



handball.no

KURSKATALOG

SESONGEN 2017/18



Norges
Håndballforbund
Region SørVest



GODE TRENERE OG LEDERE UTVIKLER HÅNDBALLEN!



Sett av tid til å ta kurs! Vi lover at du får nye impulser og nye kontakter. Du gir et bidrag til å utvikle håndballen i regionen og i klubb ved å heve din egen kompetanse!

NHF Region SørVest arrangerer inneværende sesong flere kurs tilpasset ulike nivåer. Om du er en forelder som har sagt ja til å trene et lag for første gang eller har trent lag i flere sesonger, så vil du finne kurs her som vil være med på å øke kompetansen din.

Bli med på en faglig utvikling og vær forberedt til nye utfordringer.

Henriette Henriksen Løge
Leder Spill og trening NHF Region SørVest



STRUKTUR TRENERUTDANNING

Grunnutdanning for trenere:

TRENER 1 (12 moduler á 4 timer)

→ **TRENER 2** (20 moduler á 4 timer)

Toppøutdanning for trenere:

TRENER 3 (Toppøtøenerutdanning)

→ **TRENER 4** (Toppøhåndballutdanning)

Moduler Trener 1:

1. Treningsøkta
2. Kompis med kroppen
3. Kast og mottak
4. Kampaktivitet - verdier
5. Skudd
6. Finter og sperrer
7. Forsvarsteknikker
8. Spillsituasjoner - småspill
9. Kontra og retur
10. Teknisk trening målvakt
11. Fysisk trening
12. Trenerrollen

Moduler Trener 2:

1. Treningsplanlegging for uke-, periode og årsplan
2. Fysisk trening - utholdenhet
3. Fysisk trening - styrke
4. Fysisk trening - spenst og hurtighet
5. Nedgruppert forsvar
6. Utgruppert forsvar
7. Ledelse og instruksjon
8. Håndballskader og teiping
9. Mentale ferdigheter
10. Målvakt
11. Bakspiller teknikk/spillsituasjoner
12. Kantspiller teknikk/spillsituasjoner
13. Linjespiller teknikk/spillsituasjoner
14. Overgangsspill
15. Opprullings- og kryssingsspill
16. Kontrings- og returspill
17. Kosthold og doping
18. Reglement
19. Lagledelsen
20. Kampanalysen



Minihåndballkurs

- Forkunnskaper
- Kursinnhold

Ingen

Minihåndballkurs er for alle trenere i Minihåndball. Her får man en innføring i Minihåndballens egenart, spilltilbud, maler for kampoppsett, «Fair Play møter» og annen viktig informasjon for hvordan skape gode arrangementer. I tillegg er det en praktisk del hvor man får innføring i hvordan skape stor aktivitet på treningene.

- Omfang timer
- Pris
- Påmelding

3 timer

Gratis

Epost til regionen eller minidrett.nif.no

MINIHÅNBALLKURS

Minihåndballkurs	27.09.17	1800-2100	Gjesdallhallen
Minihåndballkurs	28.09.17	1800-2100	Orrehallen
Minihåndballkurs	3.10.17	1800-2100	Åsenhallen B
Minihåndballkurs	05.10.17	1800-2100	Hundvåghallen B
Minihåndballkurs	04.10.17	1800-2100	Håvikhallen
Minihåndballkurs	12.10.17	1800-2100	Sukkevannshallen og RIL huset
Minihåndballkurs	12.10.17	1800-2100	Nedeneshallen
Minihåndballkurs	09.10.17	1800-2100	Lindesneshallen

BARNEHÅNBALLSEMINAR

NHF Barnehåndballseminar	22-23.09.17	1000-1700	Jessheim
--------------------------	-------------	-----------	----------



Trener 1

- Forkunnskaper Ingen
- Kursinnhold Hovedfokus mot teknisk trening og planlegging av økter
- Omfang timer 12 moduler á 3 timer.
Modul 1-4 barnehåndball.
Modul 5-12 ungdomshåndball
- Autorisasjon/utbytte Må delta på alle moduler for å bli autorisert Trener 1
- Pris 400 kr pr modul.
Klubben betaler for maks 5 personer.
- Påmelding Epost til regionen eller minidrett.nif.no

TRENER 1 - BARNEHÅNDBALL

Modul 1-4	02.-03.09.17	1000-1700	Åsenhallen B
Modul 1-4	16.-17.09.17	1000-1700	Stintahallen
Modul 1-4	16.-17.09.17	1000-1700	Bogafjellhallen
Modul 1-4	23.-24.09.17	1000-1700	Hellemyrhallen
Modul 1-4	04.-05.11.17	1000-1700	Lindesneshallen
Modul 1-4	11.-12.11.17	1000-1700	Gjesdallhallen
Modul 1-4	18.-19.11.17	1000-1700	Hellemyrhallen
Modul 1-4	25.-26.11.17	1000-1700	Norheimhallen

TRENER 1 - UNGDOMSHÅNDBALL

5 Skudd	24.10.17	1800-2100	Tromøyhallen
6 Finte og sperreteknikker	18.11.17	0900-1200	Sør Amfi
12 Trenerrollen	18.11.17	1400-1700	Sør Amfi - Bøtte
7 Forsvarsteknikker	04.12.17	1800-2100	Stueneshallen
8 Spillsituasjoner - småspill	09.01.18	1800-2100	Hisøyhallen
9 Kontra og retur	13.02.18	1800-2100	Tromøyhallen
10 Teknisk trening målvakt	21.03.18	1800-2100	Nedeneshallen
11 Fysisk Trening	26.04.18	1800-2100	Stueneshallen

12 Trenerrollen	26.09.17	1800-2100	Idrettenshus Kristiansand
5 Skudd	16.10.17	1800-2100	Karusshallen
6 Finte og sperreteknikker	14.11.17	1800-2100	Karusshallen
7 Forsvarsteknikker	06.12.17	1700-2000	Karusshallen
9 Kontra og retur	11.01.18	1800-2100	Karusshallen
8 Spillsituasjoner - småspill	12.02.18	1800-2100	Karusshallen
10 Teknisk trening målvakt	13.03.18	1800-2100	Karusshallen
11 Fysisk Trening	17.04.18	1800-2100	Gimlehallen

12 Trenerrollen	06.12.17	1800-2100	Orstadhuset
5 Skudd	09.01.18	1800-2100	Orstadhuset
6 Finte og sperreteknikker	25.01.18	1800-2100	Frøyhallen
7 Forsvarsteknikker	12.02.18	1800-2100	Frøyhallen
8 Spillsituasjoner - småspill	02.03.18	1800-2100	Kåsenhallen
9 Kontra og retur	03.3.18	1000-1300	Kåsenhallen
10 Teknisk trening målvakt	03.3.18	1400-1700	Kåsenhallen
11 Fysisk Trening	05.04.18	1800-2100	Frøyhallen

12. Trenerrollen	18.11.17	1000-1300	Åsenhallen B
5 Skudd	18.11.17	1400-1700	Åsenhallen B
6 Finte og sperreteknikker	19.11.17	1000-1300	Åsenhallen B
7 Forsvarsteknikker	19.11.17	1400-1700	Åsenhallen B
8 Spillsituasjoner - småspill	24.02.18	1000-1300	Åsenhallen B
9 Kontra og retur	24.02.18	1400-1700	Åsenhallen B
10 Teknisk trening målvakt	25.02.18	1000-1300	Åsenhallen B
11 Fysisk Trening	25.02.18	1400-1700	Åsenhallen B

12. Trenerrollen	21.09.17	1800-2100	Åkrahallen
5 Skudd	03.10.17	1800-2100	Åkrahallen
6 Finte og sperreteknikker	26.10.17	1800-2100	Åkrahallen
7 Forsvarsteknikker	07.11.17	1800-2100	Åkrahallen
8 Spillsituasjoner - småspill	20.11.17	1800-2100	Karmøyhallen
9 Kontra og retur	11.12.17	1800-2100	Karmøyhallen
10 Teknisk trening målvakt	22.01.18	1800-2100	Karmøyhallen
11 Fysisk trening	05.02.18	1800-2100	Karmøyhallen

12. Trenerrollen	14.09.17	1800-2100	Lindesneshallen- Kantina
5 Skudd	23.10.17	1800-2100	Lindesneshallen
6 Finte og sperreteknikker	21.11.17	1800-2100	Lindesneshallen
7 Forsvarsteknikker	07.12.17	1800-2100	Lindesneshallen
8 Spillsituasjoner - småspill	10.01.18	1800-2100	Lindesneshallen
9 Kontra og retur	22.02.18	1800-2100	Lindesneshallen
10 Teknisk trening målvakt	19.03.18	1800-2100	Lindesneshallen
11 Fysisk trening	18.04.18	1800-2100	Lindesneshallen



Trener 2

- Forkunnskaper

En må være Trener 1 for å bli autorisert Trener 2, men en vil ha utbytte av moduler selv om en ikke er Trener 1.

- Kursinnhold

Hovedfokus i Trener 2 er taktisk trening.

Trener 2 har også fokus på en helhetlig forståelse av treningsprosessen, hvordan ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø.

- Omfang
- Autorisasjon/utbytte

20 moduler á 3 timer

Må delta på alle moduler og bestå eksamen for å bli autorisert Trener 2.

- Pris

500 kr pr modul.

Klubben betaler for maks 5 personer.

- Påmelding

Epost til regionen eller minidrett.nif.no



TRENER 2 - KURS

NHF Region SørVest inviterer til Trener 2 – utdanning i sesongen 2017/2018.
Bygg din kompetanse gjennom håndballutdanning!

For mer informasjon se egen invitasjon på vår hjemmeside. Meld deg på på epost til Regionskontoret. Følgende helger har vi obligatoriske samlinger:

1. Treningsplanlegging for uke-, periode- og årsplan	08.09.17	1800-2100	Idrettenshus Kristiansand
11. Bakspiller – teknikk/spillsituasjoner	09.09.17	1000-1300	Karusshallen
5. Nedgruppert forsvar	09.09.17	1400-1700	Karusshallen
13. Linjespill – teknikk/spill situasjon	10.09.17	1000-1300	Karusshallen
7. Ledelse og instruksjon	10.09.17	1400-1700	Karusshallen
4. Fysisk trening – spenst og hurtighet	20.10.17	1830-2130	Tanangerhallen (TA)
6. Utgruppert forsvar	21.10.17	1000-1300	Tanangerhallen (TA)
10. Målvakt	21.10.17	1400-1700	Tanangerhallen (TA)
15. Opprullings- og kryssningsspill	22.10.17	1000-1300	Åsenhallen A (TA)
12. Kantspiller – teknikk/spillsituasjoner	22.10.17	1400-1700	Åsenhallen A (TA)
09 Mentale ferdigheter	16-18.12.17		Tyskland
19 Lagledelsen	16-18.12.17		Tyskland
20 Kampanalysen	16-18.12.17		Tyskland
8. Håndballskader og taping	09.03.18	1800-2100	Idrettens hus Kr.sand
3. Fysisk trening - styrke	10.03.18	1000-1300	Flekkerøyhallen
2. Fysisk trening – utholdenhet	10.03.18	1400-1700	Flekkerøyhallen
16. Kontrings- og returspill	11.03.17	0900-1200	Kristiansand
14. Overgangsspill	11.03.17	1300-1600	Kristiansand
17. Kosthold og doping	E-læring		
18. Regelverket	E-læring		
Skriftlig eksamen	april		Hjemme
Praktisk eksamen	mai		Stavanger/Kristiansand

FOTO: MORRIS GALLIMORE



FOTO: MORRIS GALLIMORE

DOMMERUTDANNING

Uten dommere stopper Håndball-Norge, og håndballen trenger flere og bedre kampledere for å kunne gjøre håndballkamper til en positiv opplevelse for alle som deltar.

Å utdanne flere aktive dommere i egen klubb, gir dessuten lavere gebyrer for klubben og lavere utgifter til tilreisende dommere. Dommerkurs kan også være lærerikt for ledere, trenere og spillere som ønsker å utvikle sin egen regel- og spilleforståelse, dessuten bedrer det innsikten i dommerens arbeidsoppgaver på banen.

OVERSIKT DOMMERUTDANNING

Grunnutdanning for dommere:

Barnekampleder (1 modul à 4 timer)

Regelkurs på nett

DOMMER 1 (4 moduler à 4 timer)

DOMMER 2 (4 moduler à 4 timer)

DOMMER 3 (4 moduler à 4 timer)

Topp utdanning for dommere:

DOMMER 4 (Weekendsamling over 1 sesong)

DOMMER 5 (EHF/IHF-utdanning)



BARNEKAMPLEDER

Innføring i spilleregler og dommerens rolle. Kurset arrangeres av Region SørVest og gjennomføres i egen klubb/hall. Settes opp ved behov og på forespørsel av klubb.

DOMMER 1

- Å være håndballdommer
- Dommeren og regelfortolkningen
- Du og dømmingen
- Første steg mot dommergjerningen

Modulkursene i Dommer I er første del av den tredelte dommerutdanningen. Hver modul er avsluttende. Dommer I skal gi deltakerne en bedre kontakt og tilnærming til rollen som dommer. Videre har Dommer I som mål å gi deltakerne innføring i sentrale instruksjoner, prinsipper, regler og direktiver som er avgjørende for dommerens arbeid før, under og etter kampen. Disse formuleringene vil bli behandlet både teoretisk og praktisk i Dommer I-modulene.

DOMMER 2

- Dommeren, spillet og regelbruken
- Hva en dommer bør vite
- To dommere, en kamp
- Dommeren som leder

Modulkursene i Dommer 2 er andre del av den nye tredelte dommerutdanning. Hver modul er avsluttende. Dommer 2 skal gi deltakerne kjennskap til holdninger hos og krav til dommere. En bredere innføring i spillereglene og reglementer, samt samarbeide på og utenfor banen. Kurset tar sikte på å utveksle erfaringer fra praktisk dømming. Faserelaterte regelgjennomgang som skal bevisstgjøre dommere på situasjoner som kjennetegner spillet i de aktuelle fasene. Gi innsikt i samarbeid ved å avtale ansvars- og arbeidsområder.

DOMMERKONTAKTMØTER

Dommerkontaktmøter arrangeres i september før sesongstart. Datoer legges ut på nett og sendes til klubb og klubbens dommerkontakt.

DOMMERMØTER

Dommermøter for alle dommere arrangeres i september før sesongstart. Datoer legges ut på regionens hjemmeside og sendes ut til registrerte dommere og dommerkontakter.



DOMMERTRINN 1

KRISTIANSAND

01. NHFs verdier og håndballspillet	15.08.17	1700 - 2100	Randesund klubbhus
02. Dommerrollen	16.08.17	1700 - 2100	Randesund klubbhus
03. Dømmingen	24.08.17	1700 - 2100	Randesund klubbhus
04. Rollen som håndballdommer	26.08.17	Mellom 1000 - 1800	Dyrepark cup
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av dommerkurs		http://nhf.portfolio.no

DOMMERUTVIKLERKURS

NHF Dommer utvikler 1 kurs	25.08.17	1700 - 2000	Randesund klubbhus
----------------------------	----------	-------------	--------------------

SANDNES

01. NHFs verdier og håndballspillet	15.08.17	1700 - 2100	Giskehallen
02. Dommerrollen	17.08.17	1700 - 2100	Giske hallen
03. Dømmingen	19.08.17	1000- 1300	Giskehallen
04. Rollen som håndballdommer	19.08.17	Mellom 1400 - 1800	Giskehallen
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av dommerkurs		http://nhf.portfolio.no

DOMMERUTVIKLERKURS

NHF Dommer utvikler 1 kurs	18.08.17	1700 - 2000	Giskehallen
----------------------------	----------	-------------	-------------

STAVANGER

01. NHFs verdier og håndballspillet	29.08.17	1700 - 2100	Stavanger idrettshall
02. Dommerrollen	30.08.17	1700 - 2100	Stavanger idrettshall
03. Dømmingen	31.08.17	1700 - 2100	Stavanger idrettshall
04. Rollen som håndballdommer	09.09.17	Mellom 1000 - 1800	Sola cup
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av dommerkurs		http://nhf.portfolio.no

DOMMERUTVIKLERKURS

NHF Dommer utvikler 1 kurs	08.09.17	1700 - 2000	Stavanger idrettshall
----------------------------	----------	-------------	-----------------------

ARENDAL

01. NHFs verdier og håndballspillet	29.08.17	1700 - 2100	Sør Amfi
02. Dommerrollen	30.08.17	1700 - 2100	Sør Amfi
03. Dømmingen	31.08.17	1700 - 2100	Sør Amfi
04. Rollen som håndballdommer	09.09.17	Mellom 1000 - 1800	Nidelv cup
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av dommerkurs		http://nhf.portfolio.no

DOMMERUTVIKLERKURS

NHF Dommer utvikler 1 kurs	08.09.17	1700 - 2000	Sør amfi
----------------------------	----------	-------------	----------

HAUGESUND

01. NHFs verdier og håndballspillet	24.08.17	1700 - 2100	Skjold hallen
02. Dommerrollen	28.08.17	1700 - 2100	Skjold hallen
03. Dømmingen	04..09.17	1700 - 2100	Skjold hallen
04. Rollen som håndballdommer	Avtales	Mellom 1000 - 1800	
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av dommerkurs		http://nhf.portfolio.no

DOMMERUTVIKLERKURS

NHF Dommer utvikler 1 kurs		1700 - 2000	Skjold hallen
----------------------------	--	-------------	---------------

VARHAUG

01. NHFs verdier og håndballspillet	31.08.17	1700 - 2100	Varhaughallen
02. Dommerrollen	01.09.17	1700 - 2100	Varhaughallen
03. Dømmingen	02.09.17	1000 - 1300	Varhaughallen
04. Rollen som håndballdommer	02.09.17	1400 - 1700	Varhaughallen
05. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant av		http://nhf.portfolio.no



OBSERVATØRUTDANNELSE

Observasjon I

Utdanning for dommerkontakter og andre som skal observere/veilede dommere. Her tar vi for oss den faglige oppfølgingen av dommere, samtaleteknikk og bruk av observasjonsskjema/veilederskjema.

Datoer for kurs blir lagt ut på Regionens hjemmeside.

ARRANGEMENTSKURS

Kurset er for de som skal sitte i kampsekretariat i kamper hvor klubben er arrangør, samt for oppmenn og øvrig støtteapparat rundt laget.

Kursinnhold:

- Tidtaking
- Sekretær
- Oppmann

DETTE KURSET ARRANGERES I KLUBB PÅ FORESPØRSEL.



KLUBBHUSET

Klubbhuset er det store satsingsområdet i Norges Håndballforbund. Klubbhuset har en klar målsetting om å få 10 % flere ungdommer, mellom 13-19 år, med i håndballen.

Klubbhuset har hovedfokus på følgende områder:

- heve kompetansen hos trenere (trenermentorer, egne kurs, nye web sider)
- heve kompetansen i klubb (klubbdrift, frivillighet, sportslig ledelse, håndball-hvorfor?)
- øke aktivitetstilbudene i klubbene/nærmiljøet (alternative aktivetsformer)

Se mer informasjon om klubbhuset på handball.no

UTDANNINGSUKA

NHF Region SørVest vil arrangere utdanningsuka i uke 22 2018. Her vil Regionen tilby ett bredt spekter av ulike trenerkurs. Egen invitasjon blir sendt ut rett etter påske 2018

KURS FRA IDRETTSKRETSENE

Idrettskretsene tilbyr en rekke tverrfaglige standardkurs for "styre og stell". Først og fremst i fleridrettslagene. Klubbutviklingsprosesser, klubbdrift, moms, anlegg og lovverk er typiske eksempler. Operativt utdanner vi aktivitetsledere for barne- og ungdomsidrett i idrettslagene. I tillegg leverer vi tverrfaglige basistreningstilbud. Også i samarbeid med Olympiatoppen Vest Norge og Kompetansesenteret i Agder (KIA). De fleste kursene er helt gratis for idrettslagene!

Rogaland

<http://www.idrett.no/krets/rogaland/utdanning/Sider/utdanning.aspx>

Aust-Agder

<http://www.idrett.no/krets/aust-agder/utdanning/Sider/Utdanning.aspx>

Vest-Ager

<http://www.idrett.no/krets/vest-agder/utdanning/Sider/Utdanning.aspx>



handball.no

VELKOMMEN PÅ KURS!

NHF Region SørVest
Post: Postboks 3033, Hillevåg
4095 STAVANGER
Besøk Stavanger: Viking Stadion
Besøk Kristiansand: Idrettshus Kristiansand
Telefon: Tlf.: 51 73 78 70
E-post: nhf.rsvn@handball.no



Norges
Håndballforbund
Region SørVest