



TA' FAT

- en sjov håndboldoplevelse for alle

Teamudvikling, Aktiviteter, Fortjeneste, Auktion og Turnering

Hvad er TA´FAT?

TA´FAT er et koncept, hvor det overordnede formål er at skabe en sjov fantastisk håndboldoplevelse for deltagere og trænere på håndboldskolerne. TA´FAT lægger op til sammenhold og smil på læben på tværs af køn, alder og niveau.

I TA´FAT dystes der i forskellige aktiviteter, som resulterer i en fortjeneste, der kan bruges til at købe sig til fordele for sit eget hold eller ulemper for modstanderholdet til den afsluttende turnering.

TA´FAT består af fem dele, hvis for bogstav til sammen danner TA´FAT. Her er en kort beskrivelse af de fem dele, som vi vil uddybe mere senere.

(T) Teamudvikling handler om at skabe relationer på tværs af alder, køn, niveau og klub. Det gælder om at samarbejde, grine og være på hold med andre end dem, man normalt spiller med.

(A) Aktiviteter handler om, at holdende dystes i forskellige aktiviteter.

(F) Fortjeneste handler om, at resultaterne fra hver aktivitet giver hvert hold en fortjeneste fx i form af point.

(A) Auktion handler om, at der holdes en auktion, hvor holdene kan købe forskellige rekvisitter, som skal bruges til at forbedre holdets vinderchancer i den afsluttende turnering.

(T) Turnering er den afsluttende turnering på håndboldskolen.



Planlægning og organisering

Oplevelsesaspektet er det helt centrale og gennemgående element i TA'FAT, og tovholdere og trænere har en vigtig rolle i afviklingen.

I bestemmer selv, hvilke aktiviteter der skal indgå i TA'FAT. Valget afhænger af, hvornår det giver mening for jer at have aldersopdelte grupper eller TA'FAT-grupper. Under afsnittet 'Aktiviteter' kan I finde inspiration til aktiviteter med og uden håndbold.

TA'FAT er et fleksibelt koncept, som kan afvikles over en hel dag eller spredt ud over flere dage. Det kan skræddersys til netop jeres håndboldskole i forhold til deltagerantal, faciliteter og program.

Vi anbefaler max 50 deltagere pr. hal og pr. rekvisitsæt. Hvis I er en større håndboldskole med flere haller til rådighed, kan I afvikle auktion og turnering synkront i hallerne. Ligesom I kan skære nogle af rekvisitterne fra, hvis I er en mindre håndboldskole på eksempelvis 25 deltagere.

Følgende tabel er en guide til, hvordan TA'FAT kan struktureres på baggrund af antal deltagere:

Antal deltagere på håndboldskolen	Antal TA'FAT hold	Antal rekvisitter til auktionen	Antal kampe i turneringen
24 – 28	4 hold med 6 spillere pr. hold	24 – 30	Dobbeltturnering med 12 kampe i alt, 6 spillere på banen pr. hold
29 – 36	4 hold med 7-9 spillere pr. hold	24 – 30	Dobbeltturnering med 12 kampe i alt, 7 spillere på banen pr. hold
36 – 42	6 hold med 6-7 spillere pr. hold	30	Enkeltturnering med 15 gange, 6 spillere på banen pr. hold
42 – 54	6 hold med 7-9 spillere pr. hold	30	Enkeltturnering med 15 gange, 7 spillere på banen pr. hold

Det er vigtigt, at der max er 8-10 deltagere pr. hold, så alle bliver set, hørt og involveret i aktiviteterne og specielt i kampene i turneringen.

Når programmet og TA'FAT-aktiviteterne planlægges skal I være opmærksomme på de logistiske hensyn. Det gælder om at udnytte hallen til håndboldaktiviteter og bruge underrummet til alternative aktiviteter.

De næste sider er en beskrivelse af de enkelte elementer i TA'FAT.

Teamudvikling

Deltagerne inddeles i hold på tværs af alder, køn, niveau og klub. Hvert TA'FAT-hold tildeles en træner, som går forrest og vejleder holdet med god stemning og sikrer højt aktivitetsniveau for alle på holdet.

I jeres første modul med TA'FAT er det en god ide at lægge ud med at fortælle og forklare deltagerne om TA'FAT – særligt det med at vinde fortjeneste (point/penge), som kan give holdet fordele i den afsluttende turnering.

Når deltagerne første gang er inddelt i deres TA'FAT-hold begynder de med en holdidentitet-opgave. Afhængigt af, hvor godt deltagerne kender hinanden, kan det være en god ide at lave en navneleg inden selve holdidentitet-opgaven.

Holdidentitet-opgaven kan eksempelvis indeholde:

- Find på et navn til jeres hold
- Lav et kampråb og evt. også en dans til holdet
- Lav et flag til holdet (dette kræver selvfølgelig forskellige materialer).

Listen er lang, så I kan selv tilføje andre gode, kreative ideer, der har et tvist af holdidentitet.

Når opgaven er løst af de enkelte hold, er det videre til næste modul; aktiviteter.

Aktiviteter

Det enkelte hold deltager løbende i forskellige aktiviteter, hvor der enten kæmpes mod ét eller flere af de andre hold, eller hvor holdet selv skal løse en aktivitet bedst muligt.

Aktiviteterne kan i princippet være alt. Tænk gerne over, at det skal være aktiviteter, hvor det er muligt at sammenligne præsentationer på tværs af hold, selvom de ikke er i gang med samme aktivitet på samme tidspunkt. Hav derfor gerne en plan for, hvad og hvor mange point der er i de forskellige aktiviteter. Men vent med at sige og fordele antallet af point, til efter alle aktiviteter er afsluttet.

Det gælder om at sammensætte et varieret aktivitetsprogram, hvor der både er brug for forskellige kompetencer i de enkelte aktiviteter og som styrker samarbejdet på holdet.

Nedenfor er eksempler på aktiviteter med og uden håndbold, I kan lade jer inspirere af. I er selvfølgelig også velkomne til at tilføje aktiviteter fra jeres eget øvelseskartotek.

Eksempler på aktiviteter:

- Beach-håndbold
- Street-håndbold
- Skudkonkurrence
- Hockey
- Orienteringsløb
- Fodbold- eller håndboldgolf
- Rundbold
- Kryds og bolle
- Forskellige stafetter
- Vandkamp
- Danseshow
- Lav en sang
- Bygge tårn med pasta og skumfiduser
- Huskeleg/vendespil
- Gæt og grimasser /Tegn og gæt
- Byg en lagkage

Andre aktiviteter

Foruden ovennævnte aktiviteter, med både håndboldaktiviteter og aktiviteter af den kreative slags, er her beskrevet fem aktiviteter til inspiration med fokus på samarbejde:

Blindeboksen

Formålet med aktiviteten er, at deltagerne bliver mere bevidste omkring dem selv og udvikler deres indbyrdes kommunikation.

Aktiviteten kan foregå både inde og ude. I kan vælge et jævnt underlag som græsplæne eller halgulv eller et mere ujævnt underlag og med forhindringer.

Deltagerne sætter sig indenfor et afgrænset område og får bind for øjnene. Træneren placerer et antal genstande rundt omkring i området. På startsignal skal holdet med bind for øjnene og uden at snakke med hinanden finde genstandene. Når den første fra holdet tager bindet væk fra øjnene, stopper hele holdets søgen efter genstande. Genstande, der ikke er fundet, eller hvis en deltager har to eller flere genstande, giver ikke point. Lav jeres eget pointsystem, hvor korrekt opgaveløsning vægtes over tid brugt på at løse opgaven.

Det er en god ide at afvikle aktiviteten to gange, da deltagerne som oftest lærer noget af den første gang.

Som træner går du rundt på banen og sikrer, at ingen deltagere kravler/går ind i hinanden. Ligeledes tager du fat i dem, hvis de er på vej ud af det afgrænsede område.

Differentiering: Deltagerne skal vælge én genstand, som de efterfølgende skal prøve at memorere ved at mærke på den. Aktiviteten sættes i gang ligesom før, men denne gang gives kun point, hvis deltagerne har fundet deres egen genstand, når bindene tages fra øjnene.

Rekvisitter:

- Minestrimmel eller snor til at afgrænse området
- Bind til øjnene (her kan store overtrækstrøjer rulles sammen og bruges)
- Én genstand pr. person på holdet – det kan være alt lige fra en kegle, drikkedunk, madkasse, hat, bil, fløjte mm.

Ind på række

Formålet med aktiviteten er, at deltagerne lærer lidt om hinanden og samtidig træner at løse en opgave, hvor alle skal byde ind med deres viden.

Aktiviteten kan laves alle steder. Deltagerne stiller sig i en række og opfylder den opgave, som deres træner giver. Eksempelvis: "I skal stille jer i række efter højde, så den laveste står tættest mod mig, og den højeste står bakerst i rækken". Når deltagerne mener, at de står rigtigt, skal alle på holdet række en arm i vejret. Når alle på holdet har en arm i vejret, er rækken låst, og tiden stoppes.

Lav jeres eget pointsystem, hvor korrekt opgaveløsning vægtes over tid brugt på at løse opgaven.

Idéer til opgaver:

- Længden på ens hår
- Fødselsdag (præcist efter dato)
- Alfabetisk rækkefølge på efternavn
- Antallet af bogstaver i ens fornavn
- Antal gange, man har været på håndboldskole.

Det er kun fantasien, der sætter grænser. Tænk gerne over, at det skal være spørgsmål, hvor det ikke bliver alt for ens i svaret.

Rekvisitter:

- Et stopur.

Akrobaten adam

Formålet med aktiviteten er, at deltagerne samarbejder om at løse en opgave, hvor det handler om kreativitet.

Holdet skal med deres kroppe forme forskellige bogstaver og tal. Det kan fx være håndboldskole eller klubbens navn, som de skal stave sig frem til og vise med deres kroppe. Hele holdet skal være med, og der råbes 'Adam', når bogstavet eller tallet er lavet, og der kan 'tages et billede'.

Det gives X point pr. korrekt løst bogstav.

Rekvisitter:

- Ingen.



Sansebanen

Formålet med aktiviteten er, at deltagerne føler sig trykke ved hinanden og tør stole på en holdkammerat.

Denne aktivitet er velegnet udendørs gerne ved træer, legeplads eller andet sted med naturlige forhindringer. Ved hjælp af en snor laves en bane mellem træer, under grene, over bænke mv. Banen skal have udfordringer, men ikke være potentiel utryg og farlig.

Deltagerne på holdet er sammen to og to. Den ene har bind for øjnene, og den anden støtter og guider.

Personen med bind for øjnene skal følge snoren rundt, og snoren må ikke slippes på noget tidspunkt. Makkeren skal guide, føre og støtte. Sørg for at holde fast i armen eller et andet sted på kroppen og gå frem i et tempo, så den med bind for øjnene føler dig tryk og hele tiden mærker støtten.

Byt efterfølgende roller.

Differentiering: Hvis deltagerne har mod på det, så lav en række, hvor alle på holdet har bind for øjnene, og træneren er guide for dem alle. Deltagerne følger snoren og holder samtidig kontakten til deltageren foran og bagved.

Rekvisitter:

- Minestrimmel, snor eller reb til at lave banen.



Fortjeneste

På baggrund af hvordan de enkelte hold klarer sig i aktiviteterne gives en fortjeneste fx i form af point/penge.

I praksis fordeles pointene efter hvor godt, holdene har præsteret i de forskellige aktiviteter ud fra parametre som tid, sammenhold, samarbejde og kreativitet.

Pointfordelingen og fortjenesten er relativ, og det skal sikres, at alle hold har et minimum af point/penge at købe for i auktionen. I kan vælge at udlevere antallet af point eller veksle point til penge (hvor 1 point fx er = 1.000 penge). Hvert hold får udleveret en kuvert med deres point/penge.

Auktion

Efter de forskellige aktiviteter og inden selve turneringen foregår auktionen. På auktionen sættes forskellige rekvisitter til salg, rekvisitter som alle vil give en større vinderchance i turneringen for det hold, som køber den givne rekvisit for det højeste bud. Vi har givet en masse eksempler på, hvad rekvisitterne kan være, sidst i denne guide.

En rekvisit må anvendes én gang i én kamp i turneringen, så det gælder for holdende om at bruge deres indkøbte rekvisitter taktisk.

Auktionen kan foregå i fem runder med seks rekvisitter, hvor det enkelte hold har taktikmøde og regel gennemgang inden start og små korte taktikmøder mellem de enkelte runder. I den enkelte runde stiller hvert hold med én købmand, som er den person, der må byde og handle i auktionen. I kan vælge at lave en fælles struktur på købmandsrækken, fx at den ældste på alle hold starter med at være købmand, så den næstældste osv., eller I kan gøre det helt frit.

Når et hold køber en rekvisit, afleveres rekvisitten til holdet med et følgebrev, som nøje beskriver hvordan rekvisitten anvendes i turneringen. Følgebrevene må først åbnes, når hele auktionen er slut.



I kan downloade følgebrevene i HåndOffice.

Der skal være en auktionarius, som styrer auktionen. Det kan være en fordel at have en anden voksen som kasserer, så auktionen kan gå hurtigere og mere glidende.

Sørg gerne for at sælge rekvisitter, så der i gennemsnit spilles med én rekvisit pr. hold pr. kamp.



Hvis I vil lave lidt ekstra hemmelighedskræmmeri, kan én rekvisit i hver runde gøres til en hemmelig rekvisit gemt i en pose.

Eksempel på auktionens forløb med 30 rekvisitter på en 1 time og 15 minutter:

Runde	Rekvisitter til salg	Tid
1	1, 6, 11, 16, 21, 26 sælges i tilfældig rækkefølge	6 – 10 minutter
	Kort taktikmøde, og evt. udskiftning af købmand	2 minutter
2	2, 7, 12, 17, 22, 27 sælges i tilfældig rækkefølge	6 – 10 minutter
	Kort taktikmøde, og evt. udskiftning af købmand	2 minutter
3	3, 8, 13, 18, 23, 28 sælges i tilfældig rækkefølge	6 – 10 minutter
	Kort taktikmøde, og evt. udskiftning af købmand	2 minutter
4	4, 9, 14, 19, 24, 29 sælges i tilfældig rækkefølge	5 – 8 minutter
	Kort taktikmøde, og evt. udskiftning af købmand	2 minutter
5	5, 10, 15, 20, 25, 30 sælges i tilfældig rækkefølge	5 – 6 minutter
	Holdet kigger på de købte rekvisitter og læser følgebrevene.	10 minutter



Information og guide til deltagerne

Rekvisitter	Auktionens fremgangsmåde	Retningslinjer
<ul style="list-style-type: none">• Alle rekvisitter er en fordel for det hold, som køber dem.• Nogle rekvisitter medfører en fordel for jeres hold, hvor andre rekvisitter medfører en ulempe for modstanderholdet.• Der er 30 rekvisitter til salg.• Én rekvisit må kun bruges én gang, i én kamp i turneringen. Og der må max bruges to rekvisitter pr. kamp.• Rekvisitterne og deres funktion er meget forskellige og skal bruges/spilles taktisk.• Hvad funktionen af ens rekvisit er fortælles ikke i auktionen, men måske det kan gættes ud fra rekvisittens navn.• Holdet skal selv medbringe rekvisitterne til turneringen, så pas godt på dem.	<ul style="list-style-type: none">• Auktionen forløber i fem runder og med seks rekvisitter i hvert runde.• Hvert hold stiller med én købmand pr. runde. Købmanden skal gerne gå på skift.• Der er et kort taktikmøde efter hver runde, så holdet kan tale sammen om, hvilken rekvisit de skal gå efter.• Rekvisitterne købes for de point, som holdene har tjent i TA'FAT aktiviteterne.	<ul style="list-style-type: none">• Holdet sidder samlet på gulvet. Lidt foran ved en kegle står købmanden.• Købmanden byder ved tydelig håndsoprækning.• Der må ikke bydes højere end det, holdet har i penge (her kan træneren hjælpe).• Rekvisitterne sælges til højstbydende efter "3-2-1-solgt-principet".• Holdet må gerne kommunikere med deres købmand, men det er kun købmandens handlinger, der har indflydelse i auktionen.• Til hver købt rekvisit følger et brev, som fortæller om rekvisittens funktion i turneringen. Følgebrevet må først åbnes, når auktionen er slut.

Turnering

TA'FAT afsluttes med en håndboldturnering, hvor alle holdende møder hinanden. I kampene skal holdende spille sine indkøbte rekvisitter bedst muligt. I gennemsnit kan hvert hold spille med én rekvisit pr. kamp. Et hold må max spille to rekvisitter pr. kamp.

Der spilles grundlæggende efter almindelige håndboldregler, men med enkelte tilføjende retningslinjer, da børn med op til fire-seks års aldersforskel spiller mod hinanden. Hvis det giver mening, kan I spille på kortbane og ikke 40x20.

Der spilles med "modificeret, offensivt forsvar" og uden mandsopdækninger, hvilket i praksis betyder, at de ældste ikke målrettet må gå efter at fiske bolden fra de yngste gentagende gange. I den enkelte kamp må holdet ikke skifte målvogter, og målvogteren må heller ikke gå med i angrebet. Afhængig af jeres årgange på håndboldskolen kan de 'unges' mål tælle dobbelt mens de 'gamles' kun tæller som en almindelig scoring.

Som tovholder i TA'FAT-turneringen er det vigtigt at finde den gyldne mellemvej mellem "normalt" håndboldspil og rekvisiternes tilstedeværelse og betydning. Turneringen skal nemlig ikke gå for meget op i hat og briller.

Når en rekvisit spilles, stoppes tiden og holdene fortæller omkring rekvisittens funktion, således alle både inden og udenfor banen ser og hører, hvad der sker.



I kan downloade turneringsplan i HåndOffice.

Rigtig god fornøjelse med TA'FAT!



Eksempel på rekvisitter

Nedenstående er eksempel på rekvisitter. Hvis ikke I kan skaffe en given rekvisit, eller I af andre grunde ønsker, at den skal udgå, kan I sagtens have to ens rekvisitter med. Rekvisitterne kan også tilføjes et andet tvist, eller I kan tilføje nogle helt andre rekvisitter. Det er kun fantasien, der sætter grænser.

Følgende er rekvisitter, som giver eget hold en fordel:



Alle rekvisitterne er beskrevet mere udførelse i følgebrevene, som I kan downloade i HåndOffice.

Nr.	Navn	Rekvisit	Spilles inden eller under kampen	Funktion	Person
1	Overliggeren	Overligger	Inden	Ens eget mål bliver mindre.	Målvogter
2	Fæstningen	Stol, der er lukket i ryggen	Inden	Stilles i eget mål, så målet bliver mindre. Stolen må flyttes og bruges til at parere skud med.	Målvogter
3	Jens Vejmand	Orange vest (eller en anden farve vest)	Inden	Der må spilles med en ekstra markspiller, der skal være over midten.	Frit valg
4	Sheriffen	Sherifstjerne (alternativt: en broche)	Inden	Scorer sheriffen tæller det for 2 mål/point.	Frit valg
5	The Tattoo	Tatovering (alternativt: klistermærke)	Inden	Hvis spilleren med tatoveringen rører boldholder, er der frikast.	Den yngste på holdet
6	På fisketur	Fiskestand (alternativt: billede af fisk)	Inden	Der må dækkes helt frit op inkl. mandsopdækning.	Hele holdet
7	Bossen	Overskæg (alternativt: mal med sort tusch)	Inden	Træneren bliver ekstra spiller på banen i det sidste minut, og har efter kampen et sidste skud på tomt mål.	Træner

Nr.	Navn	Rekvisit	Spilles inden eller under kampen	Funktion	Person
8	O' shippo høj	Sjippetov	Inden	Mål som forspring ved at sjippe. Max 2 mål.	Frit valg
9	Hulla Bulla	Hulahopring	Inden	Mål som forspring ved at holde hulahopringen kørende omkring maven/ overkroppen	Frit valg
10	Sukker-skuddet	En pakke flødeboller	Inden	Mål som forspring ved at spise tre flødeboller på 45 sekunder. Max 3 mål.	Frit valg
11	Gambleren	Terning	Under	Terningen sættes i spil og efter den første scoring, skal der slås med terningen. Hvis øjnene på terningen viser 1 til 5 – tæller scoringen som det viste antal øjne. 6 = 0	Spiller som scorer
12	Den flyvende tallerken	Frisbee	Under	Ved et tremeterkast i kampen kastes frisbee ved frit mål uden at ramme jorden. Max 1 mål.	Frit valg
13	Det grønne kort	Grønt kort	Under	Timeout til eget hold og sprint til modstander.	Træner
14	Det farlige dyr	Et dyr fx plastik- eller tøjdyr/ figur.	Under	Frit løb mod mål.	Frit valg
15	Spionen	Hat		Spionen må opsøge de andre hold én gang og høre deres taktik.	Den yngste på holdet

Følgende er rekvisitter, som hæmmer modstanderholdet:

Nr.	Navn	Rekvisit	Spilles inden eller under kampen	Funktion	Person
16	Bro bro brille	Sjove briller	Inden	Modstanders målvogter bærer briller i hele kampen.	Målvogter
17	Fangen	Håndjern (alternativt: snor eller sportstape)	Inden	Modstanderens målvogter bærer håndjernene hele kampen.	Målvogter
18	Sørøveren	Klap for øjet	Inden	En modstander bærer klappen for øjet hele kampen.	Frit valg (ikke sherif)
19	Gartneren	Havehandsker	Inden	En modstander spiller med havehandsker hele kampen.	Frit valg (ikke sherif)
20	Sugerøret	Sugerør	Inden	Neutraliserer én modstanders scoringer i kampen.	Frit valg
21	Rudolf	Rød tud (alternativt: mal med rød tusch)	Inden	En modstander må ikke dribble hele kampen. Hvis man dribler skifter bolden hold.	Frit valg (ikke sherif)
22	Dunken	Rygsæk med vægt fx 1-2 kg	Inden	En modstander bærer rygsækken på maven hele kampen.	Frit valg (ikke sherif eller Jens Vejmand)
23	Stilleleg	Mundbind	Inden	Modstanders træner får mundbind for munden, og hele holdet må ikke kommunikere med hinanden.	Træner

Nr.	Navn	Rekvisit	Spilles inden eller under kampen	Funktion	Person
24	Gummi Tarzan	Gummistøvler (gerne i voksen størrelse)	Inden	En modstander skal spille i gummistøvler hele kampen.	Frit valg (ikke sherif)
25	Av min arm	Forbinding	Inden	En modstander skal kaste bolden med den modsatte arm.	Frit valg (ikke sherif)
26	Bahbuh bahbuh	Ambulance	Inden/under	Skadet modstander de sidste tre minutter af kampen. Reserve må sættes ind.	Frit valg (ikke sherif eller Jens Vejmand)
27	2 minutter	Kort med 2-tal	Under	2 minutters udvisning til en specifik modstander.	Frit valg
28	Tvillinger	Cykelslange (alternativt: reb)	Under	Den ældste og yngste markspiller for modstanderholdet bliver til siamesiske tvillinger i 2 minutter.	Den ældste og yngste
29	Ballonmanden	Ballon	Under	En modstander skal puste en ballon op, og modstanderholdet skal spille med ballonen i det efterfølgende angreb i stedet for håndbolden.	Frit valg (ikke sherif)
30	Professoren	Et forstørrelsesglas og regnestykker eller spørgsmål.	Under	En modstander skal udregne/svare på spørgsmål.	Den ældste

