



# ATT BILDA LAG

Handboll är en sport som engagerar alla – från liten till eliten. Varje år hittar nya barn och ungdomar in till idrotten. När de allra yngsta barnen ska börja spela handboll som ett lag behöver föreningen engagemang och stöd från ideella runt verksamheten. Så här går det till!

## FRÅN HANDBOLLSSKOLA TILL HANDBOLLSLAG



### Handbollsskolan

För de allra yngsta handlar handbollen om lek, bollaktivitet och rörelseglädje i handbollsskolan. Det är en öppen och kravlös verksamhet.

### Föräldramötet

Föreningen bjuder in föräldrarna till ett möte där föreningen berättar om verksamheten och hur föräldragruppen kan hjälpa till i olika roller i bildande av lag.

### Strukturen

Efter föräldramötet träffas de som vill vara med i bildandet av det nya laget för att dela upp ansvar och roller. På nästa sida kan du läsa mer om vilka roller som behövs i ett fungerande lag.

### Ett nytt lag

Nu har ni startat ett nytt lag och kan komma igång med träningar och match.

# ROLLER I LAGET

Börja med det viktigaste och bygg på med fler roller allteftersom. Sträva efter ett lag där många gör lite istället för att en gör allt.

MÅSTE HA

## Tränare

I din roll som tränare ska du se till att träningarna är förberedda och genomtänkta efter lagets förutsättningarna. Du coachar, leder och uppmuntrar barnen i laget. Det är en stor fördel om ni är flera tränare. Tillsammans med lagledare skapar ni en årsplanering för laget.

Det är bra om ni är flera som kan avlasta och vara behjälpliga vid träningar och matcher. Tränare kan också ha särskilda fokusområden, till exempel fysträning, målvaktsträning mm.

## Matchvärdansvarig

Matchvärdens uppgift är att skapa en trygg matchmiljö. Föreningen ser till att lagen har utbildade matchvärdar.



## Lagledare

I din roll som lagledare har du övergripande koll på lagets aktiviteter. Som lagledare ansvarar du för lagets administration som t.ex. lagsidan på föreningens webbsida, Profixio. Du är också med vid årsplaneringen för laget. Givetvis kan ni vara fler som delar på lagledaransvaret.

BRA ATT HA

## Sjukvårdsansvarig

Som sjukvårdsansvarig ser du till att det finns en uppdaterad sjukvårdsväska som kan användas både under träning och match. Via HF Öst eller RF-SISU kan du gå en akutskadevårdskurs för omhändertagande av olika skador som exempelvis stukad fot.

## Lagkassör

Som lagkassör hanterar du lagkassan samt håller kontakt med styrelsen/sektionsstyrelsen kring redovisning och återrapportering. Du gör en budget utifrån lagets årsplanering och ansvarar för betalningar och kvitton.

## Materialansvarig

I din roll som materialansvarig ser du till att det finns kläder, vattenflaskor, bollar, koner och annat som kan behövas. Kontaktperson med föreningens materialansvarig.

## Funktionärsansvarig

Som funktionärsansvarig i laget ser du till att det finns funktionärer på plats vid lagets hemmamatcher. Kontaktperson med föreningens funktionärsansvarig. HF Öst tillhandahåller utbildningar.



UVECKLINGSDELAR

## Sociala medieansvarig

Skapa och underhålla lagets sociala kanaler med utgångspunkt från föreningens ramar och riktlinjer.

## Cupansvarig

Ansvarar för anmälan, administration så som logistik och logi.

## Caféansvarig

Föreningar som har ett föreningsdrivet café behöver en caféansvarig som samverkar med föreningens caféansvariga.

## Teambuilding och sociala aktiviteter

Det är viktigt att gruppen har sociala aktiviteter vid sidan om handbollen för att stärka grupptillhörigheten och föreningskänslan.

# UTVECKLAS I DIN NYA ROLL I FÖRENINGEN



## Tränarutbildningar

### Barn- och ungdomstränarutbildning

Omfattas av Tränarutbildning 1, Tränarutbildning 2, Tränarutbildning 3, Tränarutbildning 4 och Tränarutbildning 5 samt fortbildningsaktiviteter och rekommenderade utbildningar som ökar kompetensen för dig som ledare.



### Seniortränarutbildning

Omfattas av Tränarutbildning 4, Tränarutbildning 5 och Tränarutbildning 6.



## Domar- och funktionärsutbildningar

För att bli handbollsdomare krävs inga förkunskapskrav (beroende på nivå). Självklart är det bra att ha förkunskaper om exempelvis vilka regler, domartecken, rörelsemönster, etc.

För att bli funktionär krävs inga förkunskapskrav (beroende på nivå). Självklart är det bra att ha förkunskaper om exempelvis regler, domartecken, EMP, etc.

Välkomna att läsa mer om domare & funktionärsutbildningar via QR koden.



## RF-SISU distrikten

Vill du lära dig mer om akut skadehantering, idrottspsykologi, att träna barn med NPF eller något annat som stärker dig i din ledarroll?

Webbadresser till RF-SISU distrikten

### Gotland

[www.rfsisu.se/distrikt/gotland](http://www.rfsisu.se/distrikt/gotland)

### Sörmland

[www.rfsisu.se/distrikt/sormland](http://www.rfsisu.se/distrikt/sormland)

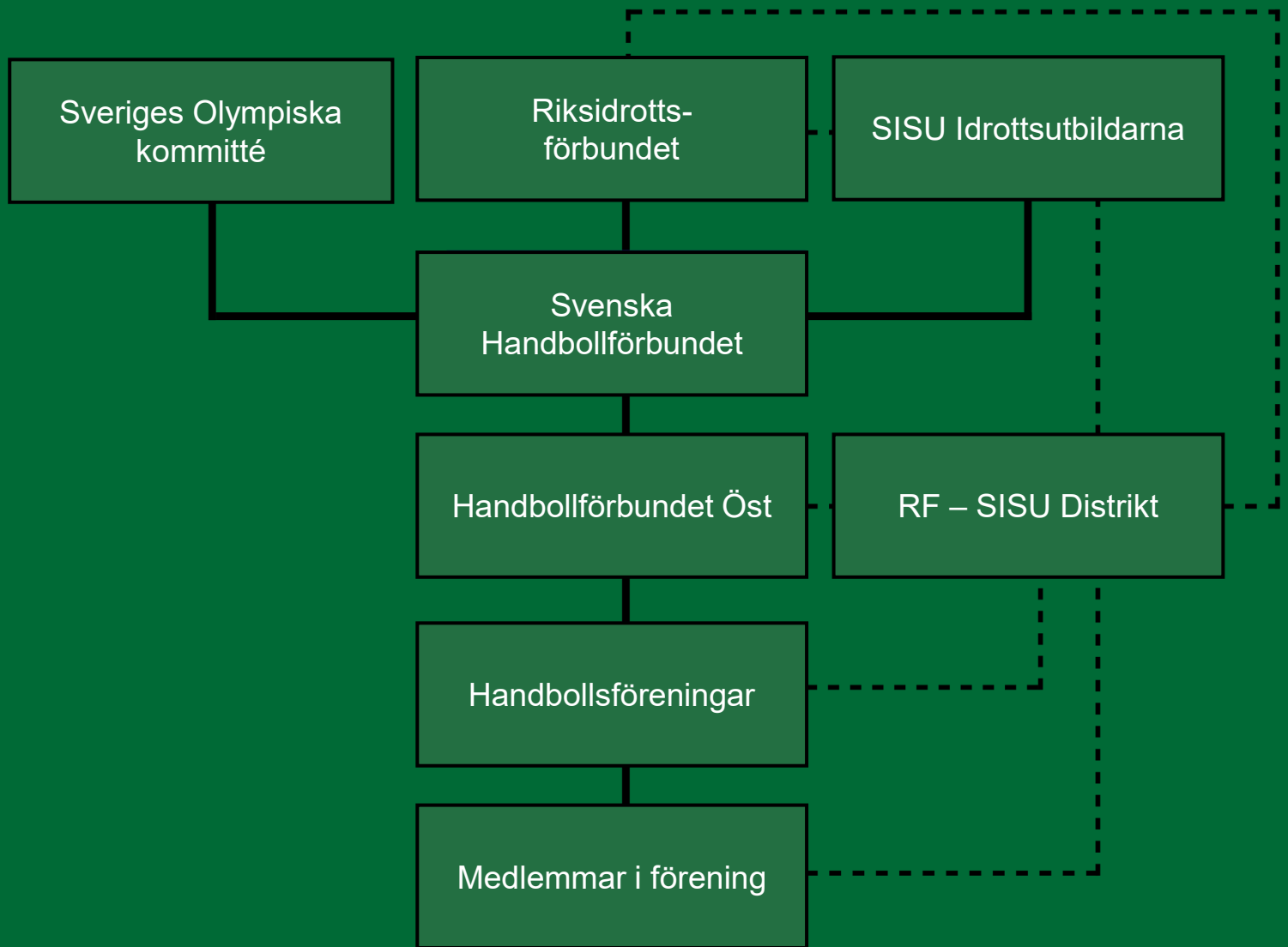
### Stockholm

[www.rfsisu.se/distrikt/stockholm](http://www.rfsisu.se/distrikt/stockholm)

### Uppland

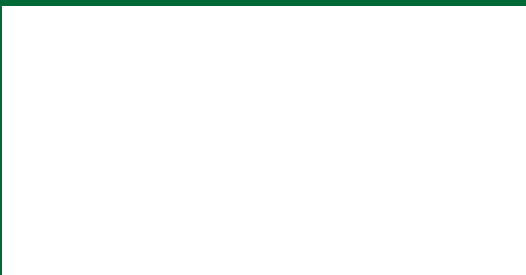
[www.rfsisu.se/distrikt/uppland](http://www.rfsisu.se/distrikt/uppland)

# IDROTTENS ORGANISATION



## KONTAKTUPPGIFTER

### Kontaktuppgifter föreningen



### Handbollförbundet Öst

[www.handbollost.se](http://www.handbollost.se)

[facebook.com/handbollost](https://facebook.com/handbollost)

[instagram/handbollost](https://instagram/handbollost)

[linkedin/Handbollförbundet Öst](https://linkedin/Handbollförbundet%20Öst)