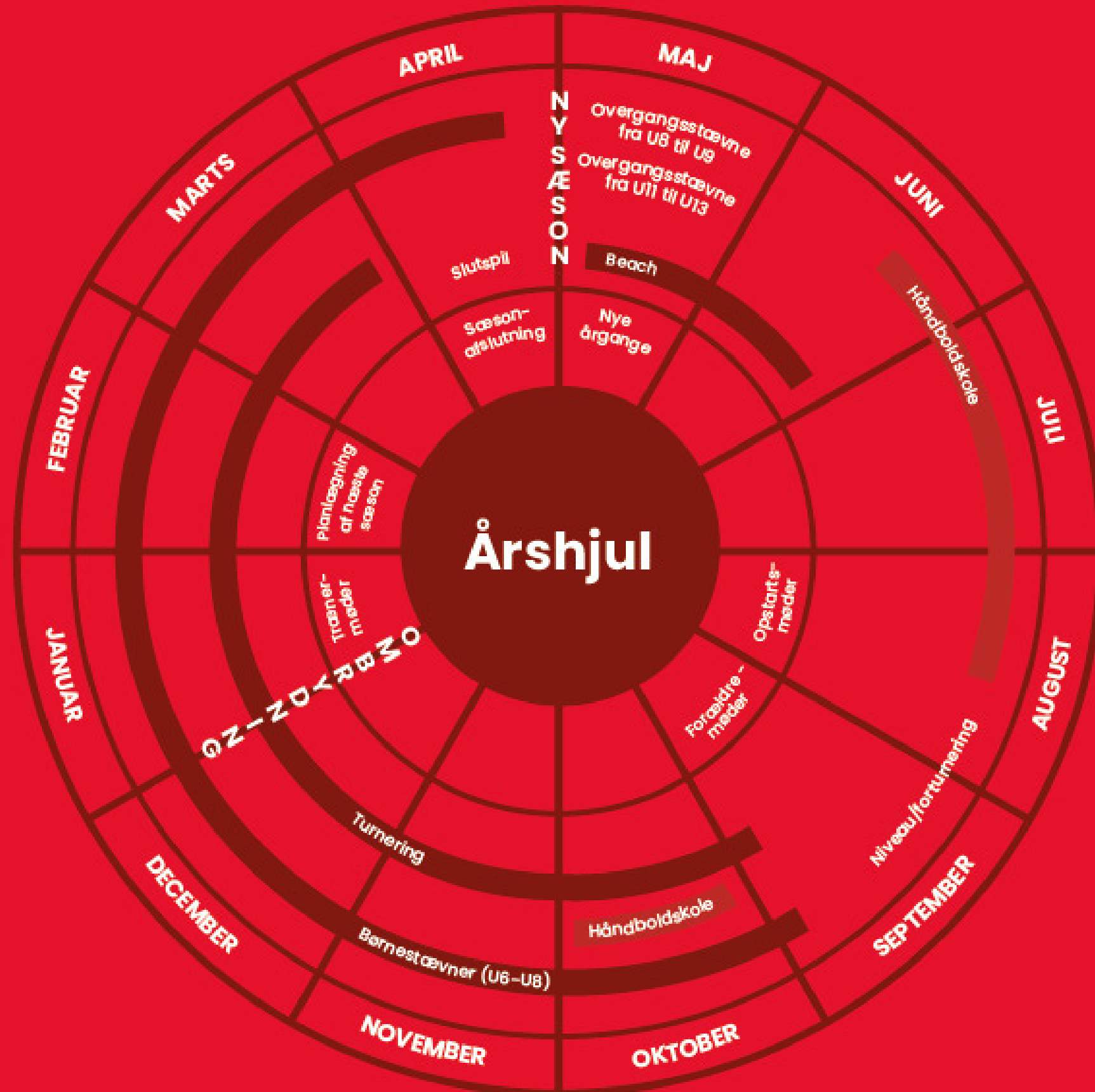


VELKOMMEN

BØRNEHÅNDBOLD



hvordan ser håndboldåret ud?

Hvem er på banen?

Uøvet/letøvet – STÅR:

Hvilke kendtegn har en håndboldspiller i UØVET/LETØVET?

- de er nybegyndere i forhold til generel bevægelse og motorik
- de er lokket af sted af deres forældre
- de er udfordret med at kontrollere bolden – svært ved at kaste og gribe
- håndbold ikke er første prioritet.
- mange nybegyndere

Genkend en C-spiller, der ikke har bolden

- kan glemme at holde øje med bolden
- løber ofte når tingene sker eller er sket

Hvornår er dit hold et C-hold?

- ingen A-spillere
- få B-spillere

Øvet – GÅR:

Hvilke kendtegn har en håndboldspiller i ØVET?

- de ved, hvad håndbold går ud på
- de kan kontrollere bolden, når de ikke bliver presset
- de kan være motorisk mere udfordret, men har fin koordination eller omvendt
- de kommer til træning stort set hver gang
- få spillere har spillet i flere år

Genkend en B-spiller der ikke har bolden

- kikker mest på bolden, men bliver også distraheret
- løber oftest først når tingene sker

Hvornår er dit hold et B-hold?

- 1-max 2 A-spillere, flest B-spillere, resten C-spillere
- C-spillere udvikler sig af at spille med

Meget øvet – LØBER:

Hvilke kendtegn har en håndboldspiller i MEGET ØVET?

- de synes håndbold er det bedste i verden, men har brug for lidt plads for at lykkes
- de har en rimelig koordination, kaster/griber fint og kan dribble
- de kommer hver gang til træning – som ofte ses med en bold i hånden
- de har spillet flere år.
- de er fysisk store spillere, der måske ikke helt opfylder ovenstående kriterier

Genkend en A-spiller, der ikke har bolden

- har stadig en ide om, hvor bolden kan komme hen
- løber oftest før tingene sker på banen

Hvornår er dit hold et A-hold?

- ca. halvdelen af spillerne er A-spillere – resten er B- eller C-spillere.
- B- og C-spillere udvikler sig ved at spille med.

Kampafvikling

Bolden:

U6 og U7 spiller med streetbold.

U8 spiller med skumhåndbold i str. 00.

Vælges en anden bold, skal det være fordi, spillerne er på et niveau, hvor en blødere bold giver en bedre oplevelse.

Dette skal aftales mellem trænerne.

Vælg kun bold ned i størrelse og blødhed.

Der må ikke spilles med læderbold til Totalhåndbold af sikkerhedsmæssige årsager.

Antal spillere:

4 på banen – op til 6 på holdet.

Spilletid:

2 x 7 minutter. 1 og 6 minutter mellem hver kampstart. Efter kampen giver spillere, trænere og vejleder high-five til alle.

Evt. uenigheder under kampen afslutter de 2 trænere uden for spillernes hørevidde.

Kampafvikling:

Kampen ledes af "HJEMMEHOLDET" – det hold, der er nævnt først i kampprogrammet... MEN det skal være i et stærkt samarbejde med holdenes 2 trænere

Uøvet/letøvet – STÅR:

Vejlederen administrerer reglerne med stor respekt for den enkelte spillers erfaringsgrundlag. Fokus på succesoplevelser og få spilafbrydelser.

Øvet – GÅR:

Vejlederen administrerer reglerne med stor respekt for den enkelte spillers erfaringsgrundlag.

Vejleder har fokus på at dømme:

- indkast
- fod på bolden
- målvogter, der har bolden under kontrol efter en redning, må ikke selv dribble op ad banen/ud af feltet, men skal aflevere til en medspiller.

Anbefaling!

lær holdet, at når et angreb af afsluttet med et skud mod mål, så går afslutteren ud og en ny kommer ind og går på mål.

- det giver en naturlig rotation
- børnene skifter selv ud og træneren kan konsentrere sig om kampen
- en stærk skytte vil overveje at få andre til at skyde for at blive på banen

Meget øvet – LØBER:

Vejlederen administrerer reglerne med stor respekt for den enkelte spillers erfaringsgrundlag.

Vejleder har fokus på og dømme for de 7 centrale regler.

1. Indkast
2. Fod på bolden
3. Tydeligt overtrådt
4. Dobbeltdribling
5. Målvogter, der har bolden under kontrol efter redning, som dribler bolden ud af feltet.
6. Opdækning i feltet.
7. Straffekast (DanskHåndbold anbefaler, at man ikke dømmer straffekast i Totalhåndbold, men frikast og en grundig forklaring af sikkerheden omkring den forseelse, som spilleren har begået fx skub, slag i hals- og hovedregion eller et ryk i armen bagfra).

Forældrenes rolle før, under og efter kampen!

Hep på ALLE kampens 8 spillere – de er alle nødvendige og vigtige for kampen.

Undlad at råbe navne – det forstyrrer.

Giv dit barn modet til at øve sig og træne nye færdigheder

Bak op om, at dit barn øver sig – også på forskellige pladser på banen. Oplevelsen af at lykkedes med enkelte aktioner til træning eller kamp forbedrer børns færdigheder og er central for deres motivation. Resultatet på måltavlen ved kampens slutning er ikke det vigtigste.

Bak altid op om træner og dommer/vejleder

Giv dit barn fred, når barnet er på banen. Der kan være mange følelser på spil, når ens barn dyrker sport. Forsøg at lægge en dæmper på dit eget engagement og lad dit barns oplevelse være i centrum. Tag en rolig voksensnak efter kamp og træning, hvis du oplever noget u hensigtsmæssigt eller har spørgsmål.

Giv dit barn mulighed for at være en del af fællesskabet

Venskaber opstår også i tiden rundt om træning og kamp. Prioriter fællesskabet. Det kan være ved bad efter træning, deltagelse i kamp, stævner, samkørsel og sociale arrangementer på holdet og i foreningen.

Spørg ind til oplevelse frem for resultat

Håndbold handler i bund og grund om at finde en vinder. Men håndbold er også leg. Som forælder er det vigtigt, at du holder fokus på læring og glæder. Det kan du gøre ved at stille spørgsmålene "Hvad har du øvet dig på?", "Hvad har du lært?" eller "Hvad var sjovt?" fremfor "Hvor mange mål scorede du?" eller "Vandt I?".

Sæt dine hold:

Du er træner og skal melde jer til stævne – disse spillere er klar til kamp:

opgave 1	A	B	C
U7 piger	4	5	5
U7 drenge	2	7	5

opgave 2	A	B	C
U7 drenge	3	2	
U8 piger		2	3
U8 drenge	5	3	2

opgave 3	A	B	C
U7 piger	1	4	5
U7 drenge	1	6	3
U8 piger	2	2	1
U8 drenge	2	3	2

Brug app'en

 Søg række

Forbund

DanskHåndbold Midt

Forening

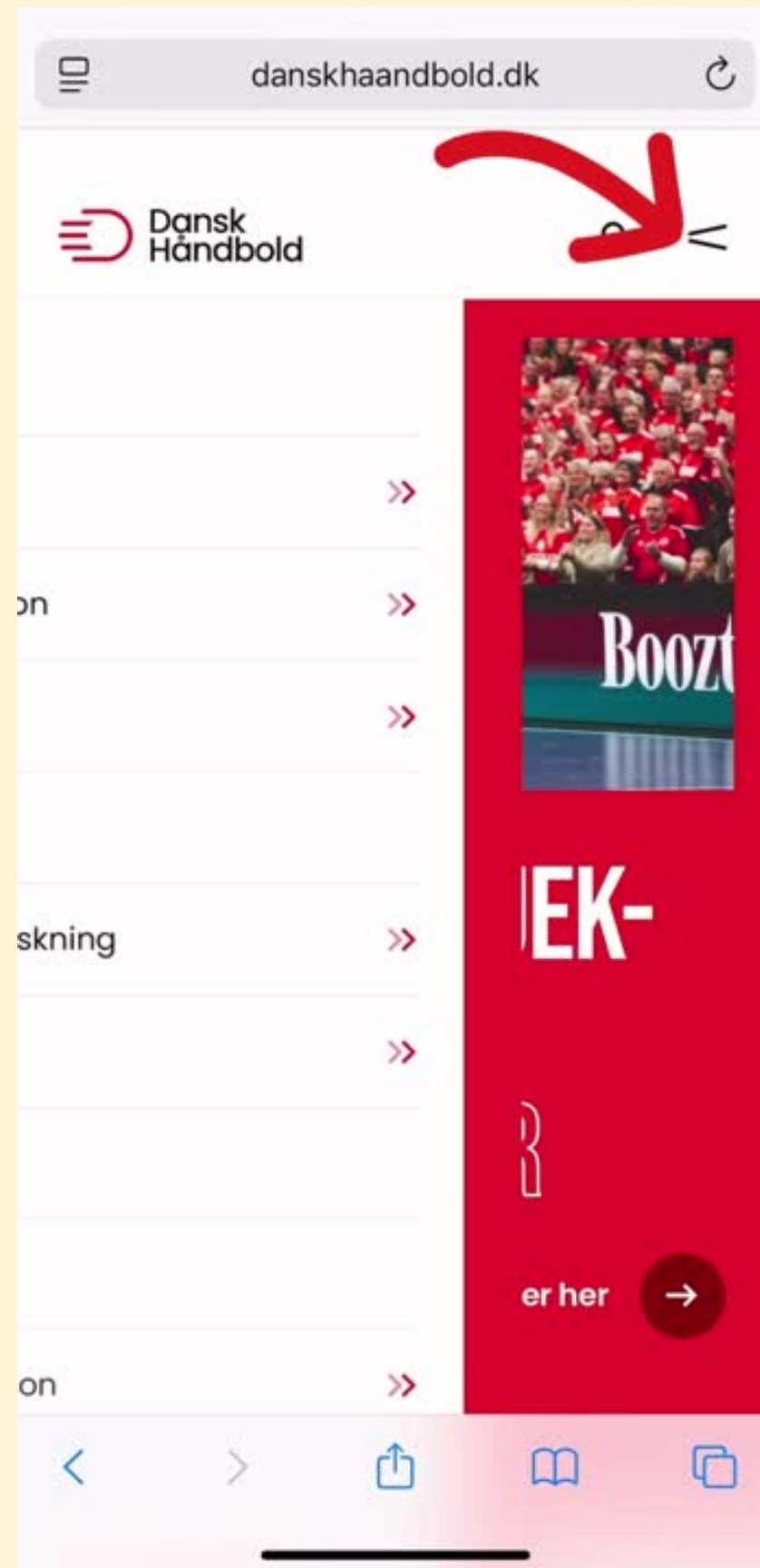
Køn

Herre

Aldersgruppe

Senior

Søg



spørgsmål?
evt.