



Vinröda Vägen

Styrdokument för LUGI Handbolls ungdomsverksamhet

Vår barn- och ungdomsverksamhet erbjuder en meningsfull fritidssysselsättning genom handboll i en socialt och fysiskt utvecklande miljö som tar hänsyn till individens förutsättningar och som fostrar engagerade samhällsmedborgare. Fokus är kampvilja och gemenskap där alla får vara med.

Grundläggande principer

Som förening inom ramen för Svenska Handbollsförbundet och därmed Riksidrottsförbundet är idrottens värdegrund en absolut självklarhet i LUGI Handboll. Det innebär bl.a. att FN:s konvention om barnens rättigheter gäller i sin helhet, några exempel att hålla i minnet vid t.ex. säsongspaneringen är att:

- Alla barn i verksamheten är lika värda, har samma rättigheter och ska behandlas med respekt. Alla har rätt till utveckling oavsett vilka grundförutsättningar man bär med sig.
- Vår verksamhet syftar till att ge ungdomarna en bra resa genom sitt idrottsliv, barnens bästa ska alltid styra hur vi utformar träning, tävling och social verksamhet.
- Delaktighet skapar motivation och därmed utveckling, låt ungdomarna komma till tals om verksamheten på ett sätt som känns meningsfullt för dem.

Målsättning

Att tillhöra LUGI Handboll är och ska alltid vara något alldeles extra. Vinröda Vägen är ett styrdokument vars främsta syfte är att tydliggöra föreningens principer och målsättningar för ungdomsverksamheten från bollförskola (1-4 år) till A-ungdom (15-16 år). Vinröda Vägen vänder sig till ledare, spelare och föräldrar inom LUGI Handboll.

Ungdomsverksamheten är basen i LUGI handbolls verksamhet. Ungdomsspelare i LUGI får träning både i handboll och sociala färdigheter, där viktiga inslag är att spelaren får övning i att umgås i grupp, och att lära sig ta ansvar för sig själv och andra. LUGI strävar efter att skaffa sig kvalificerade ledare, som är välutbildade och entusiastiska.

Spelarutbildningen ska genomföras med individen i centrum för att utbilda Vinröda ungdomar. Välutbildade individer är en förutsättning för sportsligt och socialt välfungerande lag.

För att åstadkomma Vinröda ungdomsspelare så ska spelarutbildningen följa den Vinröda handbollsvägen, d.v.s. en fysisk, teknisk och taktisk träningsplan.

LUGI HF avser fostra Vinröda ungdomsspelare som:

- är stolt över att tillhöra LUGI
- alltid vill vinna varje kampsituation
- är socialt välfungerande i ett lag
- står för sportslighet och kamratskap
- identifierar sig som handbollsspelare och lever hälsosamt
- fortsätter att engagera sig i LUGI

LUGI står för en positiv och humanistisk människosyn där alla människor är lika värda. Vuxna är föredömen med stor betydelse för barns och ungdomars beteenden och attityder. Alla tendenser till mobbning, rasism och kränkningar ska direkt motarbetas. Detta innefattar även sociala medier. Vinröda Stödet finns som stödfunktion för ledare, men även för föräldrar och spelare, vid svåra situationer.

Sportsliga riktlinjer

Individen i centrum

För att nå så nära optimal utveckling som möjligt är det av största vikt att sätta individen i centrum då ungdomarnas utveckling till hängivna och välutbildade Vinröda handbollsspelare är viktigare än lagets resultat. Det är ledarens uppgift att skapa förutsättningar för att utveckla så många individer som möjligt så långt som möjligt. Alla spelare ska handbollsmässigt stimuleras och utvecklas på den nivå där de befinner sig. En viktig princip är också att individen ska utvecklas till att fungera väl i en grupp samt att känna en stark tillhörighet till sin förening.

Vinnarattityd

En Vinröd ungdomsspelare vill vinna varje kamp och varje match. Attityden att vilja vinna ska uppmuntras från tidig ålder. Vinröda ungdomsspelare och tränare uppträder alltid sportsligt gentemot domare, motståndarlag och tränare samt sina medspelare.

Alla ska ges förutsättningar att delta

Alla ungdomsspelare som tränar ska beredas plats att spela i något lag. För de spelare som inte når representationslagen som seniorspelare finns alltid LIGU som

alternativ. När spelare slutar ska de ges möjlighet att delta i föreningen på annat sätt t.ex. ungdomsledare, domare, kommittéledamot, arbeta med Lundaspelen m.m.

Träningsinriktning och åldersanpassning

När man tränar barn och ungdomar är det viktigt att man vet när kroppen är som mest mottaglig för olika typer av träning. Man får dock inte glömma att det inom varje årskull kan finnas enorma skillnader i fysisk och mental utveckling beroende på om barnet är fött tidigt eller sent på året. Fenomenet kallas RAE (Relative Age Effect) inom forskningen. En uppenbar fara med RAE är att tolka tidig fysisk mognad som att per definition vara talang medan vi t.ex. riskerar att tolka ett barn född senare på året, eller med senare fysisk tillväxt, som mindre talangfullt. Därför väljer vi i LUGI alltid att i första hand jämföra en individ med sig själv över tid, snarare än att jämföra en denne med andra spelare i laget. Att lyckas få fram s.k. "late bloomers" är en kvalitet att värdera högt!

Nivåanpassning

Definitionen på nivåanpassning är att välja nivå på träning och matchande som stämmer överens med spelarens mognads- och utvecklingsnivå.

Den viktigaste metoden vid seriespel är att ledaren tar ut ett lag som motsvarar kvaliteten på motståndet och att alla uttagna spelare får mycket speltid. Våra Vinröda ungdomar utvecklas till starka handbollsspelare om de spelar mentalt och fysiskt tuffa, men jämna, matcher.

Vid träning kan nivåanpassning ske genom att man genomför antingen samma övning eller olika övningar med olika svårighetsgrad. Oftast finns det lösningar för att ge varje individ en utmaning på dennes nivå utan att dela upp gruppen i olika kompetensnivåer men undantagsvis kan det finnas en poäng med sådana uppdelningar. Undvik situationer där spelare fostras in i en självbild som "A-gänget" eller "B-uppställningen", det tjänar varken ungdomarna eller klubben långsiktigt på. Forskningen är mycket tydlig angående s.k. talangidentifiering; det går inte att peka ut en blivande elitspelare före gymnasieåldern. I LUGI ägnar vi oss åt därför åt bred spelarutbildning och undviker att gissa vem som eventuellt "kommer att bli nåt".

Nivåanpassning är icke önskvärt i cuper utan vi väljer som regel att ta ut jämnstarka lag ur den trupp vi har tillgänglig. Främst p.g.a. att vi sällan vet hur starkt motståndet kommer bli. I LUGI vill vi hellre anmäla fler lag i cuper (med relativt få avbytare) än färre lag med många spelare. Anledningen är såklart att man lär sig mer av att agera på planen än av att sitta på bänken och vänta på att bli inbytt.

Toppling, d.v.s. att ensidigt utnyttja ett fåtal spelare, för att uppnå kortsiktiga resultat, är inget som ger vare sig laget eller spelarna någon långsiktig utveckling. Att coacha på det viset innebär att de redan duktiga får mer tid för utveckling och att övriga får mindre möjlighet att bli bättre. Lagets kortsiktiga resultat (dagens

seriematch eller cup) är utan tvekan sekundärt jämfört med långsiktig utveckling - att utveckla så många som möjligt, så bra som möjligt, så länge som möjligt.

Detta innebär också att i LUGI är fasta lag inte tillåtet, d.v.s. att samma lag spelar matcher i cuper och seriespel, match efter match. Den vanligaste orsaken till att spelare slutar med lagidrott är att de inte har kul och att få spela mindre och känna sig mindre värd är inte kul.

Samarbete över laggränser

Att samarbeta över laggränserna, t.ex. att träna tillsammans, låna spelare eller ha gemensamma sociala aktiviteter, är viktigt för att det inte ska bildas "klubbar i klubben" och istället skapa en kombination av lagkänsla och klubbkänsla.

Samarbete över laggränserna kan också ske av rent praktiska skäl vid t.ex. en turnering eller när man anmäler seriespelande lag.

Klubbens policy är att de spelare som har förutsättningar för att klara av, och som själva vill, ska få lov att prova på att träna och spela med en äldre årgång så att de stimuleras i sin utveckling. Det är dock viktigt att påpeka att spelarna ska klara av alla förutsättningarna för att delta i det äldre lagets träningar, matcher och aktiviteter (fysiskt, socialt och mentalt). Denna kommunikation kring enskilda spelare sker i första hand alltid mellan ledarna i de aktuella lagen. Därefter tillfrågas/informerar spelare och föräldrar. UK ska informeras om spelare permanent flyttas upp till ett äldre lag.

Grundläggande principer för seriespel, cuper och USM

Seriespel

Varje årgång ska ha så många lag anmälda till seriespel att alla som tränar ska få spela ungefär lika mycket totalt sett över hela säsongen. Seriespelet är en del av träningen där laguttagningen ska vara nivåanpassad vilket innebär att fasta lag inte är tillåtet. Lagen ska tas ut efter kvalitet på motståndet så att det alltid blir jämna matcher. LUGI uppmanar alla lag att anmäla sig till seriespel i rätt ålder. Om det föreligger skäl som gör att man vill flytta upp en åldersklass ska detta alltid förankras i UK först. Det är inte tillåtet för lag som spelar minihandboll att anmäla sig till seriespel på större plan.

Cuper och "etwas kultur"

Alla LUGI-lag ska delta i Lundaspelen och Partille Cup. Val av cuper i övrigt ska motsvara den kompetensnivå där laget för tillfället befinner sig. Välj kortare resor med färre övernattningsnätter i unga åldrar och öka successivt så att det finns spännande utmaningar i framtida resor med laget. Att resa med LUGI är en gammal tradition och är en viktig del av handbollsutbildningen. Se till att det gamla LUGI-uttrycket "etwas kultur" också finns med på era resor, d.v.s. ta chansen att

upptäcka mer än handbollshallen på era resor, utbilda om lokal kultur och historia. Prata gärna med andra ledare och utbyt erfarenheter om vilka cuper som ni kan rekommendera. Åk gärna tillsammans med andra lag från föreningen på cuper för att öka samhörigheten mellan lagen.

USM

LUGI ska ställa upp i samtliga USM-klasser. Föreningen står för bidrag till resa, boende och mat för lag i rätt ålder enligt gällande policy "USM Kostnadsmall". De lag som vill får delta i USM i fel åldersklass. Deltagandet är till för att skaffa sig nyttig erfarenhet av den här typen av cupspel. Deltagandet genomförs då på lagets egen bekostnad.

LUGI uppmuntrar de lag som har möjlighet, t.ex. tillräckligt antal ledare, att ställa upp med flera lag i USM. De anmälda lagen ska då hålla en jämn nivå och alla spelare som tas ut till ett USM-steg ska garanteras speltid under helgen.

Som ledare är det viktigt att ha en genomtänkt och tydligt kommunicerad tanke bakom hur man planerar att genomföra USM-spelet. Det är också viktigt att försöka dämpa betydelsen av turneringen. Det är först i U18 som LUGI har som målsättning att vinna mästerskapet.