och nivåanpassning	8
5. Riktlinjer för Föräldrar	9
Lundaspelen	9
utbildning	10
6. Etiska Riktlinjer	10
Positiv människosyn, goda attityder	10
Kränkande beteende	10
Sunda vanor	10
hot och våld	11
7. Referenser	11



1. FÖRENINGENS MÅLSÄTTNING OCH IDÉ

Staffanstorps handbollsklubb vill erbjuda barn och ungdomar att under välorganiserade former och med välutbildade ledare lära sig att spela handboll. All verksamhet ska bygga på glädjen i fysisk aktivitet, samarbete och kamratskap. SHK bedriver barn och ungdomsverksamhet med målsättningen att stimulera unga till fysisk aktivitet och samtidigt sträva efter att ge grundläggande handbollsutbildning. Barnens och ungdomarnas bästa står i centrum för verksamheten. Följande är centralt för verksamheten:

- Man skall känna stolthet över att tillhöra SHK
- Alla människor är lika mycket värda, oavsett kön, sexualitet, religion, etniskt ursprung, ålder, etc.
- Inriktningen på verksamheten skall kännetecknas av en individuell och motorisk allsidig färdighetsutveckling med leken som arbetsmetod och med bollen som redskap
- SHK ska ha en bred rekryteringsverksamhet samt ha goda relationer till andra föreningar i vårt närområde
- Vi ska delta i internationella turneringar
- Vi skall genom utbildning och strukturerad verksamhet säkra utvecklingen av våra spelare och ledare

FÖRENINGENS IDÉ:

”EN FÖRENING ATT VÄXA I”

2. ORGANISATION

SHK är en ideell verksamhet. Verksamheten finansieras genom medlemsavgifter, kommunala och statliga bidrag samt sponsring samt kioskverksamhet i samband med Lundaspelen. Ansvarig för verksamheten är styrelsen bestående av fyra ledamöter. Verksamheten granskas av extern revisor. Beslutande för verksamhetens inriktning är årsmötet. Styrelsen ansvarar för ekonomi, material, ledartillsättning, arvoden, utbildningar, föreningsdomare, tävlingsverksamhet samt verksamhetsplanering. Styrelsen har också mandat att utse kommittéer för särskilda uppdrag. Förslag om verksamheten kan skickas till ordförande eller lämnas i ”förslagslådan” på föreningens hemsida som fungerar som informationskanal, kalender för klubbens olika lag och aktiviteter samt är uppdaterad vad gäller riktlinjer, policy och stadgar.

3. BARN- OCH UNGDOMSHANDBOLLENS MÅLSÄTTNINGAR OCH RIKTLINJER

Föreningen grundar sin verksamhet på att alla som vill vara med och spela handboll ska beredas plats. Alla spelare skall stimuleras och utvecklas utifrån den nivå där de befinner sig. Det är en av föreningens huvudambitioner att spelaren ska uppmuntras att växa både mentalt och känslomässigt. Alla spelare som visar träningsflit och är aktiva på träningarna ska uppmuntras att spela matcher.

För att behålla barnen i verksamheten är det viktigt att tillgodose barns behov och att verksamheten genomförs på barnens villkor. Exempel på barns behov är att:

- ✚ få vara aktiv och i rörelse, helst med boll
- ✚ känna sig trygg i gruppen
- ✚ det är ordning och reda
- ✚ bli sedd under träning och match
- ✚ få pröva på nya utmaningar
- ✚ kämpa och känna glädje
- ✚ ha roligt, är det inte roligt stannar man hemma

Det är lika viktigt för de äldre ungdomarna att det är roligt på träningarna.

Ungdomshandbollen ska utöver ovanstående kännetecknas av en ökad motorisk färdighetsutveckling. Leken och glädjen i att utöva idrott ska med bollen som redskap fortsätta den individuella fysiska och tekniska utvecklingen. De ungdomar som eventuellt tvekar att fortsätta som aktiv ska stimuleras till att stanna kvar i klubben som ledare, tränare eller domare. Alla ungdomar ska ges möjlighet att spela handboll oavsett om de har ambitionen att elitsatsa eller inte. Alla handbollungdomar ska också ges möjlighet att utöva flera idrotter. Om det blir för mycket träning och matcher/tävlingar krockar bör spelaren fatta ett beslut kring vilken idrott han/hon vill prioritera.

De motiv som är mest framträdande inom ungdomsidrott är:

- ✚ Ha roligt
- ✚ Vara delaktig (lagkänsla)
- ✚ Utvecklas
- ✚ Tävla
- ✚ Må bra

Punkterna ovan kan sammanfattas till ett ord **BRA**: hög **B**ollkontaktgrad, hög **R**olighetsgrad och hög **A**ktivitetsgrad. Det innebär att i träning och spel lära sig olika tekniker som innebär att barn och ungdomar:



- ✚ På planen har hög aktivitetsgrad
- ✚ Att träningen blir rolig
- ✚ Skapar kreativa spelsituationer
- ✚ Bejakar samarbete
- ✚ Utvecklar spelförståelsen
- ✚ Blir offensiva i såväl anfall som försvar

För att uppnå detta bör träningarna kännetecknas av att

- ✚ Glädjen står i centrum
- ✚ Aktivitetsgraden är så hög som möjligt (undvik köbildning)
- ✚ Bollkontakten är så hög som möjligt
- ✚ Få spelarna att alltid vilja prestera sitt bästa
- ✚ Eftersträva minst två tränare per tillfälle
- ✚ Fokus skall ligga på prestation och inte resultat
- ✚ Stimulera aktivt lärande, fråga – svar

AKTIVT LÄRANDE

SHK är angelägen om att varje ledare ska gå baskursen för ledare för att utveckla sig själva och de barn och ungdomar de är ansvariga och agerar förebilder för. Klubben sätter stort värde på ledarnas vilja till utveckling och finansierar utbildningarna. Genom välutbildade ledare med insikt i gruppens betydelse och individens roll skapas ett positivt inlärningsklimat. Spelarna ska ges möjlighet att påverka, pröva själv, individuellt och i grupp. SHK står för ett demokratiskt ledarskap där spelarna blir uppmärksammade på sina rättigheter och skyldigheter gentemot varandra. I det aktiva lärandet ingår också fostran i etiska och moraliska värden som gäller vid träning, under matcher, vid sidan av planen och vid cuper och läger. Genom träningen lär sig också barnen och ungdomarna att respektera medspelare, motspelare och domare. Under såväl träning som matcher förväntas aktiva att uppträda på ett korrekt och sportsligt sätt mot varandra. Alla former av kränkande tilltal och handlingar är oacceptabelt och kommer omedelbart att åtgärdas genom samtal med den som brutit i respekt och om det anses nödvändigt med föräldrar/vårdnadshavare. Om samtal inte hjälper och kränkningar fortsätter blir konsekvenserna uteslutning.

4. RIKTLINJER FÖR LEDARE OCH TRÄNARE

SHK driver aktivt att ledare och tränare ska ha genomgått Skånes handbollsförbunds tränar och ledarutbildningar och uppmuntrar till fortsatt utbildning efter kravet om genomgången basutbildning. Det är av särskilt stor betydelse att ha kunskap om gruppdynamik, ledarskap och pedagogiska övningar när det gäller att leda, utveckla och

stödja barn och unga. Barn och ungdomsledare utövar stort inflytande över aktiva och fungerar som förebilder. SHK ställer sig bakom Skånes Handbollsförbunds styrdokument för utbildningsverksamhet vars övergripande mål är:

- ✚ att samtliga barn- och ungdomslag leds av för nivån välutbildade och kompetenta ledare och tränare
- ✚ att samtliga utbildningsaktiviteter leds av legitimerade och kompetenta instruktörer
- ✚ att samtliga tävlingsmatcher leds av för nivån välutbildade och kompetenta domare och matchfunktionärer
- ✚ att samtliga föreningar med barn- och ungdomshandboll på programmet, bedriver sin verksamhet enligt SHF:s policy för barn- och ungdomshandboll med inriktning på att behålla och utveckla barn och ungdomarna

För att svara upp mot denna höga ambition svarar SHK för kostnader förenade med tränar- och ledarutbildningar. Ledare som ännu inte har genomgått lämplig utbildning och efter upprepade uppmaningar inte visat intresse för att vidareutbilda sig kommer att befrias från fortsatt tränar- och ledaruppdrag.

Ledar- och tränaruppdraget handlar om många olika delar, varav aktiviteterna vid träningspassen tillsammans med barn och unga är en del. Den andra delen handlar om god planering och framförhållning. SHK strävar att i möjligaste mån ha minst två ledare per grupp. Planeringen handlar om att organisera verksamheten dels för hela säsongen, dels för de enskilda träningstillfällena. För säsongsplaneringen handlar det bland annat om att:

- ✚ Göra en tydlig rollfördelning bland ledarna
- ✚ Upprätta en spelarförteckning och hålla den uppdaterad
- ✚ Planera säsongen
- ✚ Ta del av erbjuden utbildning
- ✚ Genomföra en säsongsavslutning tillsammans med spelare och föräldrar

Träningarna ska kännetecknas av struktur och ordning. Ledare och tränare är förebilder vilket innebär att barn och ungdomar kommer att anpassa sig den nivå som respektive ledare och tränare väljer. Barn och unga tenderar att göra som vuxna gör. Tänk på att:

- ✚ Komma i god tid och utnyttja tiden väl
- ✚ Ha planerat träningen
- ✚ Vara ombytt till idrottskläder
- ✚ Se till att klockor och smycken är avtagna eller tejpade
- ✚ Håll en ordentlig uppvärmning
- ✚ Utgå från huvudprinciperna i **BRA**
- ✚ Ge mycket och tydlig återkoppling



- ✚ Spela mycket
- ✚ Engagera alla, prata med alla någon gång under passet. Låt alla bli synliga
- ✚ Undvik ironi då barn har svårt att förstå det
- ✚ Övrraska ibland med galna upptåg
- ✚ Se till att sjukvårdsväska finns tillgänglig

FÖRÄLDRAMÖTEN

SHK är en ideell förening vilket innebär att föräldrarna är en förutsättning för föreningens verksamhet. Genom att upprätta goda relationer till de aktivas föräldrar blir det på många olika sätt lättare för ledare och tränare att ägna sig åt handbollsträning och utbildning av spelarna genom att föräldrarna kan stödja de sociala aktiviteterna. Ledare bör arrangera ett föräldramöte per termin för att informerar om lagets verksamheter. Genom att utveckla relationerna till föräldrarna skapas förutsättningar för en aktiv föräldragrupp som kan utbilda sig till matchfunktionärer vilket måste finnas när barnen börjar spela seriespel på helplan, vara hallvärdar, ansvara för kioskverksamhet/ha lagkassa, ordna samåkning till matcher och cuper och inte minst vara entusiastiska supportrar vid matcher.

TOPPNING OCH NIVÅANPASSNING

Definitionen på "toppning" är man inför matcher sorterar i gruppen av aktiva och väljer ut de spelare som motoriskt och koordinationsmässig och fysiskt framstår som bättre än sina lagkamrater för att uppnå kortsiktiga resultat och inte låter alla vara med. SHK anser inte detta vara förenligt med barn och ungdomshandboll, alla som tränar skall få vara med och spela match om de vill.

Det som utvecklar barn och ungdomar till bättre handbollsspelare är att de får spela så mycket som möjligt. Ibland kan det vara lämpligt med en nivåanpassning både under träning och under matchspel. Nivåanpassning är inte att jämställa med toppning. Huvudsyftet med nivåanpassning är att barnen skall tycka att det är roligt och vilja fortsätta med idrotten och att spela matcher. Riksidrottsförbundet påpekar vikten av att verksamheten tar hänsyn till flickor och pojkars olika förutsättningar, behov och utvecklingstakt. Träning och matchspel måste stimulera spelare som befinner sig i olika utvecklingsskeden vilket innebär att nivån ibland måste anpassas till barnens olika förutsättningar. Utvecklingslogiken är att allteftersom barnen utvecklas skall de få större utmaningar. Fram till 12 års ålder kan flickor och pojkar träna och spela match i samma lag som ungdomslag. Enligt svenska regler kan flickor och pojkar spela tillsammans upp till 14 års ålder.

5. RIKTLINJER FÖR FÖRÄLDRAR

Klubbens verksamhet förutsätter föräldramedverkan. Genom att aktivt engagera sig i kioskverksamheten, fungera som matchfunktionärer, hallvärdar och chaufförer skapas sammanhang för barnen och ungdomarna. Inkomsterna från kioskverksamheten går oavkortat till lagkassorna och kan exempelvis användas till läger och cuper. Varje lag utser två föräldrarepresentanter som ansvarar för respektive lags verksamheter och ser till aktiviteterna blir jämnt fördelade. Föräldrarepresentanterna väljs för en spelsäsong.

För många föräldrar är barnens aktiviteter en källa till glädje, spänning, social samvaro med barnen och andra barns föräldrar men tyvärr ibland också frustration och ilska. SHK sätter stort värde på föräldrarnas engagemang och intresse för barnens verksamhet, samtidigt kan ibland engagemanget ta sig uttryck som inte är förenligt med ett barnperspektiv där barnens bästa står i centrum, tränarnas upplägg eller som positiv förebild. Föreningens uppmaning till föräldrarna:

- ✚ Låt ledarna sköta handbollsträning och aktiviteterna knutna till handbollsträning, matcher och cuper
- ✚ Ledarna pratar med och coachar ditt barn under träning och match
- ✚ Hjälp till och bygg ditt barns självförtroende och självbild genom positiv attityd
- ✚ Stötta alltid ditt barn om han/hon vill idrotta eftersom detta är en möjlighet till meningsfull fritid
- ✚ Följ med ditt barn på matcher så ofta som möjligt
- ✚ peppa alltid ditt barn att göra sitt bästa och kämpa väl
- ✚ Domare och måstandare är inte våra fiender, kritisera aldrig motståndare eller domare
- ✚ Ge aldrig ditt barn pengar för gjorda mål
- ✚ Glöm inte att det inom en åldersgrupp kan skilja upp till fem år mellan barnen rent mognadsmässigt och utvecklingsmässigt. Låt ditt barn utvecklas från den nivå han/hon befinner sig på
- ✚ Från 9 års ålder är barnet moget att klara träningspass utan föräldrars närvaro – det underlättar för ledarna

LUNDASPELEN

Lundaspelen en av världens största handbollturneringar för ungdomar arrangeras varje år mellan jul och nyår. Klubben är som många andra handbollsklubbar i regionen involverade i denna turnering. Det är viktigt att påpeka att detta är det enskilt viktigaste inkomstillfället för klubben.

Det förväntas att föräldrarepresentanterna från de olika lagen tillsammans med klubbens styrelse planerar för inköp och bemanning av kiosken, hallvärdar och sekretariat.



UTBILDNING

Klubben erbjuder alla intresserade föräldrar en funktionärsutbildning dvs. hur man hanterar matchprotokoll, tidtagning och rapportering.

6. ETISKA RIKTLINJER

POSITIV MÄNNISKOSYN, GODA ATTITYDER

Barns beteenden och attityder är oftast en spegling av de vuxnas. Det är därför oerhört viktigt att man som vuxen är medveten om vad man förmedlar till ungdomarna genom sitt tilltal och kommentarer. En positiv människosyn och stödjande attityd grundlägger en positiv grund hos barnen och ungdomarna:

- ✚ Barnen skall uppmuntras även när de misslyckas, vi vill ju att de försöker igen
- ✚ Bekräfta spelarnas insatser
- ✚ Respektera barnens åsikter, känslor och behov, respekt skall vara dubbelriktad
- ✚ Lyssna, visa förtroende och var saklig i kritiken
- ✚ Ledaren skall inte klaga på domaren
- ✚ Var sportslig, applådera goda insatser från motståndaren

KRÄNKANDE BETEENDE

Föreningen acceptera inte kränkande beteende såsom:

- ✚ Mobbing, trakasserier
- ✚ Rasism
- ✚ Yttringar av fördomar
- ✚ Användande av svordomar
- ✚ Trakasserier på grund av kön
- ✚ Sexuella trakasserier

Alla dessa beteenden skall direkt motarbetas och stoppas på plats. I de fall en förändring inte sker kommer detta resultera i uteslutning.

SUNDA VANOR

SHK delar Svenska handbollsförbundets drogpolicy och alla aktiviteter och sportsliga sammanhang ska kännetecknas av att de är drogfria. Ledare skall inför sina spelare uttrycka riskerna med droger och visa detta genom eget föredömligt uppträdande.

Sunda vanor innebär också att i samband med träningstillfällen tala om kost och matvanor. Genom att äta varierad kost och på regelbundna tider får den växande

kroppen i sig de näringsämnen som den behöver. I samband med träning är vatten den bästa törstsläckaren och i undantagsfall kan det vara befogat med tillskott som energidrycker om det är längre träningspass eller täta matcher som innebär att man inte hinner äta. Kroppssammansättning och vikt har i många sporter betydelse för prestation. Allt för mycket uppmärksamhet på kroppen riskerar enligt Riksidrottsförbundets kostpolicy att leda till för litet energiupptag. Det är således viktigt hur ledare, tränare och föräldrar talar om vikt, mat, prestation och utseende så att problem med ätstörningar undviks.

HOT OCH VÅLD

Det vore önskvärt att barn och ungdomsverksamheter vore befriade från alla former av kränkningar, hot och våld. Verkligheten ser dock annorlunda ut. Det förekommer att såväl aktiva som föräldrar och publik ibland i stridens hetta går över gränsen för vad som är acceptabelt. Alla former av hot och våld är oacceptabelt och ska motarbetas med alla medel. Lagledare och tränare är i första hand ansvariga för att aktiva i tränings- eller matchsammanhang inte uttalar några kränkningar eller hotar någon. En spelare som uttalat hotelser under träning eller match ska omgående avlägsnas från aktiviteten. Vuxna som uttalar hot eller visar våldsamt beteende ska avvisas från träningen/matchen. Matchvärdar, domare, ledare och andra föräldrar ska vara behjälpliga om så behövs. Hotelser ska polisanmälas. Är det en ledare eller tränare som uttalar hot eller uppvisar våldsamt beteende kommer vederbörande att anmälas till Skånes handbollsförbund.

7. REFERENSER

Att arbeta med värderingsfrågor

Barnkonventionen

Barn_ungdomshandboll

Kommunwebben_pdf_sport_fritid

Kostpolicy

Policy barnhandboll

Policy mot sexuella övergrepp

Sexuella trakasserier

Ta striden direkt



Röda Tråden

Våga vara moralisk