



Appendix 3

Vinröda Ledare

Styrdokument för LUGI Handbolls barn- och ungdomsledare

Föreningsidé

”En förening för hela familjen som förenar elit och bredd”

Vision

”Att vara Sverigeledande på herr- och damsida med många spelare från den egna ungdomsverksamheten”

www.lugihandboll.se



Vinröd ledare

LUGI Handboll är en av Sveriges största handbollsklubbar med ca 750 aktiva spelare, och ca 80 ledare/tränare. Att vara ungdomsledare/tränare i LUGI Handboll är ett uppdrag som ger mycket tillbaka i form av upplevelser, utmaningar, relationer, men som också innebär ett stort ansvar. Ungdomsledarna/tränarna är en av klubbens viktigaste personer och tas därför omhand i känd LUGI-anda.

- Spelarutbildningen ska genomföras med individen i centrum för att utbilda Vinröda Handballistas. Välutbildade individer är en förutsättning för sportsligt och socialt välfungerande lag.
- En Vinröd Ledare åstadkommer Vinröda Handballistas genom att följa den Vinröda Vägen och den Vinröda Träningsplanen.
- En Vinröd Ledare är:
 - en ledare som lever och brinner för att utbilda barn och ungdomar i handboll.
 - förberedd – säsongspanering, träningspanering, matchpanering m m
 - stolt över att tillhöra LUGI och är stolt över sin förening.
 - förändringsbenägen och utvecklingsbar vilket innebär att ledaren själv utvecklas efterhand som handbollen förändras.
 - en ledare som entusiasmerar och motiverar sina spelare att alltid vilja vinna varje kamp och som kan lära sina spelare att hantera motgångar genom att knyta handen och förändra situationen.
 - en socialt välfungerande individ i sitt lag och föreningen.
 - ett etiskt och moraliskt föredöme för sina spelare.



Innehållsförteckning

1 Riktlinjer för tränare och ledare	4
1.1 Ledartillsättning	4
1.2 Generella riktlinjer för ledare	4
2 Planering.....	5
2.2 Ledarplanering	5
2.3 Säsongspanering.....	5
2.4 Målsättningar.....	5
2.5 Matchplanering.....	6
2.6 Matchplanering.....	6
2.7 Försäsongsläger	6
2.8 Avslutningsaktiviteter	6
2.9 Spelarmöten.....	6
2.10 Föräldraplanering	6
3 Genomförande.....	7
3.1 Träningsprinciper	7
3.2 Matchprinciper	7
4 Uppföljning	8
4.1 Individuella samtal	8
5 Utbildning/utveckling.....	8
5.1 Kick-off	8
5.2 Ungdomsledarkonferens.....	8
6 Ledarskap	9
6. 1 Gränser	9
6.2 Motivation	9
Bilaga 1 Verksamhetsplan (mall).....	11
Bilaga 2 Informationsblad för nya ungdomsspelare	13
Bilaga 3 Uppgifter om nya spelare i LUGI Handboll (mall)	15
Bilaga 4 Utvecklingsamtal med ungdomsspelare (mall).....	16
Bilaga 5 Närvarokortsinstruktioner (mall)	17
Bilaga 6 Åtgärd vid idrottsskada	18
Bilaga 7 Rapportering av matchresultat	19
Bilaga 8 Spelarenkät – spelare som slutar i LUGI HF.....	20

1 Riktlinjer för tränare och ledare

En förutsättning för att lyckas utbilda handbollsspelare är att vara förberedd. Förberedd innebär att man uppnår framgångsfaktorer som kommunikation, ledarplanering och säsongspanering.

1.1 Ledartillsättning

UK:s målsättning är att ledartillsättningen ska vara klar så tidigt som möjligt, helst 31/4, så att nästa säsong kan påbörjas tidigt. Vid ett tidigt tillsättande av nya ledare kan sommaren användas för ledarna att hitta sina roller och förbereda den kommande säsongen. Nya ungdomsledare/tränare i LUGI genomför en informationsträff med representanter från UK och placeras, vanligtvis, i ett lag med erfarna ledare/tränare som kommer att fungera som stöd och vägledare.

1.2 Generella riktlinjer för ledare

Som ungdomsledare/tränare i LUGI Handboll förväntas du:

- agera med trovärdighet.
- vara samstämmig med vad du säger, vad du gör, och hur du är.
- utföra ditt uppdrag efter bästa förmåga.
- visa respekt och ödmjukhet mot dina spelare, föräldrar, ledarkollegor, motståndarlag.
- vara ärlig, tydlig och öppen i kommunikationen och relationen med spelarna och föräldrarna.
- utveckla ungdomars kvaliteter i att spela handboll och social utveckling, med klubbens riktlinjer och målsättningar som värdegrund.
- behandla alla spelare lika.
- bidra till att dina spelare får bestående positiva minnen av sin tid som ungdomsspelare i LUGI Handboll.
- vara ett föredöme för dina spelare bl a genom att visa respekt och ödmjukhet i all kommunikation med domare.
- motverka mobbning i vilken form den än må uppenbara sig och vilket uttryck den än må ta sig.
- ta ansvar för ditt lags föräldruppförande gällande kommentarer till motståndarlag och domare under matcher.
- aldrig dricka alkohol eller uppträda berusad i föreningens kläder.
- acceptera och aktivt verka för föreningens riktlinjer/målsättningar.
- tala väl om din klubb och i alla sammanhang agera som en ambassadör.
- vara en representant för klubben i alla klubbaktiviteter.
- delta i anvisade tränarkurser för att utvecklas i din roll som tränare/ledare.
- delta på de ungdomsledarmöten och konferenser du kallas till.
- aktivt verka för och saluföra föreningens aktiviteter såsom Lundaspelen
- så ofta det är möjligt ta med ditt lag på elitlagens hemmamatcher.

2 Planering

2.2 Ledarplanering

Ledarmöten genomförs minst innehållande rollfördelning, säsongspanering, målsättningar och föräldralagets uppgifter. Samtliga ledare i ett lag bör delta i beslut som har med laget att göra. Framgångsrika lag har en tydlig rollfördelning där alla ledare är delaktiga men även kan vara specialiserade inom ett visst område. UK utser vem som är ytterst ansvarig för laget men övriga roller kan vara träningsansvarig, matchcoachning, fystränare, tekniktränare, målvaktstränare, taktiktränare.

2.3 Säsongspanering

Inför varje ny säsong ska ledarna för varje lag göra en säsongspanering.

Säsongspaneringen ska innehålla;

- prestations- och processmål
- sociala mål
- matchplanering (serie, cup, DM, USM)
- försäsongsläger
- avslutningsaktiviteter
- ledarmöten
- spelarmöten
- föräldraplanering (körlistor, cupansvarig, Lundaspelen, närvarokort, lagkassa hemsidaansvarig)
- individuella spelarsamtal
- en kontaktlista inom laget som kan stämmas av mot medlemsavgifterna.

Säsongspaneringen föredras för kontaktpersonen i UK antingen såsom den är utformad eller som verksamhetsplan enligt bilaga 1 när den är fastställd.

2.4 Målsättningar

En av de viktigaste komponenterna för att lyckas såväl inom som utanför idrotten är att jobba med målsättningar. De bör vara mätbara, utmanande men realistiska, långsiktiga och kortsiktiga, nedskrivna och förankrade i gruppen. Det är av största vikt att man jobbar med processen att nå målen och att man efterhand, gärna i enkätform, utvärderar ordentligt. Många tränare fokuserar enbart på resultatmålen men egentligen är prestations- och processmål vägen att nå resultatmål. Det är viktigt att ha både individuella mål samt lagmål. Det är inte alltid dessa mål är förenliga på kort sikt.

Resultatmål – fokuserar på ett specifikt resultat i en tävling eller match, exempelvis att vinna en viss turnering, serie eller match. Om dessa mål uppnås påverkas inte enbart av dig själv utan även av din motståndares insats. Det innebär att du kan göra din bästa match någonsin men ändå inte vinna och därmed inte uppnå ditt mål.

Prestationsmål – fokuserar på att uppnå en viss prestation helt oberoende av någon motståndares insats, exempelvis att klara av att spela ett offensivt försvar en hel match eller att göra mål på 60 % av skotten. Dessa kan vara väsentliga mål som uppnås utan att matchen vinnas, men som i längden leder till uppsatta resultatmål.

Processmål – fokuserar på de individuella processer som utövas för att klara en prestation, exempelvis tekniska färdigheter såsom stegsättningar eller skottplacering.

Sociala mål – avhandlar målsättningar som syftar till att uppnå välbefinnande, gemenskap och laganda. Exempel på sociala mål är individens trivsel och att ingen spelare befinner sig utanför gruppen.

2.5 Träningsplanering

Planera träningen i förväg så att den överensstämmer med säsongspanering. Stöd för planeringen finns att hämta i Vinröd Träningsplan. Skriv ner din planering i det fall att någon annan behöver överta träningen.

2.6 Matchplanering

Det är viktigt att matchplanera och ta ut lag till såväl serier som cuper i god tid. Denna planering kan med fördel genomföras sex månader i taget avseende seriespelet eftersom nivåanpassning ska göras och motståndarnas nivå oftast är känd. Detta ger föräldrarna goda möjligheter att planera vardagen utanför handbollen också om denna matchplanering även innefattar körlista, funktionärer, domarvärdar, kioskansvariga m m. Det är en självklarhet att matchplaneringen måste justeras allt eftersom, beroende på återbud i form av sjukdom, skador m m.

2.7 Försäsongsläger

Alla seriespelande lag ska uppmuntras till att arrangera försäsongsläger. Det ägnas kanske främst åt teambuilding och laganda men i de äldre ålderskategorierna också åt fysträning. Att exempelvis hyra en fritidsgård eller att låna en sommarstuga är billiga alternativ som ger många möjligheter.

2.8 Avslutningsaktiviteter

Avslutningsaktivitet inom ramen för bollskolorna. Alla seriespelande lag uppmuntras till att arrangera avslutningsresor. En viss stegring på avståndet på resmålen rekommenderas. Lämpliga resmål återfinns i Vinröda Vägen, uppdelat på respektive ålderskategori. Alla resor ska alltid innehålla handboll, kultur och nöjen.

2.9 Spelarmöten

För att skapa samhörighet och inriktning mot samma mål är det viktigt med spelarmöten. Det är ypperliga tillfällen till utbildningar som dels kan avhandla handbollsteori eller att uppnå andra målsättningar för individ och lag såsom laganda, gemenskap, etik och moral m m.

2.10 Föräldraplanering

Det är viktigt att ha en bra kommunikation med föräldrarna. Detta kan lösas genom laghemsida, mail, telefon och/eller möte. Ledare ska arrangera regelbundna föräldramöten för att t ex informera om lagets verksamhet där säsongspaneringen utgör grunden för informationen. Vid ett föräldramöte ska ledarna dessutom presentera föreningens ungdomspolicy, Vinröda Vägen och Vinröda föräldrar.

En viktig målsättning med föräldraplaneringen är att organisera ”laget kring laget”. Exempel på rollfördelning är ansvariga för körlistor, cuper, Lundaspelen, närvarokort, lagkassa

laghemsida, lagsponsorer, matchvärdar/domarvärdar, kioskansvarig. Föräldrar som visar stort intresse för LUGI kan också slussas vidare inom klubben till andra uppdrag utanför egna laget.

Det är av största vikt att man som förälder tar upp eventuella problem och diskussioner inom laget med ledarna i första hand och med UK i andra hand.

Ett bra sätt att skapa stark föräldrasammanhållning är att tillsammans med spelare och föräldrar genomföra gemensamma aktiviteter såsom lagresa med föräldrar, löpning söndagar i Skrylle med föräldrar, knytkalas för föräldrar, middag i samband med elitmatch.

Föreningen arrangerar två föräldramöten. UK genomför ett med alla föräldrar till nioåringar när barnen börjar i seriespel och Herr- resp damseniorer med alla föräldrar och spelare i 14-årsåldern när de ska gå in i den seniorförberedande verksamheten.

3 Genomförande

3.1 Träningsprinciper

- Kontrollera om du behöver nyckel till hallen
- Kontrollera att du har en utrustad sjukvårdsväska
- Kom i god tid till träningen
- Var ombytt i idrottskläder.
- Ingen snusning eller rökning i samband med träning
- Ordentlig uppvärmning före träningen och stretching efter
- Alla smycken av alternativt tejpas
- Tänk på huvudprinciperna: aktivitetsgrad – undvik köbildning, bollkontaktsgrad och rolighetsgrad
- Överraska laget då och då med lite galna upptåg. Fånga dagen.
- Glädjen i centrum.
- Få spelarna att efterhand ta ansvar för sin egen träning.
- Få spelarna att alltid prestera sitt bästa.
- En positiv inställning till att träna hårt.
- Träningstiderna ska utnyttjas maximalt. Använd korridorer etc för uppvärmning, fysträning och omklädningsrum för samlingar.
- Målsättningen är att minst två ledare ska närvara per träning.
- Använd alternativ träning när halltiderna blir ”utbokade”. Halltiden får inte begränsa spelarnas möjlighet till utveckling. Exempelvis fysträning, annan idrott, teori, spelarmöte m m.
- Undvik bestraffning under träningen. Det finns många bättre sätt att hålla en varaktig koncentration.
- Kontakta gärna en av LUGIs elitspelare för ett besök på en av era träningar. Det är viktigt med förebilder och de har förhoppningsvis mycket att lära ut också! Med god framförhållning ställer elitspelarna gärna upp.
- För närvarokort enligt bilaga 5

3.2 Matchprinciper

- Kontrollera i förväg om du behöver nycklar till hallen
- Kontrollera att du har en utrustad sjukvårdsväska

- Uppträd alltid LUGI-klädd under matcherna
- Ta väl hand om motståndarlag och domare vid hemmamatcher
- Se till att uppvärmningsbollar finns på hemmamatcherna
- Inget godis och ingen kolsyrad läsk förtärs före och under match
- Ordentlig uppvärmning före match samt nerjogg och stretchning efter match
- För närvarokort enligt bilaga 5
- Genomför matchrapportering enligt bilaga 7

4 Uppföljning

4.1 Individuella samtal

Det individuella samtalets syfte är att skapa förtroende samt resultera i samhörighet och utveckling. Alla individuella samtal ska ske i dialogform, i en positiv anda och på ett konstruktivt sätt. Ett exempel på vad som kan tas upp återfinns i bilaga 4.

Ledaren bör med spelare, och förälder, från 9-10 års ålder ha individuella samtal minst en gång per säsong. Samtalet berör frågor om vad man är bra på och hur man trivs med handbollen.

Från 13-14 år tar man även ta upp vad man kan bli bättre på och hur detta ska ske.

I 15 års åldern genomförs ett mer omfattande utvecklingsamtal i syfte att bestämma inriktning och mål för den fortsatta handbollssatsningen.

När spelare väljer att sluta i LUGI HF ska spelarenkät enligt bilaga 8 fyllas i av spelaren och lämnas till tränaren som sedan vidarebefordrar till UK. Detta är ett led i förbättringsarbetet.

5 Utbildning/utveckling

Genom utbildning och att ledarna har en hög utbildningsnivå så kan vi ytterligare utveckla individer och förening. Målsättningen är att ha 100% av ledarna basutbildade.

Rekommenderad utbildningsnivå i övrigt för respektive ålderskategori framgår av Vinröd Träningsplan.

Ledarna uppmanas att ta del av utbildning, diskussioner och andra aktiviteter som erbjuds. Det är viktigt att vi är representerade på förbundskurser samt att vi i största utsträckning internutbildar alla ledare så mycket som möjligt. Ledarna anmäler sig till UK och kan där också söka bidrag till vissa specialkurser.

Alla lag rekommenderas att arrangera några ”lärgrupper” per år inom laget. Detta ger, förutom utbildning till ledare och spelare, även SISU-inkomster till föreningen som används till att skicka ledare på kurser och genomföra internutbildningar.

5.1 Kick-off

UK genomför i början av varje säsong en kick-off. Den kan bestå av både utbildning och social samvaro.

5.2 Ungdomsledarkonferens

Strävan är att UK i slutet av varje säsong arrangerar en konferens för ungdomsledarna. Det kan vara en konferensresa med varierande destination. På konferensen ges tillfälle till utbildning, diskussioner och social samvaro.

5.3 Funktionärer/föreningsdomare

Vi skall ha utbildningar som tillgodoser behovet av funktionärer och föreningsdomare. Vi skall varje säsong utbilda 2-4 funktionärer (föräldrar) per seriespelande lag, från D2-J. Vi skall varje säsong rekrytera minst 15 föreningsdomare, samt försöka få några av dem att fortsätta som distriktsdomare.

6 Ledarskap

Det är svårt att hitta en allmänt accepterad definition på ordet ledarskap men om man förhåller sig till själva ordet så kan man översätta det till något/någon som är skapt att anföras. Formerna för själva ledarskapet kan variera vilket vi eftersträvar genom att använda ett situationsanpassat ledarskap. Kravet på ledarskap förändras också i takt med att samhälle och människor utvecklas, vilket innebär att det sättet som jag utövade ledarskap på igår inte är aktuellt idag. Nedanstående bild visar den tyngdpunktsförflyttning avseende värderingar och attityder som LUGI eftersträvar.

Ledarskap förr

- hierarkisk förstetränare ”en bestämmer”
- kör på i samma hjulspår
- auktoritärt
- toppade lag
- fasta lag (toppat el stadsdel)
- handbollsträning
- påpekar fel
- deskriptiv stil ”så här är det”
- lär sig en plats för resten av livet
- kopiera de vuxna - 6-0 försvar
- kopiera de vuxna - kombinationer
- betonar disciplin
- ledarna gör allt

Ledarskap idag

- jobbar i ledarteam
- kursnavigerar ständigt
- situationsanpassat
- jämna lag el nivåanpassade
- rotation – fri representation
- allsidig motorisk rörelseträning
- ger positiv feedback
- pedagogiskt förklarande (frågepedagogik)
- alla spelar länge på alla platser
- spelar barnhandboll - offensivt försvar
- spelar barnhandboll – individuell teknik
- betonar spelförståelse
- föräldrar bidrar med administration

6.1 Gränser och rammar

Målsättningen är att alla i gruppen ska må bra, utvecklas och framför allt trivas med handboll. För att skapa trygghet i gruppen är det av största vikt att man sätter gränser för vad som är acceptabelt beteende och ej. Ju äldre spelarna är desto mer kan de delta i denna process. Om ramarna är tydliga känner individen trygghet. Om ramarna är tójbara blir individen orolig. Om individen går utanför ramen resulterar det i konsekvenser; förslagsvis samtal hem, tidsbegränsad avstängning och vid grovt upprepat olämpligt uppträdande, total avstängning. Det är betydligt effektivare att ha gemensamma överenskommelser för allas trivsel än att ha av ledarna auktoritärt satta regler.

6.2 Motivation

Motivation är ett begrepp som ger oss förståelse för hur en viss människa beter sig. Utifrån denna förståelse kan man sedan förstärka eller förändra beteendet beroende på hur högt önskat det är. De mest betydande motiven för ungdomsidrott är:



- **HA ROLIGT!** Glädjen i aktiviteten samt upplevelsen av sporten i sig själv. Detta är det absolut starkaste motivet för såväl ungdomar som seniorer på elitnivå.
- **UTVECKLING!** Att lära in och förbättra sina färdigheter samt att uppnå mål innebär att man känner att man utvecklas och känner sig värdefull.
- **DELAKTIGHET OCH LAGKÄNSLA!** Vi-känslan som infinner sig när man är tillsammans i laget gör att spelaren identifierar sig själv som en del av gruppen. Låt spelarna få vara med och påverka och pröva själva, individuellt eller i grupp. LUGI står för ett öppet och demokratiskt ledarskap där spelarna blir uppmärksammade på sina rättigheter och skyldigheter gentemot laget
- **TÄVLINGSMOMENTET!** Det kvittar om man tävlar om att göra mål i kontringsövningar, strafftävling eller något liknande. Vinnarinstinkten infinner sig direkt.
- **FYSISK OCH PSYKISK HÄLSA!**
- **BELÖNINGAR OCH SOCIAL STATUS!** Troféer, kontrakt, igenkännande och annan uppmärksamhet.
- **STIMULANS OCH ENTUSIASM!** Uppmuntra dina spelare även när de misslyckas, så vågar de försöka igen. Var noga med att ta fram och poängtera det som är positivt och bra istället för att fokusera på det felaktiga.
- **BEKRÄFTELSE!** Låt alla spelare vara synliga i gruppen och uppmärksamma deras insatser – ge mycket och tydlig feedback.
- **ÖMSESIDIG RESPEKT!** Respektera spelarnas åsikter, känslor och behov och du blir själv respekterad.



Bilaga 1 Verksamhetsplan (mall)

Verksamhetsplanen ska redovisas för kontaktpersonen i UK. Den är en nedbrytning av säsongsplanen och tydliggör förväntningar/mål och aktiviteter för ledare, spelare, föräldrar, och förening inför kommande säsong.

Ungdomslag:	
Ledarteam, representanter, roller:	
Förväntat antal spelare:	
Antal lag:	
Träningstillfälle:	
Träningsläger:	
Planerade cuper:	
Övriga handbollsaktiviteter:	
Planerade föräldramöte:	
Planerade föräldraaktiviteter:	
Övriga behov, utrustning etc	

Beskriv kortfattat lagets prestations-, process och sociala mål för kommande säsong

Beskriv kortfattat vilka viktigare aktiviteter ni planerar för/med spelarna och hur ni uppnår/genomför detta.



Beskriv kortfattat planerade aktiviteter för ert ledarteam (träffar, utbildningar, etc).

Beskriv kortfattat vilka aktiviteter/uppgifter du önskar stöd från förening, föräldrar, U-ordförande, etc.

Övriga synpunkter/funderingar

Lund, datum: _____

Namn: _____

Bilaga 2 Informationsblad för nya ungdomsspelare

Inledning

När en ny ungdomsspelare kommer till LUGI Handboll är det av stor vikt att spelaren och föräldrarna får information om hur verksamheten fungerar i laget, men även inom LUGI Handboll som helhet. Detta dokument är tänkt att fungera som ett ”kom-ihåg”dokument för ungdomsledaren i dennes diskussion med nya spelare och deras föräldrar i ungdomslagen. Information/kommunikation är en viktig del. Genom att tydligt informera om vad som gäller för laget kan många framtida missförstånd undvikas.

Mycket av det som nämns här återfinns även i Vinröda Vägen, som också bör lämnas till spelare/föräldrar.

Ledare/tränare

- Tele nr och e-postadresser till ledarna/tränarna i laget.

Träning

- Vilka dagar det är träning, och vilka tider (laghemsida).
- När säsongen börjar och slutar.
- Vilken utrustning spelaren ska ha med sig på träning/matcher.
- Ev. regler att höra av sig om spelare inte kan komma på träning/matcher.

Medlemsavgiften.

- Hur många ”prova-på” tillfälle nya spelare ges innan betalning (2-3 gånger).
- De olika medlemsalternativen (se hemsidan).
- Hur och när medlemsavgiften ska vara betald (se hemsidan).

Informationsrutiner

- Vilka informationsrutiner som laget använder sig av, typ hemsida/maillistor, osv.

Speluppläggning

- Vilka serier laget/lagen spelar i.
- Vilka cuper laget/lagen kommer att delta i.
- Vilka regler som gäller när en spelare är uttagen till spel, men inte kan närvara.
- Beskriv tydligt nivåanpassning, och hur detta läggs upp.
- Informera om träningsflit premieras med mer matchtid.
- Hur spelares positioner på planen bestäms.

Spelaruppträdande på planen

- Om spelares uppförande mot: medspelare, motspelare, domare och ledare.
- Åtgärder om uppförande inte fungerar.

Körning till bortamatcher.

- Förklara vilka rutiner som gäller, ev. körschema.
- Samlingsplats.



Matchkläder.

Förklara rutiner gällande:

- Ansvar för match-kläderna.
- Tvättning.
- Ev. ersättning om klädesplagg kommer bort.
- Vilken utrustning som ingår i medlemsavgiften.
- Regler om att använda matchkläderna privat.

Föräldrars roll

- Vilka som är lagföräldrar i laget.
- Vad föräldrar behöver hjälpa till med.
- Föräldrars "uppförande" under matcher.
- Föräldramöten.
- Gemenskapsfrämjande aktiviteter utanför planen.

Föreningsinformation

- Att all klubbinformation kan fås på <http://www.LUGIhandboll.se> och var man hittar styrdokumentet för ungdomsverksamheten



Bilaga 3 Uppgifter om nya spelare i LUGI Handboll (mall)

Kan användas till att få in nödvändiga uppgifter till laglista.

Obs! Skriv tydligt!

Namn:	
Tröj.nr:	
Personnr (10siffror):	
Adress:	
Post nr:	
Telefon:	
Mobil telefon:	
E-post:	
Föräldrar:	
Föräldrar:	

Bilaga 4 Utvecklingsamtal med ungdomsspelare (mall)

Syftet med utvecklingssamtalet är att utveckla kommunikationen med lagets spelare, och samtidigt få chans till personlig feedback. Vissa spelare har av olika anledningar lite svårare än andra att göra sig hörda. Tänk dock på att det är din spelare som är huvudpersonen, din roll som ledare är i huvudsak att lyssna. Nedan finns förslag på några punkter att diskutera. Anpassa och utforma förslagen till den åldersgrupp du är ledare för.

Aktivt deltagande

- Spelarens inställning.
- Från enkla mål som: att komma i tid, vara ombytt, ha rätt utrustning, till att använda egen initiativförmåga.

Prestation/färdighet

- Spelarens förmåga att utföra varje enskilt moment, samt viljan att alltid göra sitt bästa.

Samarbetsförmåga

- Förmågan att lyssna på ledare och kompisar.
- Förmåga att kunna hjälpa/uppmuntra sina lagkompisar.
- Att ha känsla för fair play.

Egen utveckling

- Spelarens förmåga att efter sina förutsättningar tillgodogöra sig träningen.
- Försök ta reda på om spelaren har högre/andra ambitioner än vad träningarna/matchningar erbjuder.
- Ge input till spelaren vad han/hon är bra på, men även vad som behöver utvecklas

Stämning/nivå i laget.

- Pejla läget med dina spelare, vad de tycker om träningarna och hur de uppfattar stämningen i laget.
- Lagets målsättning.
- Spelarens åsikter om ledarna och ledarskapet i laget.

Gör en sammanfattning av samtalet/en, och dela/diskutera denna information med de andra i ditt ledarlag.

Bilaga 5 Närvarokortsinstruktioner (mall)

Alla föreningar får bidrag av stat och kommun för sina ungdomsaktiviteter där varje närvarotillfälle per individ är värt en bestämd summa pengar. Detta innebär att noggrant ifyllda närvarokort som inlämnas vid rätt tillfälle är en viktig grundsten för föreningens ekonomi.

Korten ska vara korrekt ifyllda men se samtidigt till att ALLA samlingar kommer med inkl. A-lagsmatcher, lagträffar, träningar, seriematcher, resor, cuper etc. D v s all verksamhet där laget genomför aktivitet och träffas. Om instruktionerna nedan följs underlättar det kansliets arbete med att sammanställa närvarokorten. Närvarokorten finns på LUGIs hemsida (dokumentdepån).

1. Spelare får endast räknas som deltagare i ett arrangemang per dag.
2. Inga ledare ska inräknas i deltagarantalet om de är över 20 år
3. Sammanställningen till kommun och RF görs efter de aktivitetskort (närvarokort) som ni lämnar till mig, dessa ska arkiveras i fyra år på kansliet (Vi hade kommunal granskning för 2 års sedan, då togs alla kort in)
4. Aktivitetskortet: det ska vara minst 3 deltagare per aktivitet.
5. Aktivitetskorten ska ha spelarnas namn, födelsedata, vara numrerade 1, 2 etc., ha lagets namn samt vara underskrivna.
6. Aktiviteten ska ha datum, tid och innehåll.
7. På aktivitetskorten ska det vara nedräknat antalet deltagare.
Både nedåt och åt sidan där det ska fyllas i vilken åldersgrupp/flickor el pojkar laget tillhör.
8. Dela ej upp korten efter träningar, matcher etc. utan de ska följa datumordningen.
(kronologisk följd)
9. Har ni upp till 35 spelare räcker det med ett kort, över 35 dela upp på två kort.
Grupp 1 ska ha underskrivet av en ledare.
Grupp 2 ska ha underskrivet av en annan ledare.

Ewa på LUGIs kansli är kontaktperson för närvarokorten.



Bilaga 6 Åtgärd vid idrottsskada

Spelare i LUGI som har betalat medlemsavgift är också försäkrad via Folksam. Skulle en spelare bli olycksfallsskadad inom ramen för idrotten så ska skadan anmälas via telefonsamtal till;

08-772 87 40!

Skulle det behövas ytterligare information kring händelsen, så avgörs det vid samtalet med FOLKSAM och då får du komplettera uppgifterna via en blankett som skickas hem till dig. Det är viktigt att anmäla allvarliga skador som man eventuella kan få men av senare i livet



Bilaga 7 Rapportering av matchresultat

Matchresultat rapporteras via SMS till 72777

Meddelandet skall skrivas så här;

shf (matchnummer) (resultat hemmalag) (resultat bortalag) SÄND

Ex: shf 2100201004 22 26 -> Obs! > Matchnummer 10 siffror ->

Glöm ej mellanslag (totalt 3 stycken)

Protokoll lämnas ifyllda på kansliet för vidarebefordran till Skånes HF



Bilaga 8 Spelarenkät – spelare som slutar i LUGI HF

Namn: _____

Lag: _____

Mail & telefonnr: _____

Hur länge har du spelat handboll? Har du bara spelat i LUGI?

Varför slutar du spela handboll? (Tex. annan idrott, skolan tar för mycket tid, trivs inte osv):

Finns det något som LUGI kunde gjort annorlunda för att du skulle stannat kvar som spelare?

Skulle du kunna tänka dig att göra något annat i LUGI?

Ledare

Funktionär

Domare

Annat

Denna enkät skall användas i syftet att kunna ta hand om våra ungdomsspelare på bästa sätt samt att utveckla vår verksamhet.