

SPÅRVÄGEN HF

”Blå Tråden”

Uppdaterad version 2013-04-30





Innehåll

1. Vad innebär "den blå tråden"?	3
2. Målsättning	3
a) Handbollsskolan	3
b) Flickor D	3
c) Flickor C.....	3
d) Flickor B.....	4
e) Flickor A	4
f) Damjuniorer	5
g) Utvecklingslag.....	5
h) A-laget.....	5
3. Föreningen	6
a) Ledare.....	6
b) Spelare.....	6
c) Föräldrar	7
4. Organisation	8
a) Ungdomskommittén	8
b) Elitkommittén.....	8
c) Arrangemangskommittén	8
d) Marknadskommittén.....	8
 Bilaga 1 –SHF-	 9



Vad innebär "den blå tråden"?

I Spårvägen HF Stockholm är en fastställd målsättning för vår verksamhet en självklarhet. De mål och de riktlinjer som anges är delvis av övergripande karaktär, d v s de gäller för hela verksamheten och är anpassade till olika åldersnivåer. Ledare, spelare och förälder ska alltså med den här nedskrivna målsättningen kunna förstå hur verksamheten är uppbyggd. Genom att kunna se utvecklingen från nivå till nivå förstår vi också bättre hur aktiviteterna passar in i helhetsbilden. Med andra ord, vår blå tråd löper från yngsta till äldsta åldersgrupp, och hela vägen upp i klubbens seniorlag. Vår strävan är att ha nivåanpassade lag i varje åldersgrupp t.o.m. A-flickor, detta skapar förutsättningar för barn och ungdomar med lägre ambitionsnivå att finna en plats i föreningen.

Målsättning

Handbollsskolan

- Vänder sig först och främst till barn i åldrarna 6 till 8 år
- Åldersindelade grupper
- Alla får vara med.
- Ledare med utbildning för barn eller med annan dokumenterat färdighet
- Inga toppningar.
- Alla bör spela lika mycket.

Flickor D

- 9-10 år vid säsongens början
- Spelarna bör skifta platser ofta.
- Inga toppningar
- Försöka att få så många som möjligt intresserade av handboll.
- Tekniken är viktigare än resultaten.
- Ledare utbildade enligt förbundets riktlinjer för åldersgruppen OSV i de övriga åldersgrupperna
- Engagera föräldrarna i verksamheten.
- Ha roligt.

Flickor C

- 11-12 år vid säsongens början
- Lag i Nivå 1 i seriespelet
- Enstaka toppningar kan förekomma. Eventuellt A-slutspel är ett exempel, C-ungdoms-DM ett annat. För övrigt ska lagen matchas "socialt".
- Teknisk betoning på skott, passningar och genombrott, samt att komma i fart.
- Ledare utbildade enligt förbundets riktlinjer för åldersgruppen
- Engagera föräldrarna i verksamheten.
- Spelarna är med och arbetar fram lagets målsättning, avseende individuella prestationsmål samt laggemensamma prestationsmål dessa ska följas upp löpande under säsongen.
- Ha roligt

Flickor B

- 13-14 år vid säsongens början
- I seriespelet försöker vi undvika toppning om det inte gäller upp- eller nedflyttning.
- Lag i Nivå 1 i seriespelet
- I slutspelet toppar vi för att vinna.
- På turneringar försöker vi blanda toppningar med principen att alla ska få vara med. Bestäm vad som gäller vid varje enskilt tillfälle.
- I U-SM deltar föreningen med det äldsta laget. Laget ska matchas så att bästa möjliga resultat uppnås.
- Tekniskt skall vikten ligga på samarbete två och två, samt individuell teknik.
- Ledare utbildade enligt förbundets riktlinjer för åldersgruppen
- Engagera föräldrarna i verksamheten.
- Spelarna är med och arbetar fram lagets målsättning, avseende individuella prestationsmål samt laggemensamma prestationsmål dessa ska följas upp löpande under säsongen.
- Ha roligt

Flickor A

- 15-16 år vid säsongens början
- Lag i Nivå 1 i seriespelet
- Vi spelar för att vinna. I såväl slutspel som turneringar kan yngre spelare förstärka för att öka segerchanserna.
- Vi skall tillhöra topplagen i Stockholm och vara konkurrenskraftiga även mot Sverigeeliten i U-SM.
- Ett socialt alternativ bör finnas parallellt.
- Träningen övergår till mer systemtänkande. Spelarna ska klara av att lösa situationer och problem kollektivt.
- Den individuella tekniken är fortsatt högt prioriterad.
- I U-SM deltar föreningen och inte laget. Det innebär att vi ska ställa upp med bästa möjliga lag för åldersklassen. Laget ska sedan matchas så att bästa möjliga resultat uppnås.
- Teoretisk utbildning ingår.
- Spelarna utbildas föreningsdomare.
- En enklare ledarutbildning ska genomföras.
- Några blir instruktörer på handbollsskolan.
- Ledare utbildade enligt förbundets riktlinjer för åldersgruppen
- Engagera föräldrarna i verksamheten.
- Spelarna är med och arbetar fram lagets målsättning, avseende individuella prestationsmål samt laggemensamma prestationsmål dessa ska följas upp löpande under säsongen.
- Ha roligt

Damjuniorer

- Elitinriktat. De bästa spelare.
- Vi ska tillhöra Sverigeeliten och konkurrera om en plats i SM-slutspelet för juniorer.
- Större vikt läggs vid fysisk träning & träningsintensiteten ökar.
- Turneringar utomlands om ekonomiska förutsättningar finns.
- Samträningar med Damlaget.
- Spel i Team Stockholm.
- Kvalitet är ordet som skall genomsyra verksamheten.
- Ett lärlingssystem ska sedan hjälpa de bästa juniorerna över till den hägrande seniorverksamheten. Målet är att någon eller några juniorer ska kunna ta steget upp i seniortruppen varje år.
- I J-SM deltar föreningen och inte laget. Det innebär att vi ska ställa upp med bästa möjliga lag med för åldersklassen godkänd ålder. Laget ska sedan matchas så att bästa möjliga resultat uppnås.
- Ledare utbildade enligt förbundets riktlinjer för åldersgruppen
- Engagera föräldrarna i verksamheten.
- Spelarna är med och arbetar fram lagets målsättning, avseende individuella prestationsmål samt laggemensamma prestationsmål dessa ska följas upp löpande under säsongen.
- Ha roligt

Team Stockholm

- Skall bestå av ambitiösa & talangfulla spelare som vill satsa på elithandboll.
- Laget är en symbios mellan junior- och A-lagsverksamheten
- Ledare med steg 3 utbildning skall eftersträvas
- Målsättning är minst Div 1 spel.
- Ha roligt

Damlaget

- Helt elitinriktat.
- Spelarna är med och arbetar fram lagets målsättning, avseende individuella prestationsmål samt laggemensamma prestationsmål dessa ska följas upp löpande under säsongen. Här sätts även resultatmål.
- Laget skall tillhöra Sverigetoppen och utveckla kompetens för Europaspel.
- Ledare på hög nationell nivå
- Ha roligt

*** För att hålla spelare skadefria i alla åldrar och kunna utveckla spelare, krävs en mycket god fysik. Handbollsträningen består till stor del av åldersanpassade fysträning (koordination, rörlighet, balans, kondition, snabbstyrka, stabilitet, teknik)*

Åldersanpassade fystester genomförs inför varje säsongstart och varje säsong avslutning, valfritt om man även genomför en halvsäsongstest. Tester genomförs för att kunna ge återkoppling till spelare på sin egen utveckling.



Föreningen

- Skall skapa förutsättningar genom att arbeta ihop ekonomiska, personella och praktiska resurser för att bedriva verksamheten elitmässigt. Det krävs pengar, välutbildade och duktiga ledare, samt tillgång till hallar och bra material.
- Medlemsavgiften går till huvudföreningen, medan spelaravgiften täcker delar av kostnaderna för hallhyror, ledare, administration, försäkringar osv.
- Vidare tillkommer cafeteriadagar, lotterier m m för att ytterligare stärka föreningens ekonomi.
- Föreningen skall stå för en miljö som gör att de ungdomar som söker sig till föreningen trivs och stannar kvar. Julfesten, gemensamt träningsläger, Eken Cup m m är några arrangemang som kan användas till detta syfte.
- Föreningen skall ta vara på sina medlemmar, oavsett ålder. Det finns alltid något att göra. Ledaruppdrag, domare, funktionär, materialförvaltare, kommittéledamot o s v. Det gäller att ta vara på all den kunskap och rutin som finns inom föreningen.
- Föreningens tar utgångspunkt i vår Verksamhetsidé (Vision och värderingar). Vi förväntar oss att ledare och spelare uppvisar ett beteende som överensstämmer med föreningens värderingar.

Ledare

- Ledaren är en förebild för spelarna. Han/hon skall uppträda på ett lugnt och balanserat sätt gentemot det egna laget, motståndare och domare. Dålig förlorarmentalitet och gnäll på planen beror inte sällan på att ledaren genom sitt beteende uppmuntrar till det.
- Ledare skall behandla alla spelare lika utifrån deras egna förutsättningar & behov, oberoende av vilka handbollskvaliteter de har. Den som är bäst i handboll ska inte ha någon stjärnroll, utan var och en har rätt till feedback med utgångspunkt från dennes personliga förutsättningar.
- Samarbete och kämpatag skall alltid uppmuntras. Om alla spelare bildar sig en positiv uppfattning om sig själva och sin kunskap, så kommer också alla spelare att känna sig delaktiga i lagets spel och eventuella framgångar.
- Ledare i lagen ska regelbundet (minst 1 gg i månaden) skriva något på lagets hemsida eller på Spårvägens Facebooksida, gärna även med bilder.
- Tonen vi använder är alltid positiv, vi recenserar lagets egen insats, skriver vi om motståndarlaget är det för att berömma dem, detsamma gäller domare, sekretariat eller andra föreningar.
- Fr.o.m. första års B-flick ansvarar ledarna för att dokumentera lagets beteendexempel på Spårvägens värderingar. (*Se underlag för spelarsamtal*)

Spelare

- Det är Du som spelar i Spårvägens färger som genom ditt uppträdande och Dina insatser på och utanför planen skapar föreningens goda rykte. Att delta i en lagsport ställer särskilda krav på Dig som deltagare. Du har ett ansvar gentemot Dina kamrater att ställa upp på träningar och matcher - båda är lika viktiga. Och framför allt, det blir mycket roligare om man är många på planen.



- Vi förväntar oss att Du alltid försöker göra Ditt bästa, samt att du följer och lyder de råd och anvisningar Du får av Dina ledare. När du är A-flicka skall du dessutom genomgå en enklare ledarutbildning, samt döma som föreningsdomare.
- Värvingar kan förekomma från A-flicknivå och uppåt. Yngre spelare som själva tar kontakten är naturligtvis alltid välkomna.
- Om någon av våra ungdomar vill sluta spela handboll, ska lagledningen ta reda på orsaken. Vi försöker motivera spelaren att fortsätta säsongen ut.
- Den som slutar spela ska tillfrågas om fortsatt engagemang i klubben som t ex ledare, tränare, domare, funktionär...,
- Genom att dra paralleller mellan handboll och skolan kan vi underlätta skolarbetet. Den anda av fair play, kampvilja, planering och god ordning som vi inom föreningen strävar efter, kan lätt överföras på skolarbetet också. Vi skall uppmuntra att alla våra spelare sköter sitt skolarbete, samtidigt som träningen prioriteras. Detta fungerar om spelare lär sig att planera och prioritera sin (fri)tid.

Föräldrar

En förutsättning är att föräldrar engagerar sig i föreningens verksamhet för att det ska fungera. Och då menar vi inte bara ekonomiskt, utan i första hand genom att Ni stöttar och hjälper våra ledare och spelare och hjälper till med att tvätta matchställ någon gång/säsong. Medverkar i A-lagets arrangemang någon gång/säsong

Som förälder förväntas du att:

- vara stödjande, intresserad, omtänksam och förstående!
- alltid vara positiv och uppmuntra vid förluster!
- ställa krav på uppträdande vid matcher, men kräv inte vinst!
- visa initiativförmåga och hjälp gärna till med aktiviteter kring laget!
- hjälpa till med att undvika kollisioner mellan skolan och handbollen!
- se till att spelarna alltid meddelar eventuell frånvaro!
- ställa upp med transporthjälp till matcher
- arbeta i cafeteria, samt vid arr. som t ex Elitlagets matcher.
- delta i föräldramöten som lagledningen anordnar.
- hjälpa till att tvätta matchstället någon gång/säsong.
- uppträda sportsligt vid träningar och matcher!
- inte uttala sig ofördelaktigt om/till spelare och ledare i laget/föreningen
- synpunkter på domare, ledare & spelare i andra lag samt andra föräldrar framförs till företrädare för Spårvägen



Organisation

Spårvägen består av en alliansförening med ett stort antal självständiga föreningar inom många olika sporter varav vi är Spårvägen HF Stockholm. Vi är organiserade på följande sätt, styrelse om lägst fem ledamöter, elitkommitté, ungdomskommitté, arrangemangskommitté och marknadskommitté.

Ungdomskommittén

- Organiserar verksamheten i åldersgrupperna upp till och med Damjunior (DJ).
- Minst två lag i varje åldersgrupp.
- Samarbete mellan åldersgrupperna.
- Ett prioriterat mål är att tränarna skall ha den utbildning som krävs för respektive åldersgrupp.
- Från föräldragruppen utses en eller flera lagledare.
 - o Exempel på övriga nödvändiga arbetsuppgifter
 - Web-master
 - Kafeteriaansvarig
 - Ekonomiansvarig för lagkassa
- En gång per månad arrangeras ungdomsledarmöten för utbyte av tankar, idéer, synpunkter, övningar och samverkan mellan ungdomslagen.

Elitkommittén

- Elitverksamheten leds av denna kommitté på styrelsens uppdrag
- Under elitkommittén hör Damlaget samt Teamstockholm.
- Ledarna skall ha en mycket hög kompetens, och bör ha gått förbundets högsta stegutbildning.
- Samarbetet mellan Damlaget, Team Stockholm och Damjuniorlaget är av högsta vikt, varför Damlagets taktiska träning även skall genomsyra både Utvecklings- och Damjuniorlagets verksamhet.
- Allt för att optimalt utveckla unga talanger till fullfjädrade seniorspelare.

Arrangemangskommittén

- Ansvarar för Elitarrangemangen

Marknadskommittén

- Ansvarar för marknadsföring av föreningen

2011-12-29
Kjell Windahl
Ordförande Spårvägen HF Stockholm



Bilaga 1.

Inom Svensk Handboll skiljer vi på barn-, ungdoms- och vuxenhandboll. Barnhandboll utövas av barn upp till tolv år. Inriktningen på hur barnhandboll ska utövas kännetecknas av en individuell, motorisk utveckling med lek som arbetsmetod och med bollen som redskap.

Träningen av barn ska kännetecknas av:

- hög aktivitetsgrad
- hög bollkontaktsgrad
- hög rolighetsgrad

Barnhandbollsmatcher ska under de första åren genomföras

- på minihandbollsplaner (20 x 12m), för första års D-ungdom och yngre
- med mindre mål (2,0 x 1,7m), för första års D-ungdom och yngre
- med färre antal spelare på planen (4 utespelare)
- med anpassade regler (SHF:s regelbok för minihandboll)
- med en utbildad minihandbollsdomare (matchledare) med uppgift att leda matchen och samtidigt lära barnen reglerna.
- enligt principen att alla skall spela lika mycket och att spela på olika positioner
- med för respektive åldrar anpassade bollar
- så att barnen får möjlighet att tävla, vinna och förlora utan fokusering på resultat och serietabeller

Långsiktig färdighetsutveckling

Barnhandboll kännetecknas av en långsiktig individuell färdighetsutveckling. Försvarsspelet skall vara ”fritt spel” eller ”man –man spel” på minihandbollsplan. På stor plan spelas 3-3 eller andra försvarsspel med flera spelare utanför frikastlinjen. Anfallsspelet kommer av sig självt. Det gäller att göra mål. Färdigheterna dribbla, passa-fånga och skjuta mål ska tillämpas. På minihandbollplanen spelas helt fritt anfallsspel. På stor plan spelas fritt anfallsspel följt av en period 4-2 spel. När det känns för trångt med fyra stycken 9 metersspelare kan 3-3 spelet påbörjas.

För att behålla barn inom vår verksamhet är det viktigt att tillgodose barnens behov och att verksamheten genomförs på barns 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, känna glädje och vinna matcher, men också lära sig förlora
- ha roligt, är det inte roligt stannar man hemma

Appropå toppning osv,,,

Förening kan bli avstängd från bidragsgivning och återbetalningsskyldig

- om barn/ungdomar inte ges plats i föreningens verksamhet på grund av kön, politiska, religiösa, etniska eller sexuella skäl
- om barn inte får tillträde i lag eller grupper på grund av att uppenbar elitverksamhet bedrivs