**Sportslig plan Sømna IL håndball 2018 - 2020**

1. **Introduksjon**
2. **Hovedmål - flest mulig lengst mulig**
3. **Delmål**

*A. Avdelingen*

*B. Utøver*

*C. Trenere*

*D. Foreldrene*

*E. Dommere*

*F. Ledere*

*G. Skadeforebygging*

**4) Organisering Drift**

A. *Sømna-ånd*

*B. Støtteapparat*

*C. Informasjon*

**5) Sportslig utvalg**

**6) Mål og retningslinjer**

*1. Introduksjon*

**Håndball i Sømna skal være samlende, utfordrende og artig!**

**Håndballgruppa i Sømna IL har ansvar for å gi et sportslig og sosialt treningstilbud til barn og unge fra 9 år og oppover, tilpasset de enkelte spillere i alle årsklasser.**

Dette oppnår vi gjennom å utarbeide rammer for treningstilbudene, ved å ha kompetente trenere og ledere, og ved å samarbeide med de foresatte til spillerne.

Sømna ILhar som motto: «Flest mulig lengst mulig». Derfor er det viktig at håndballgruppa tilbyr sportslige utfordringer gjennom et sosialt og trygt miljø for alle alderstrinn.

Formålet med en sportslig plan er å sikre spillerne et trygt og utfordrende treningsmiljø.

Med utfordrende menes et miljø som gir utviklingsmuligheter for alle spillere, ut fra de forutsetningene den enkelte har.

Målet er også å gi trenere/ lagledere en innsikt og forståelse i retningslinjer for arbeid med aldersbestemte lag.

Et annet mål er å sikre spillerne kontinuitet i treningsarbeidet selv om de skifter trener/ lagleder.

Sportslig sett skal planen være et verktøy for å:

1. Skape et strukturert tilbud som gir gradvis progresjon i aktivitetsnivå og ferdighetsutvikling.
2. Gjøre tilbudet mer likt fra år til år uavhengig av hvem som utgjør støtteapparatet rundt laget.
3. Gjøre det attraktivt å være spiller/ trener i Sømna IL håndballgruppa.

*2. Hovedmål*

Målsettingen for håndballgruppa er å gi et positivt aktivitetstilbud til barn og unge i Sømna.

Gjennom trening, kamper og samvær på og utenfor banen, skal utøverne utvikle individuelle ferdigheter og samspill, både sportslig og sosialt.

Jag etter prestasjoner skal ikke vektlegges, alle skal gis muligheter til utvikling ut fra sine forutsetninger.

Instruksjon skal preges av faglig kvalitet.

Håndballgruppa omfatter aldersgruppen fra 9 år og oppover.

I alderen 13 - 15 år er det et ønske om å få spillere med på Sone-samlinger*.*

For å oppfylle målsettingen, er det en forutsetning at ledere på alle nivå gis rimelige rammevilkår. Det gis derfor tilbud om skolering*.*

Håndballgruppa følger hovedverdiene til Håndballforbundet: Begeistring, Innsatsvilje, Respekt, Fair Play.

*3. Delmål*

**Håndballgruppa:**

Sømna IL håndballgruppa skal gi et lekfylt, utfordrende og spennende tilbud til spillere, trenere, dommere og tillitsvalgte.

Sportslig: Vi ønsker å gi alle våre spillere utvikling ut fra egne forutsetninger, ønsker og behov.

Alle aktiviteter skal gjennomføres på et høyt håndballfaglig nivå. Alle skal føle at de blir sett, verdsatt og ivaretatt.

Håndballgruppa i Sømna IL satser på alle.

**Utøvere:**

Sømna IL håndballgruppa skal gi den enkelte spiller de beste muligheter til å utvikle egne ferdigheter både sportslig og sosialt. Ingen skal sitte på benken gjennom en hel kamp.

**Trenere:**

Sømna IL håndballgruppa skal ha motiverte, skolerte og fornøyde trenere med best mulig håndballfaglig og pedagogisk kunnskap. Trenerne skal være gode rollemodeller og forbilder for sine utøvere. Trenerne skal derfor ha fokus på gode holdninger både under kamp og trening.

Sømna IL håndballgruppa ønsker at trenerne på alle lag tar utdannelse.

Alle trenere skal ha trenerkontrakt og politiattest.

Trenerkontrakten fås hos leder i klubben.

**Foreldre:**

Den viktigste ressursen i klubben er foreldrene. Sømna IL håndballgruppa ønsker engasjerte foreldre som er trygge på at deres barn/ungdom er en del av et positivt miljø, der den enkelte blir tatt vare på og får utvikle seg ut fra sine forutsetninger.

Foreldrene er viktig for at klubben skal kunne gjennomføre planlagt dugnadsarbeid og dermed sikre en stabil økonomi. Vi ønsker også at foreldrene er bevisst Foreldrevettreglene og følger dem.

**Dommere:**

Sømna IL håndballgruppa skal ha motiverte dommere med høy håndballfaglig og pedagogisk kunnskap. Dette får vi gjennom jevnlig skolering og kurs gjennom Norges Håndballforbund. Dommerne skal få støtte og veiledning hos dommerkontakt og ledelsen i klubben.

**Ledere:**

Sømna IL håndball skal ha ryddig organisering og økonomi, engasjerte ledere og støtteapparat. Styret holder jevnlige møter, der det føres møtereferat som publiseres på heimesida til klubben.

**Skadeforebygging:**

Sømna IL håndballgruppa har målsetting om null skader på utøvere som medfører trenings- eller kampfravær. Dette betyr at trenerne skal tilpasse treningsmengden/belastningen til hvert enkelt nivå, og drive forebyggende trening.

Utøverne skal oppmuntres til å drive med flere idretter og at flest mulig fortsetter lengst mulig.

*4 - Organisering - drift*

**Sømna-ånd**

Trenere, lagledere, styret og foreldrene går foran med et godt eksempel i alle konkurranser. Bare positive tilrop og positiv/konstruktiv veiledning høres.

Vi aksepterer ikke protester, kjeftbruk og krenkende tilrop til dommere eller spillere, verken fra benken, fra spillere, eller fra tribunen.

Lagledere hilser på andre lagledere, sekretariat og dommere, og gir dommerne informasjon hvis det er spesielle forhold han/hun bør være klar over.

Vi ønsker hverandre «lykke til/god kamp» med et smil eller et nikk.

Usportslig opptreden eller protest mot dommeravgjørelser skal umiddelbart gi opphold på benken.

Først etter kampen kan trener gi tilbakemelding til dommerne. Alle tilbakemeldinger skal være saklige og konstruktive, og gis på tomannshånd med dommeren.

**Organisering av håndballgruppa:**

Sømna IL håndballgruppa er ansvarlig for all aktivitet knyttet til håndball i idrettslaget. Vi har et eget styre som rapporterer direkte til styret i hovedlaget. Styret består minimum av leder, nestleder, kasserer, sekretær, dommerkontakt, materialforvalter, IT-ansvarlig og leder for økonomigruppa og kampgruppa.I tillegg har styret en økonomigruppe som er ansvarlig for inntektsbringende arbeid, og en kampgruppe som er ansvarlig for organisering av kamparrangement og reiser.

Sportslig utvalg har det overordnede ansvaret for all sportslig aktivitet i håndballgruppa.

**Organisering av lag:**

* Alle lag skal minimum ha 2 trenere (hovedtrener over 18 år)
* Oppmann kan velges blant de foresatte på hvert lag opp til og med 16 år for de som ønsker det.

Trenere og eventuelle oppmenn skal delta på obligatorisk møte 2 ganger pr sesong.

**Informasjon:**

Informasjon om aktiviteter for hvert lag gis skriftlig på Facebook eller via SMS.

Muntlig informasjon til spillerne kan gis på treninger. Det er et lederansvar at all informasjon kommer til alle heimene/spillerne.

Det skal arrangeres foreldremøte for 10-årslagene hver høst.

Trenerne skal ha et oppstartsmøte for spillere/foreldre ved sesongstart hver høst.

*5 - Sportslig utvalg*

**Treningsgruppen:**

Alle som spiller håndball i Sømna IL håndball skal tilhøre en treningsgruppe der spilleren har aldersmessig tilhørighet.

Dette kan fravikes etter avtale med trenerne/sportslig utvalg.

Dersom et lag har for få spillere, kan dette laget låne av alderstrinnet under. Treneren på dette laget avgjør hvem som lånes ut.

**Hospitering:** Spillere som er klare til å prøve seg på et høyere nivå, skal få anledning til dette. Trenere på de lagene det gjelder, gjør avtaler om dette. Avtalene må avklares med de foresatte.

Trener på det enkelte lag skal fortløpende informere leder om alle tilganger og avganger.

**Sportslig utvalg har følgende kjøreregler:**

Sportslig utvalg må nøye vurdere konsekvensene av å ta inn utøvere fra andre lag, hvis dette betyr at utøverens eget lag blir nedlagt.

Nye utøvere går inn på lag med utøvere i samme årgang som de selv er født i.

Utøvere som får klarsignal til overgang til oss fra andre lag, må selv sørge for å melde overgang.

Sømna IL håndballgruppa dekker *ikke* overgangsgebyrfor utøvere som kommer til klubben.

**Aktivitets- og utviklingsplan utarbeides av sportslig utvalg og godkjennes av styret.**

*6 - Mål og retningslinjer 9 - 12 år*

Vi ønsker å skape et godt håndballmiljø med samhold og lagånd.

I utgangspunktet organiseres lagene med aldersblanding, men trenerne kan vurdere hva som fungerer best ut fra den konkrete spillergruppen.

Alle spillere som deltar aktivt på trening skal spille tilnærmet like mange kamper, og spilletiden skal fordeles mest mulig likt.

*6 - Mål og retningslinjer 13 -16 år*

Alle som tas ut til kamp skal spille. Spilletid og kamper skal deles mest mulig likt, men innsats på trening vektlegges.

Spillere kan trekkes opp på høyere aldersnivå, men ved kollisjon av kamper skal spillerne delta på det laget de aldersmessig tilhører. Dette må være avtalt i god tid før kamp.

Vedtatt i styremøte 18.01.2018