



Norges
Håndballforbund
Region Øst



Norges
Håndballforbund
Region Øst



Gjensidige

REMA 1000

Informasjonsmøte

INTERSPORT LOPPETASSEN
INTERSPORT 4'ER HÅNDBALL

6-7 ÅR + 8-9 ÅR

Agenda

1. Spilltilbudet 6-9 år
2. Hvem kan spille?
3. Påmelding/avmelding
4. Min Håndball / appen
5. Arrangement
6. SoMe og streaming
7. Intensjonen med barnehåndball
8. Barnehåndballens verdier
9. Trening og kamp
10. Spilleregler
11. Samarbeid med foresatte
12. Barnehåndball på nettet
13. Trenerkurs
14. ~~Corona-19~~



Spilltilbudet 6-9 år 2021-22

Spilltilbudet 6-9 år: 4'er

Loppetassen

Klasser: B06 - født 2015

Klasser: J07, G07 og B07 - født: 2014

Intersport 4'er Håndball

Klasser: J08 og G08 - født 2013

Klasser: J09 og G09 - født 2012

Spilletid:

1 x 15 minutter | Faste kamptider i alle runder

Ballstørrelse:

6-7 år = 00/Mikro mykball

8-9 år = 00/Mikro

Husk riktig ballstørrelse i alle årsklasser

Tips til bestilling kan dere få via:

nhf.ron@handball.no

BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT:

a) Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år og først og fremst i egen klubb.

Spilltilbudet 6-9 år: 4'er

Rundedatoer Intersport Loppetassen

Bronserunde: 20. eller 21. november 2021

Sølvrunde: 15. eller 16. januar 2022

Gullrunde: 12. eller 13. februar 2022

Stjernerunde: 19. eller 20. mars 2022

Rundedatoer Intersport 4'er

Runde 1: 25. eller 26. september 2021

Runde 2: 23. eller 24. oktober 2021

Runde 3: 27. eller 28. november 2021

Runde 4: 22. eller 23. januar 2022

Runde 5: 05. eller 06. mars 2022

Runde 6: 02. eller 03. april 2022

Påmelding åpnet 3. august for alle rundene

Påmeldingsfrist

20.10.2021

01.12.2021

19.01.2022

16.02.2022

Påmeldingsfrist

01.09.2021

29.09.2021

27.10.2021

01.12.2021

02.02.2022

09.03.2022



Spilltilbudet 6-9 år: 4'er

Kom i god tid med
(riktig) utfylt spilleliste!

<https://www.handball.no/regioner/region-ost/kampaktivitet/barnehandball-6-12/loppetassen/#Spillerliste>

<https://www.handball.no/regioner/region-ost/kampaktivitet/barnehandball-6-12/intersport-4er/#Spillerliste>



SPILLERLISTE INTERSPORT LOPPETASSEN

Leveres i hovedsekretariatet ved ankomst

Husk:

- Forbered alle godt før kampene, send info som klubben mottar på mail – videre til foresatte, og sett et oppmøtetidspunkt for laget ditt som er i god tid før innmarsj
- Innmarsj formiddag: **09:40** | Innmarsj ettermiddag: **14:10**
- Innmarsj avslutning formiddag: **13:20** | Innmarsj avslutning ettermiddag: **17:50**
- Alle lag skal være med på innmarsj før kamper og premieutdeling etter kamper
- Dere kan ha med inntil åtte spillere per lag, vi anbefaler maks fem-seks
- Det registreres ikke mål eller resultat i barnehandball. Det skal heller ikke være fokus på dette internt i lagene. Foresatte og andre supportere må hjelpe trenerne med dette
- Foreldre skal være på tribunen for å heie på laget. Det er kun lagledere på benken som kommuniserer med spillerne på banen
- Ha en god dialog med de flinke og ferske dommerne 😊

LAG: _____ KOMMUNE: _____
(el. Bydel)

Ansvarlig leder: _____ Telefon: _____

Leder: _____ Telefon: _____

FORNAVN (STORE BOKSTAVER)	FØDSELSÅR



SPILLERLISTE INTERSPORT 4'ER

Leveres i hovedsekretariatet ved ankomst

Husk:

- Forbered alle godt før kampene, send info som klubben mottar på mail – videre til foresatte, og sett et oppmøtetidspunkt for laget ditt som er i god tid før første kamp
- Alle lag skal være igjen for premieutdeling etter kamper i runde 3 og 6
- Dere kan ha med inntil åtte spillere per lag, vi anbefaler maks fem-seks
- Det registreres ikke mål eller resultat i barnehandball. Det skal heller ikke være fokus på dette internt i lagene. Foresatte og andre supportere må hjelpe trenerne med dette
- Foreldre skal være på tribunen for å heie på laget. Det er kun lagledere på benken som kommuniserer med spillerne på banen
- Ha en god dialog med de flinke og ferske dommerne 😊

LAG: _____ KOMMUNE: _____
(el. Bydel)

Ansvarlig leder: _____ Telefon: _____

Leder: _____ Telefon: _____

FORNAVN (STORE BOKSTAVER)	FØDSELSÅR

Hvem kan spille?

§ 15 Deltagelse i flere klasser:

Spillere som ikke har fylt 16 år kan bare delta i sin egen offisielle aldersklasse og den offisielle klassen som ligger umiddelbart over, samt den mellomliggende uoffisielle klassen.

Aldersklasser defineres slik:

Barneklasser:

Klassene J/G 6, 7, 8, 9,10 og 11

Yngre aldersbestemte klasser:

Klassene J/G 12, 14, 16, 18 (Lerøy) og 20 (junior)

Se egne bestemmelser i de ulike klassene for bruk av f.eks. jenter på guttelag og motsatt.

Bestemmelser om barneidrett:

c) Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge, Norden og Barentsregionen. Før dette kan de ikke delta i konkurranser/cuper utenfor egen region.

Hvem melder på?

- Ha gode rutiner i klubben – f.eks. et Årshjul
- Gjerne en intern (tidligere) påmeldingsfrist
- Gjøres i TA (TurneringsAdmin) og SA (SportsAdmin)
- Påmelding gjøres av LEDER i klubb, ikke av lagledere eller trenere
- Fargebetegnelser på lagene: Jeg gjør endringer 😊
- Vi starter med kamp-bygging umiddelbart etter påmeldingsfristen
- Ventelister: Lag settes inn dersom andre trekker seg (Arrangørlag/Mix*)



Og hvem melder av?

- Trekkingen gjøres av leder i klubb – eller denne på kopi
- Trekkingsgebyr 1000,- pr lag for trekking etter påmeldingsfristen - påmeldingsavgiften refunderes ikke
- Konsekvenser for alle om dere trekker lag
- Har dere med flere lag samme sted?
- **Arrangørlag/Mix**
- Regionen MÅ ha beskjed: Nhf.ron@handball.no
- Samme dag / kvelden i forveien; Både arrangør og NHF RØ
- Oppgi alltid klasse og pulje: F.eks. J08-31



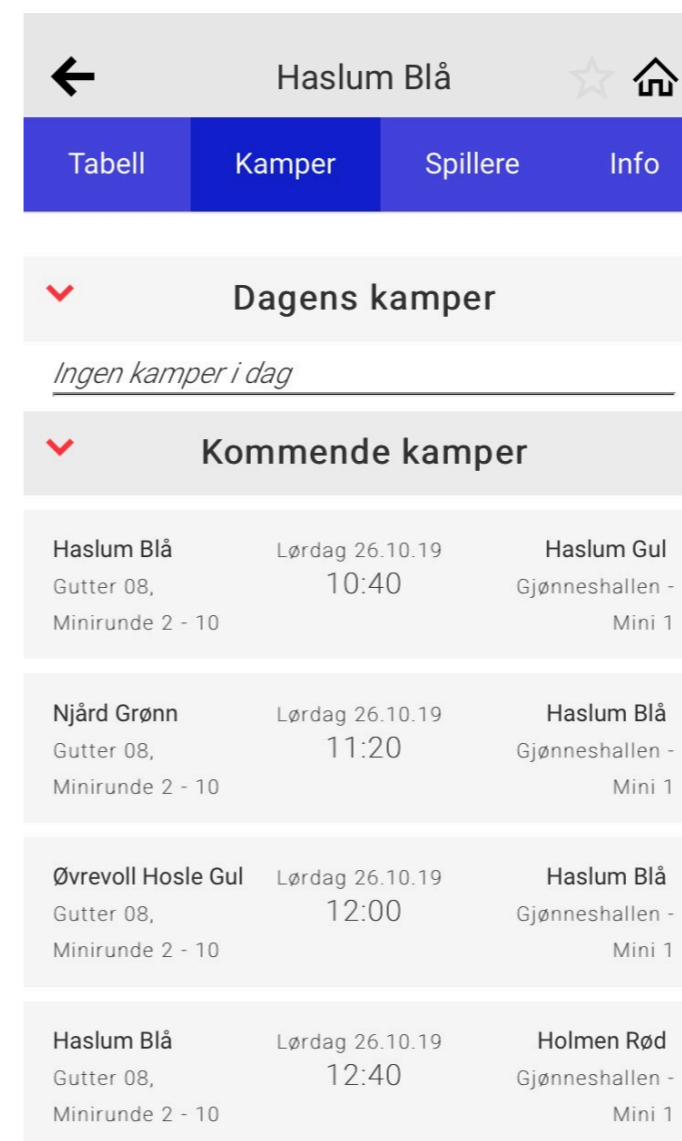
MinHåndball – appen du må skaffe deg

Den enkleste måten å finne kampene på

- Spiller, trener, eller supporter
- Legg inn dine favorittlag
- Oppdatert informasjon om kommende kamper og endringer
- Synk med kalender på mobilen
- **Dersom du bruker appen uten å logge inn,** kan du velge å følge lag, og holde oversikt over lagenes kamper og resultater
- Melde skade via portalen til Gjensidige

Dersom du er pålogget med din Min idrett-bruker:

- Ha kontroll på spillerstaller og kamptropper, samt registrere resultat og mye mer.
- Krav om dette kommer først i J/G 13 år



Haslum Blå			
Tabell	Kamper	Spillere	Info
Dagens kamper			
Ingen kamper i dag			
Kommende kamper			
Haslum Blå Gutter 08, Minirunde 2 - 10	Lørdag 26.10.19 10:40	Haslum Gul Gjønneshallen - Mini 1	
Njård Grønn Gutter 08, Minirunde 2 - 10	Lørdag 26.10.19 11:20	Haslum Blå Gjønneshallen - Mini 1	
Øvrevoll Hosle Gul Gutter 08, Minirunde 2 - 10	Lørdag 26.10.19 12:00	Haslum Blå Gjønneshallen - Mini 1	
Haslum Blå Gutter 08, Minirunde 2 - 10	Lørdag 26.10.19 12:40	Holmen Rød Gjønneshallen - Mini 1	



Arrangement | Intersport Loppetassen

- Frist for å søke: 1. juni hvert år / Oslo i april
- Ca. 80 arrangørklubber
- NHF RØ lager kampoppsett (fast)
- Høytidelige rammer med krav til arrangør
- Innmarsj - Kom alltid i tide - husk spillerlister
- Utmarsj – Vær igjen til slutt
- Speaker, kiosk og lekeområde
- Maskot og lotteri
- Informasjon til gjestende lag (navnpåklubb@ronhandball.no)
- Det må søkes om egne turneringer (utenom sesong)

Tidspunkter:	Formiddag	Ettermiddag
Innmarsj:	09:40	14:10
Presentasjon av lagene:	09:45	14:15
Start kamp 1:	10:00	14:30
Start kamp 2:	10:20	14:50
Start kamp 3:	10:40	15:10
Start kamp 4:	11:00	15:30
Start kamp 5:	11:20	15:50
Start kamp 6:	11:40	16:10
Start kamp 7:	12:00	16:30
Start kamp 8:	12:20	16:50
Start kamp 9:	12:40	17:10
Start kamp 10:	13:00	17:30
Siste kamp slutt:	13:15	17:45
Ny innmarsj og oppstilling:	13:20	17:50
Medalje/premieutdeling:	13:25	17:55
Takk for i dag:	13:35	18:05

Arrangement | Intersport 4'er runde

- Frist for å søke: 1. juni hvert år / Oslo i april
- Ca. 80 arrangørklubber
- NHF RØ lager kampoppsett (fast)
- Høytidelige rammer med krav til arrangør
- Kom alltid i tide – husk spillerlister
- Premieutdeling runde 3 + 6: Vær igjen til slutt
- Speaker, kiosk og lekeområde
- Maskot og lotteri
- Informasjon til gjestende lag (navnpåklubb@ronhandball.no)
- Det må søkes om egne turneringer (utenom sesong)

Tidspunkter:	Formiddag	Ettermiddag
Start kamp 1:	10:00	14:15
Start kamp 2:	10:20	14:35
Start kamp 3:	10:40	14:55
Start kamp 4:	11:00	15:15
Start kamp 5:	11:20	15:35
Start kamp 6:	11:40	15:55
Start kamp 7:	12:00	16:15
Start kamp 8:	12:20	16:35
Start kamp 9:	12:40	16:55
Start kamp 10:	13:00	17:15

Premieutdeling i Intersport 4'er Runde 3 og 6

Bruk av sosiale medier

- Samtykke fra alle på bilde/video
- Bruk nettvett
- Fokuser på glede og utvikling, ikke resultater
- Ikke hets eller skriv nedlatende om andre
- NIF sitt regelverk må overholdes ved Streaming:
- <https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/personvern-i-idretten/artikler/publisering-av-bilder-og-video-av-barn/>
- <https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/personvern-i-idretten/artikler/streaming-og-live-oppdateringer-av-idrettsarrangement/>



Intensjonen med barnehåndball

- Det skal være inspirerende, motiverende og gøy å spille håndballkamp
- Ha fokus på innsatsvilje, prestasjoner og fremgang – ikke resultat, taktikk og «systemer»
- Jevne kamper er morsomt for begge lag, og ingen bør vinne med mer enn fem-seks mål
- Alle lagledere har ansvar for at begge lagene har scoret mål ved kampslutt
- Lagleder for det dominerende laget har ansvar for at kampen blir jevn og morsom for begge lag
- Det er en målsetting at hver enkelt spiller skal ha flere ballkontroller i løpet av kampen, og at alle spillerne oppmuntres til å skyte mot mål
- Stor dominans fra enkeltspillere bør begrenses. Disse kan få ekstra utfordringer/oppgaver; spille fri andre, prøve nye spilleplasser, finter osv.

Barnehåndballens verdier

- **Håndball for alle!**
 - Alle skal få et godt håndballtilbud tilpasset sitt behov, modning og ferdigheter
 - Alle spillere er like mye verdt
 - Mestring og læring – både alene og i samspill med andre. Tilpass aktiviteten
 - **Barnehåndball skal være sosialt 😊 = Sosial kompetanse**
 - Dyrke vennskap og knytte sterkere sosiale bånd mellom barn
 - Felleskap utenfor banen. Samhold og miljø. Harmoni og trivsel
 - Dette er viktige punkter å vektlegge som trener, lagleder og foresatte
- **Barnehåndball skal være trygt!**
 - Nulltoleranse for mobbing
 - Alle skal vite at de er velkommen til håndballaget
 - Alle trenger oppmerksomhet, noen mer enn andre
 - Alle skal bli sett, verdsettes og ivaretatt
 - Som trener må du ta deg tid til å bli kjent med hver enkelt

**Les også
Norges Idrettsforbunds
bestemmelser om barneidrett**

Barnehåndballens verdier

- **Fokus på lek og utvikling og ferdigheter over tid**
- Alle i aktivitet, unngå kø. Alle skal ha det GØY
- Fokus på stafetter, balleker, morsomme konkurranser og masse småspill!
- Ikke vektlegge innøving av «systemer» og andre øvelser med få ballberøringer
- Utvikling av ballfølelse, teknikk, koordinasjon og samspill gjennom lekende øvelser
- Mange ballberøringer pr spiller.
- Trener bør kunne være aktivitetsleder og organisator fremfor fagperson i håndball

- **Fair Play – er en kjerneverdi i håndball – både på og utenfor banen**
- Vise respekt og sørge for gode opplevelser. Barna skal huske deg som voksen
- Ros og tilbakemeldinger
- Toleranse, respekt, likeverd og menneskeverd
- Har du en trenerfilosofi?
- Hvilke verdier ønsker du at kjennetegner deg som trener?

Håndballunger på trening og kamp

- PLANLEGG og lag varierte treninger.
- Tilpass aktiviteten, slik at alle føler mestring og organiser treningene i mindre grupper *UNNGÅ KØ – Ha stasjonstreninger og mange nok trenere
- Barn er utålmodige og ønsker fart på trening!

Hver trening bør inneholde:

- ✓ *Individuelle balløvelser:* Ballbehandling og teknikk
- ✓ *Basisøvelser:* Balanse, koordinasjon og bevegelighet
- ✓ *Småspill:* To mot to, tre mot tre, fire mot tre og fire mot fire
- ✓ *Kast og mottak:* I ulike variasjoner – høy arm
- ✓ Varier gruppesammensetningene
- ✓ Morsom avslutning
- ✓ Aktive trenere som ser alle!



EM U18 herrer 2016:

16 spillere – Dansk landshold:

Da disse guttene var U12 i sesongen 2010-2011, var det ca. 690 lag = 6870 spillere.

Med andre ord:

0,23% ble U-landslagsspillere

Håndballunger på trening og kamp

- Gjennom sesongen spiller barna med og mot spillere med ulikt ferdighetsnivå.
- Eget alderslag er det viktigste og bør ha førsteprioritet. Hospitering (trening og spill med eldre lag) er ingen nødvendighet. Sett gjerne sammen differensierte smågrupper på trening, det bidrar til at alle spillerne opplever mestring og utfordring, og dermed lærer mer.
- Det samme gjør motstandere, og det gir gode og jevne kamper på sikt.
- Vi beholder store årskull/klasser og nivået blir jevnt høyt i hele regionen.

På kamp:

- Å spille håndballkamper er det morsomste!
- Få vise frem ferdigheter
- Meld på så mange lag som mulig, få innbyttere
- Del inn i jevne lag - Vekt på mestring, ikke resultater
- Alle skal spille mye
- Oppmuntre til at alle utfordrer sine egne grenser og gi ros for alle gode forsøk

**IKKE SETT
SPILLERNE I BÅS**

Barnehåndball på handball.no



Norges Håndballforbund

Søk etter nyheter, artikler, turneringer, klubber og lag

REGIONER OM OSS KAMPAKTIVITET UTVIKLING PRAKTISK INFO BILLETTER

NHF / Norges Håndballforbund / Utvikling / Håndballtrening / Barnehåndball

BARNEHÅNDBALL

Siden for deg som trener de yngste

Det sier seg selv at små hender og korte armer og bein ikke passer inn i det voksne håndballspillet. Derfor må vi tilpasse banestørrelse, målet, ballen og reglene forøvrig, slik at barna opplever mestring gjennom tilpassede utfordringer. Spillet i barnehåndball bør skille seg fra det ferdige spillet, og det bør være en naturlig progresjon i forhold til utfordringer, vanskegrad, kompleksitet osv. Spillet vi tilbyr barna, må gi stor grad av involvering og ikke minst ballkontakt. Konkurransenformene vi tilbyr, er derfor helt avgjørende.

- LEKER OG STAFETTER
- TEKNISK TRENING
- FYSISKE ØVELSER
- SMÅSPILL
- AKTIVITETSLØYPE
- FERDIGE ØKTER
- TEKNIKKMERKET
- REGIONAL KAMPAKTIVITET 6 - 12 ÅR



Bli med på seminar for barnehåndballtrenere!

Snart kan du få inspirasjon fra blant andre Thorir Hergeirsson og Marit Breivik. Påmeldingen er åpnet.



Lag morsomme treningsøker for barn

I barnehåndball bør fokuset være å ha det gøy på trening. Her er hjelp til deg som er trener.



Hvordan forberede en treningsøkt?

Mange nye trenere er i gang med sesongen. Her er noen tips til å lage gode treningsøker for barn.



Er du ny som håndballtrener for barn?

Da kan det være mye å sette seg inn i. Her får du litt hjelp til hvordan du kan gå frem.



Tips fra Thorir om barnehåndball

Klar for ny sesong i barnehåndballen? Thorir har noen tips til trenere i barnehåndballen.



Nye bestemmelser i barnehåndballen

Norges Håndballforbund har revidert bestemmelsene for barnehåndballen i Norge for sesongen 2020-21.

Er du nysgjerrig på hva Norges Håndballforbund sier om nivåinndeling (i kamp fra 10 år):

[LINK](#)

Barnehåndball i Region Øst:

[LINK](#)

Spilleregler 4'er håndball

- Ved start: Avkast fra midtbanen. Utkast fra målgården. Måltavle benyttes ikke i 4'er håndball
- Fire spillere på banen av gangen. Målvakten blir med i angrep
- *Snapping* av ball er lov – snapping er ikke det samme som *fisking*.
Men trenerne bør i perioder unngå dette om eget lag blir for dominerende
- Det skal spilles ball- og ballorientert forsvar for å få tak i ballen på egen banehalvdel
- Skåring godkjennes kun fra forsvarende lags banehalvdel.
- Alle må ikke være nær ballen før skudd
- Skritt, spark, stygt spill skal dømmes med skjønn og etter ferdighet. Lagleder har ansvar!
- Reglene om ballbehandling; Tre skritt og tre sekunder, håndheves bare når spilleren har vesentlig fordel av aksjonen, det samme med dobbeltstuss
- Innkast dømmes – og hele veien er veiledning viktig 😊

Spilleregler 4'er håndball - presiseringer

- Husk at det er håndball vi skal trene på, ikke Flyball eller Beachhåndball
- Viktig å tenke langsiktig – Begge lag må derfor trene på å spille etablert angrep
- Handball.no: Sett dere godt inn i Spilleregler for 4'er håndball under *Lover og regler*
- Merk spesielt regel **5:4**: Spilleregulerende regler:

Scoring skal bare godkjennes når skuddet er avlevert fra forsvarende lags banehalvdel. Det betyr, at det etter at laget vinner ballen, er nødvendig å spille ballen inn på motstandernes banehalvdel før skudd avleveres. Dette kan skje via pasninger eller dribling.

- Kommentarer til 5:
Det er et mål at hver enkelt spiller skal ha mange ballkontroller. Gjentatte kontringer og/eller stor dominans fra en enkelt spiller bør derfor begrenses.
- Det er ikke ønskelig med særlig grad av fysisk kontakt mellom spillerne i form av taklinger og holdinger.
- Vi oppfordrer alle trenere til god dialog, og ofte kan man minne hverandre på akkurat denne regelen.

Samarbeid med foresatte

- God dialog med foresatte – Skap/organiser et lag for fremtiden!
- Lag rutiner fra start som involverer alle foreldrene
- Informer om utstyrsbehov tidlig
- Vær klubbstyrt, ikke la foreldene ha egen agenda
- Lag faste punkter til foresatte-møte

KLUBBENS FORELDREKODE:

Fem konkrete handlinger foreldre skal etterleve for å støtte klubbens kultur, og som du som trener ønsker å skape i klubben:

- Delta på foreldremøter
- Delta på dugnader
- Være med på kamper
- Ta oppgaver rundt laget med et smiiiiil 😊
- Ha tillit til treneren OG klubben

FORELDREVETTREGLER

- Gi oppmuntring til alle spillerne under kamp og trening
- Støtt dommeren - ikke kritiser dommeravgjørelser
- Respekter lagleders bruk av spillere
- Gi oppmuntring både i medgang og motgang - IKKE gi kritikk
- Hjelp barna å tåle både seier og tap
- Vis respekt for det arbeidet klubben gjør - tilby din hjelp
- Møt opp på trening og kamper - barna ønsker det
- Husk at det er barnet ditt som spiller håndball - IKKE du



Begeistring • Respekt • Innsatsvilje • Fair Play

Informasjon fra NHF Region Øst

Vi ønsker at klubbene skal bli enda flinkere til å dele informasjon som kommer på mail til trenere og lagledere.

Sett dere også godt inn i nyttige linker:

- [Utdanning](#)
- [Handball.no/Region Øst](#)
- [Intersport Loppetassen](#)
- [Intersport 4'er håndball](#)
- [NIF Barneidrett](#)
- [Årshjul](#)
- [Nyhetsbrev](#)
- [Startpakka](#)
- [Min Idrett](#)
- [Facebook: Norges Håndballforbund Region Øst](#)

ROLLEFORDELING – HVERT ÅRSKULL BØR INNEHA FORESATTE SOM KAN LØSE DIVERSE OPPGAVER:

Oppgaver tittel	Kompetanse	Beskrivelse / hvor / når	Antall
HÅNDBALL-TRENINGER	Noe håndballfaglig kompetanse. Ønske om å ta trener-kurs	En trener pr hver 7-8 spillere. Én med hovedansvar. Med flere trenere trenger man ikke møte på hver trening	Hovedtrener + assistenter
TRENINGER ØVRIG	Treningsglede	Ta i bruk uteområder: Løpetrener, skadeforebyggende, variasjon	1-2 foreldre
Laginndeling og planlegging av deltakelse i spilltilbudet (NHF RØ)	Kjennskap til laget/barna	Sette sammen lag på tvers av klasser og skoler. Kan variere fra runde til runde.	Hovedtrener + oppmann
Vedlikeholde/utvikle aktivitetsplanen	Håndballfaglig kompetanse	Løpende: notere hva funker, hva funker ikke. Regelendringer?	Hovedtrener
HOVEDOPPMANN	Være ryddig i bruk av informasjonsflyt og e-post	Lagets kontaktpunkt mot klubben og Regionskontoret: NHF RØ. Informasjonsansvarlig. Kontaktpunkt mot foreldrene, e-post, Facebook osv.	1 - forelder
LAGLEDERE	God på planlegging, ta initiativ – ha full oversikt kampdag	En pr lag. Helst i tillegg til trenere. Følge opp foreldre i forkant slik at alle vet når og hvor de skal møte til kamp. Hvis forfall, bytte med andre osv. Samle spillere, bistå trenere	1 pr lag - forelder
ØKONOMIANSVARLIG	Glad i tall	Avgrenset rolle de første årene	1 - forelder
ARRANGEMENTS-ANSVARLIG	God på logistikk	Sette opp vakter i NNhallen, begrenset de første årene – med unntak om man velger å arrangere Loppetassen og Minirunder*	1 - forelder
Planlegge/koordinere egne arrangement *Loppetassen og Intersport 4'er	Bør ha vært med på å arrangere lignende tidligere	Planlegging, formøte, vaktfordeling, bakelister+++ , sende ut info, være til stedet på vår runde	Fire-fem foreldre + Styret
SOSIALANSVARLIG	Kreativ	Finne på sosiale aktiviteter	2 - foreldre
UTSTYRSANSVARLIG	God på logistikk	Drakter/utstyr/ baller Planlegge ved oppstart, løpende kontakt med KLUBBEN	1 - forelder
CUP-ANSVARLIG	God på logistikk	Finne cup etter anbefalinger fra klubben. Sørg for påmelding og gjennomføring	1 - forelder

PAUSESTREKK – 5 MIN.



Norges
Håndballforbund
Region Øst



Gjensidige



REMA 1000

Trenerutdanning

Hvorfor ta utdanninge?

- Kompetanse
- Planlegge – HVORFOR?
- Faglig trygghet
- Motiverende for både deg og utøverne

Olympiatoppen;

Utøvere sier at en god trener er en som:

- 1) er **DYKTIG** (kompetanse)
- 2) har et **VARIERT & LYSTBETONT** treningsopplegg
- 3) har en **MILJØSKAPENDE** personlighet
- 4) er flink til å **MOTIVERE**

Konkretisering
Aktivisering
Motivering
Progresjon
Variasjon
Individualisering
Samarbeid
Evaluering



Trenerutdanning

- TRENERATTESTEN
- STARTPAKKA
- Barnehåndballtrener - Modul 1-4 på Trener 1
- Ungdomstrener - Hele Trener 1, starte på Trener 2
- Lerøy - Trener 2 for å være hovedtrener
- 2. divisjon - Trener 2, eller påbegynt
- 1. divisjon - Trener 3
- Elite - Trener 4
- [Påmeldingsrutiner](#) - Utdanningskalenderen
- Autorisasjon
- Oversikten over dine fullførte kurs – IdrettsCV



Gi barn og unge idrettsglede
i et trygt treningsmiljø.

Ta trenerattesten!



Trenerattesten – obligatorisk!

- Før sommeren ble det vedtatt av NIF at alle som trener barn og unge i norsk idrett skal ta Trenerattesten.
- Det er ikke lov å være trener uten å ha gjennomført Trenerattesten. Det er klubbens ansvar at deres trenere tar den.
- NIF IT skal utvikle mulighet for klubb og særforbundet til å kunne sjekke at trenerne har tatt attesten. Per dags dato er det bare via *idretts-CV'n* vi kan kontrollere dette.
- To attester: En for barn og en for ungdom. Du kan ta én eller begge.
- Attesten er med på å bevisstgjøre den viktige jobben å være trener er
- Trenere bidrar med å gi barn og unge trygge rammer



STARTPAKKA

Mer info rundt Trenerutdanning finner du her

- <https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/utdanning/kalender-trenerkurs-nhf-region-ost/>
- <https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/utdanning/trener/>

Ønsker klubben din å arrangere kurs?

Kontakt regionen for mer informasjon – nhf.ron@handball.no eller iver.stolen@handball.no

Kast Ballen!

- *Kast ballen* – et skoletiltak for 1.-3.trinn med fokus på ball lek, mestring og glede
- Stor interesse for *Kast ballen*: 601 skoler deltar nasjonalt, 66 skoler regionalt og totalt skal rundt 34000 håndballer deles ut
- Skoletiltaket gjennomføres i uke 37,38,39 og *Kast ballen*-dagen for tredjeklasse arrangeres ilt uke 42-43
- *Kast ballen* – en ypperlig anledning til å fokusere på rekruttering i klubb
- 40 klubber er med i samarbeidet om å gjennomføre rekrutteringstiltak i forbindelse med *Kast ballen*, samt utarbeide en rekrutteringsplan i løpet av neste sesong
- God geografisk spredning på deltakende skoler Region Øst. Vil potensielt gi et stort løft i hele regionen

Nasjonalt seminar for Barnehåndballtrenere

- Ett seminar i hver region denne sesongen – delta der det passer deg 😊
- Region Øst arrangerte dette sist helg – 15. og 16. oktober
- Hundsunhallen | Snarøya og Scandic Hotel Fornebu
- Påmeldingen er stengt: FULLT 😊
- Kjente forelesere
- Inspirasjon for alle barnehåndballtrenere

Fair Play • Begeistring
Innsatsvilje • Respekt