



Reseberättelse: "Specialkaravanen" hösten 2013!

Allting är riggat och klart inför den allra första lektionen på vår resa. Vi handbollsinstruktörer står med ansiktena ut emot planen och förbereder oss med upplägg och övningar, innan barnen kommer till lektionen. Men då blir vi helt plötsligt avbrutna av att en liten flicka ifrån årskurs 2 som står och drar i en av våra landslagsjackor som säger:

"Om du undrar varför jag är så snabb så är det för att jag spelar fotboll, sen sprang hon, i hyperfart, 4 varv runt hallen."

Inom några minuter är hallen full av barn och vi inser att det här kommer bli tuffa och intensiva veckor men samtidigt att det kommer bli grymt roligt!

Under fem veckor den gångna hösten har Handbollskaravanen verkat som "Specialkaravanen" där vi utfört punktinsatser hos handbollsföreningar som behövt extra hjälp med rekrytering av barn till sin verksamhet. Vi har varit på och runt följande platser i Sverige:



Samling och introduktion för lektion, förväntansfulla barn med många frågor var genomgående vid alla samlingar.

- | | | |
|--------------|--------------|---------------|
| • Öland | • Östersund | • Frillesås |
| • Kalmar | • Klagshamn | • Ullared |
| • Västervik | • Tomelilla | • Helsingborg |
| • Oskarshamn | • Vellinge | |
| • Strömsund | • Simrishamn | |
| • Hammerdal | • Mörrum | |
| • Orrviken | • Hyltebruk | |



Flexibilitet: Målburar var inte en självklarhet i alla hallar vi besökte. Detta ska inte vara ett hinder för att spela handboll med barnen. Ribbstolar, bommar, hinkar, konor och tejp går att använda som målburar. Lite idéer och flexibilitet är det enda som behövs för att bedriva handboll för alla.

Alternativa spelformer: Handboll måste inte spelas inomhus och framförallt inte när solen skiner. Ytan man får med utomhushandboll är fantastisk. Man kan göra övningar som "jag och bollen" med mycket Studsa-Kasta-Fånga i olika former.

Dessa övningar hade vi återkommande på alla lektioner med fokus på mycket bollkontakt.



I Orrviken var planen 13x10m där vi använde fantasin för att kunna använda vår skottduk.



Är inte handboll en vacker idrott?

Leken i fokus: Ett mycket viktigt inslag under resan har varit att leken och glädjen alltid ska finnas med på lektionerna. Detta så att barnen får en positiv och rolig upplevelse. Lekar är även ett bra hjälpmedel att bygga laganda, samarbete och speluppfattning vilka alla behövs i handboll.



Leken i fokus med hjälp av övningen Tunnelboll vilket även ger fantastiskt samarbete hos gruppen.



Förebilder är viktigt inom idrotten så vi instruktörer fick så klart skriva många autofrafer.



Det är viktigt att barnen har roligt tillsammans under lektionerna.



Allt som behövs för att spela är en boll.



En positiv laganda går det att börja bygga tidigt i åldrarna.



Lite av det material som delats ut på de skolor vi besökt under dessa 5 veckor.



Instruktörerna färdigpackade, klara för avfärd och redo för att spela handboll.

Upplägget: Det vi har viljat förmedla till barnen har i korthet berättats med hjälp av bilder ovan men här följer också vårt upplägg kring lektionerna:

- 50 minuters lektioner
- Prata med barnen i samband med samling och avslutning
- Jag och bollen (mycket bra övning eftersom alla får mycket bollkontakt)
- Tunnelstafett (viktigt för samarbetet och koordination)
- Exempel på stationer: kasta mål på en skottduk, enkel teknikbana, kasta på bouncern och enklare variant av doppboll
- Det behöver inte vara svårare än såhär
- ✓ B-R-A Bollkontakt, Rörlighet, Aktivitet!

” Vi har bytt övningar och avslutat lektionen när barnen fortfarande haft som roligast ”

Sammanfattningsvis har vi besökt ca 20 skolor och träffat ca 1 200 barn under denna ”Specialkaravan”. I samband med detta har vi spridit det vi gjort via Facebook, Twitter och genom lokaltidningar för den ort vi besökt. Vi har haft ett bra och roligt upplägg och blivit positivt bemötta på samtliga platser vi varit på. Det har varit fantastiskt glädjerikt att arbeta med detta under 5 veckor.



Handbollskaravanen är Svenska Handbollförbundets största rekryteringsverksamhet och har funnits sen 2009 och har hämtat sin inspiration ifrån ett liknande projekt ifrån Danmark. Idag finns projektet tack vare medel ifrån Idrottslyftet och dess huvudsponsor Stadium. Projektet arbetar med ett intimt samarbete mellan skolor och föreningar och har verkat i hela landet, från Ystad till Kiruna. Handbollskaravanen i kort:

- ✓ Syftar till att få fler barn och ungdomar prova på att spela handboll. Målet är att 10% av de barn som provar på ska börja spela handboll i föreningsverksamhet.
 - handbollen ska vara en rolig och lustfylld idrott
- ✓ Består av utbildande handbollsinstruktörer som besöker skolor och introducerar handboll i årskurs 1-5.
- ✓ Varje skola får ett rekryteringskit bestående av:
 - 10 bollar, 20 västar, bollnät, visselpipa, sportväska samt övningshäfte med enkla övningar i handboll.

Kopplat till detta har projektet andra "Karavaner":

Lärarkaravanen innebär att vi lär ut allt grundläggande inom handbollen med pedagogiska och metodiska tips samt roliga bollövningar. Denna karavan riktar sig mot alla som jobbar inom skolväsendet

Ledarkaravanen är till för de allra första ledarna, exempelvis föräldrar som vill bli aktiva ledare.

Streetkaravanen är en enkel och rolig form av handboll som spelas utomhus, på skolgården eller "hemma på gatan", med enkla regler där alla kan vara med. För att utveckla och sprida projektet Handbollskaravanen ska skapa vi ytterligare en stöttepelare:

För att utveckla och sprida projektet Handbollskaravanen skapar vi ytterligare en "karavan": I samband med landskamper kommer Handbollskaravanen närvara med skolbesök på de orter som landskamperna spelas. Instruktörer ifrån Handbollskaravanen kommer även finnas på plats i, eller i anslutning, till arenan med "prova på" aktiviteter.

Bakgrunden till denna nya "Karavan":

"Under olika handbollsmästerskap ökar det allmänna intresset enormt och fler barn kommer till landets handbollsföreningar för att prova på att spela handboll, landslagens framgångar med dess förebilder påverkar barn väldigt mycket. En slutsats av detta är att när landslagen spelar, och framförallt bra, så ökar barn och ungdomsverksamheten ute i föreningarna.

För att utveckla Svensk barn och ungdomshandboll ytterligare ska Karavanen därför arbeta mer inriktat emot uppmärksamheten kring landslagen. Det ska finnas en närmare samverkan mellan rekryteringsverksamheten och handbollens förebilder, dvs våra landslagsspelare."

- Tony Carlsson, Projektledare Handbollskaravanen