



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025



SPORTSPLAN FLORØ SK HANDBALL



SPORTSPLANEN ER KNYTT TIL KLUBBEN SITT

HANDLINGSPROGRAM 2020 – 2025

Samt en integrert del av: [KLUBBHÅNDBOK FOR FLORØ SK HANDBALL](#)

INNHALD:

- 1.0: GENEREL DEL
- 2.0: HOVUDMÅLA
- 3.0: RAUD TRÅD I ALLE TRENINGSGRUPPER
- 4.0: ALDERSGRUPPA 6 – 12 ÅR
- 5.0: ALDERSGRUPPA 13 – 17 ÅR
- 6.0: SENIORNIVÅ
- 7.0: DOMMARANE



1. GENERELL DEL

FORORD FRÅ LEIAR– planen si plassering og generelt om planen

Sportsplanen (SP) er direkte knytt til Florø SK Handball sitt Handlingsprogram 2020-2025.

Planen svarar spesielt på dei strategiske måla 1, 2 og 3 i handlingsplanen.

SP er såleis forankra i klubben sine overordna strategidokument godkjent av årsmøte.

Videre er SP en integrert del av [KLUBBHÅNDBOK FOR FLORØ SK HÅNDBALL](#)

Styret er dog gitt mynde til mindre justeringar for å heve kvaliteten, dette gjeld og SP.

SU gjer ei kontinuerleg vurdering av SP, og fremmer ev. justert SP til styre for godkjenning.

Vi ser konturane av at NHF vurderer å etabler omgrepet «Kvalitetsklubb» på lik linje med NFF, så handlingsprogram med undervedlegg som SP vil være gode dokument for å kunne nå målet om å kunne bli en «kvalitetsklubb» i handball.

GENERELLT OM PLANEN

- a. Sportsplanen er Florø Sk handball sitt styringsdokument på den sportslege sida. Den skal gje felles køyrereglar til trenarane, leiarar, dommarar og spelarar som er engasjerte i Florø SK handball.
- b. Eit sentralt langsiktig mål for planen er å sikre at vi har plass til alle og at alle tek på alvor hovudmålet til klubben; At vi skal behalde flest mogleg, lengst mogleg.
- c. SP er ei vidareutvikling av den sportslige rammeplanen frå 2009, og dei 16 boda som har vore retningsførande for drifta av Florø Sk handball dei seinare åra.
- d. SP skal og vere ei verktøykasse som skal strukturerte tilboda våre og sikre gradvis progresjon i aktivitet og utvikling av dugleikar, og såleis bidra til å gje oss ein raud tråd i treningsarbeidet.
- e. SP skal sikre god kvalitet i alle grupper, uavhengig av trenar og kven som er i støtteapparatet.
- f. SP skal trygge at alle får utvikle seg, gjere det attraktivt å vere både trenar og spelar og delta i støtteapparatet.
- g. Planen skal sikre at dei som representerer klubben viser god vilje, god lagnad og humør både ute på bana, på benken og elles.
- h. Sp skal støtte opp under målet om at Florø Sk Handball skal vere ein klubb som satsar på breidde og trivsel, har plass til alle og der alle grupper samarbeider når det trengst.
- i. SP speglar at treningsarbeidet vårt skal vere basert på kunnskap. Klubben skal kvart år tilby trenar- og dommarkurs. Alle trenarane våre skal gjennom trenarkurs for det nivået dei trenar. I tillegg satsar vi vidare på å skaffe oss fleire dommarar. Vi skal vere best på utdanning i Region Vest.
- j. SP forpliktar trenarar og leiarar til å skape eit godt miljø i laget, mellom laga i klubben, med andre lag og med dommarar, sekretariat og andre som tener sporten vår.
- k. SP oppmodar trenaren til å prøve å sjå alle på kvar økt, legge vekt på positive tilbakemeldingar og på å unngå negative reaksjonar under kamp eller trening. Vi helsar før trening og kamp og takkar etterpå.
- l. Vi viser respekt for dommarane og held ein positiv tone. Dette gjeld for både trenarar og spelarar. Vi helsar på dei før og etter kamp. Skal trenar kritisere dommar, gjer han det etter kamp og på tomannshand.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- m. SP ber alle ta imot nye spelarar på ein positiv måte. Vi prøver å gje alle nye ein fadder som skal hjelpe dei i gang på dei fire -fem første treningane. Barn som slit skal sikrast ekstra oppfølging. Dette er hovudtrenar i gruppa sitt ansvar. Det er og hans/hennar ansvar å be SU om meir trenarhjelp om det trengst.

2. HOVUDMÅLA

a. SENIORLAGA

Som mål for perioden 2020-2025, skal planen trygge god og eiga rekruttering til 3. divisjonslag på både dame og herresida. Skulle vi komme i posisjon til å kjempe om opprykk til 2. divisjon og sjå at vi har fundament godt nok til å satse på eiga hand, vil vi vurdere dette.

b. LENGST MOGLEG:

Målet er at flest mogleg er med lengst mogleg. Vi legg til rette for at alle i Florø SK handball får høve til å spele handball på nivået dei ønsker så lenge dei ønsker.

c. KLUBB FOR ALLE:

Vi har plass til alle. Vi tek imot alle nye spelarar same kor trøgt det vert i hallane våre. Vi tek eit særleg ansvar for utsette grupper. Vi jobbar på same tid for å utvikle av ein god treningskultur. Vi hjelper dei som vil satse ekstra med å legge til rette for ekstra treningar, men og til å søke utfordringar på høgare nivå.

d. REGIONANSVAR:

Vi er den største klubben i Sogn og Fjordane. Det gjev oss eit særleg ansvar for å bygge bruer og samarbeide med naboane våre slik at alle får eit grunnlag til å utvikle seg. Også vi vil tape på det om klubbane rundt oss vert veikare.

3. RAUD TRÅD GJENNOM ALLE TRENINGSGRUPPER

Ei stamme av faste øvingsrekker med variasjonar skal vere grunnlaget for treningane frå mini og heilt opp til senior, i tillegg til meir spesifikke øvingar. ([Lenke til øvingar](#)). Alle barn skal få prøve seg og rullere på alle posisjonar, medrekna målvakt. Vi varierer på gruppene.

Trenarane i alle grupper bygger vidare på ein grov treningsplan som er laga for heile året. Dette gjer vi saman i mai/juni. Trenaren følgjer opp med plan for kvar enkelt økt basert på det fysiske og tekniske grunnlaget og utviklingsmåla til gruppa. Planane skal ha utvikling på lengre sikt som mål. Det er viktig at trenar tidleg lærer spelar humør og lagnad, og at vi oppnår mest i lag når vi er positive og tek vare på kvarandre. Hovudtrenar i klubben rettleiar alle om kva øvingar som skal prioriterast på ulike årsteg.

Spelarane våre skal øve og prøve seg i minst tre ulike posisjonar i løpet av ein sesong. Først når spelarane er 14-15 år startar vi forsiktig med meir faste posisjonar. Særleg viktig er det at vi får fleire til å stå i mål. Men her må trenarane passe ekstra på at spelarane ikkje får lov til å «skyte motet av» dei som prøver seg i buret. Opp til 15-16 år bør alle lag ha minst to målvakter og alle grupper minst fire som alternerer på å stå i mål.

Klubben har ei gruppe av erfarne og godt skolerte trenarar som årleg skal tildelast ansvar med å vere samtalepartner om trening og lag miljø for trenarane i andre grupper. Særleg viktig er det at unge og nye trenarar og dei som har sosiale utfordringar i gruppene sine får hjelp. Mentorane skal som eit minstemål observere to treningar og ha to samlingar med kvar



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025
trenar i løpet av ein sesong. Mentorrolla er å samtale, vere diskusjonspartnar og gje råd. Ikkje fortelje trenarane kva dei skal gjere.

4. ALDERSGRUPPA 6 – 12 ÅR

Det er viktig at barna får vere saman med vennane sine. Når vi set saman lag opp til og med 13 år prøver vi å gjere det slik at gutane og jentene får spele med vennane og klassekameratane sine. (jmf. FSK fotball barne og ungdomsidrett). Trenar skal samstundes tilstrebe at alle barna i gruppa samhandlar med alle, uavhengig av relasjon utanfor idretten. Vi rår til at treningane vert organiserte i mindre grupper med ein trenar per 6-7 spelarar. Vi oppmodar særleg dei yngste spelarane våre til å vere allsidige og nyfikne og i tillegg prøve seg i andre idrettar og.

TRENINGANE:

- Skal vere allsidige. Leik og trivsel skal stå i fokus.
- Vi unngår køar.
- Vi planlegg for at ungane skal ha mest mogleg kontakt med ball og får øve gjennom mange repetisjonar.
- Treningane skal innehalde grunnleggjande rørsletrening med og utan ball.
- Treningane skal tilpassast nivået til barna.
- Alle skal få vere med.
- Det skal vere eit mål for trenaren i ei økt å sjå alle og gje direkte tilbakemeldingar til alle
- Trenaren si hovudoppgåve er å syte for at alle trivst.
- Når ei gruppe har fleire trenarar, ønsker vi at trenarane samarbeider og let barna rullere gjennom fleire stasjonar. Spelarane skal møte i god tid, og vere klare for økta.
- Trenarane møter budde i god tid i uniform (treningsdrakt). Dei har ein klar plan over treninga.
- Trenar kan legge opp treningar etter prinsipp øvd/uøvd, for å gje spelarane utfordringar på eige meistringsnivå. Ein liten del av kvar trening kan nyttast til å dele opp i slike grupper. Hovudtrenar for gruppa må bruke minst like mykje tid på dei uøvde som dei øvde.

SJEKKLISTE FOR EI GOD TRENINGSØKT:

- Unngjekk vi køar?
- Greidde vi å halde aktiviteten gåande heile tida?
- Hadde barna det gøy og fekk dei ei oppleving av leik?
- Fekk spelarane bruke mykje tid med ball?
- Hadde vi søkelys på å utvikle kast og mottak?
- Brukte vi bra med tid på småspeløvingar?
- Avslutta vi økta med ein gøy konkurrans?
- Var vi flinke til å vise øvingane?
- Opplevde alle barn å bli sett og høyrde?

KAMPAR

- Vi melder på så mange lag som råd er for at alle skal få spele mest mogleg, men ikkje så mange at det tvingar oss til å låne spelarar av andre.
- Vi lagar jamne lag.
- Vi deler inn etter geografi/skular/venner.
- Vi held fokus på prestasjon, framgang og fair-play, ikkje på siger eller tap.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- Vi knuser ikkje motstandarane våre. Ser vi at vi er i ferd med å vinne for stort justerer vi så også motstandaran vår får ei god oppleving.
- Vi prøver å gje alle lik speletid
- Vi rullerer alle plassar, også målvakt.
- Kampene er først og fremst arena for trening, der barna prøver ut i kamp det dei har øvd på trening
- Vi tilbyr inga hospitering før i 13-års-klassen. (jmf. at det ikkje lenger er seriespel/tabellar i 12-årsklassen)

5. ALDERSGRUPPA 13 – 17 ÅR

Vi skal ha lag som er på toppen av SF-seriane. Vi streber etter å ha minst to jamne lag i kvar årgang utan å toppe.

Har vi tre lag i ein årgang 14+, skal berre det eine vere toppa på grunnlag av treningsinnsats og frammøte. Dei to andre laga skal settast saman slik at dei vert jamne. Men frå 13 år oppmuntrar vi samstundes dei mest treningsvillige til å delta i seriene for årgangen over i eit samarbeid med laga/trenarane som høyrer til i desse årsklassene.

TRENINGANE:

Grunnprinsippa for trening og ei god treningsøkt skissert i årsklassen 6 – 12 år gjeld og her. I gruppa 13-17 legg vi progressivt meir og meir vekt på:

- Styrketrening med eiga vekt.
- Skadeførebyggande trening
- Kosthald
- Mental trening
- Sosiale arrangement.

Eit hovudmål er å få med flest mogleg lengst mogleg:

Vi gjer det vi kan for å unngå fråfallet i denne utsette gruppa.

Det er eit stort mål for gruppa at vi og skal ta vare på Spelarane som er med for å ha det gøy så vi ikkje misser dei, på same tid som vi gjev eit godt tilbod til dei som vil satse høgare.

Meir presist:

- i. Vi har respekt for at ikkje alle har like ambisjonar. Det er lov å ikkje gå på alle treningar for dei som ikkje satsar høgt. Men alle bør delta på minst to treningar i veka i hall.
- ii. Trening som førebygg skader er særleg viktig på dette steget, og skal ligge i treningsplanane og ha fokus på alle treningar.
- iii. Vi har meir forpliktande tilbod for spelarar som vil satse. Dette forpliktar også trenar og klubb. Klubben har som mål å skape ein treningskultur som gjer at minst to spelarar i kvar årgang utviklar haldningar som motiverer for å satse på handball som toppidrett.
- iv. Vi tilbyr også andre roller som dommar/trenarar.
- v. Vi skal sjå alle. Derfor skal vi ha minst to trenarar per årgang i ungdomsgruppa vår.
- vi. Vi streber etter å tilby kvalitet, trivsel og positivisme i treningane. Vi baserer øvingsutvalet på kunnskap.
- vii. Vi streber etter å ha minst to lag i alle aldersgrupper for at alle skal få spele flest mogleg kampar.
- viii. Vi prøver å ha minst to miljøsamlingar i kvar gruppe i ein sesong. Ein av foreldrekontaktene skal ha særleg ansvar for å følge opp miljøet i gruppa og arrangere slike samlingar.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- ix. Trenarane/foreldrekontaktene er vare for dei som kan vere i ferd med å slutte.
- x. Trenaren skal ta ein samtale med vedkomande og fortelje at du er viktig og velkommen tilbake om du treng ein pause.
- xi. Kvart lag vel sin representant til eit ungdomsutval som skal møtast minimum to gonger per år. (I starten av sesongen og etter at sesongen er over. Leiar/SU-leiar kan og møte her om det er eit ønske)
- xii. Trenaren skal strebe etter å gjennomføre personlege utviklingssamtalar minst ein gong i året og i alle fall på tampen av kvar sesong, eller der vedkomande trenar ser at det trengst.

Topping, hospitering og øvd/uøvd differensiering:

Nokre definisjonar:

- xiii. TOPPING:** Tyder at dei beste får spele meir enn dei andre eller at vi set saman lag med berre dei beste spelarane.
- xiv. HOSPITERING:** Særleg motiverte spelarar vert inviterte til å trene med aldersgruppa over i ei eller fleire økter for veka for å få større utfordringar. Dette kan også gjerast med ei større treningsgruppe dersom det ligg til rette for det.
- xv. DIFFERENSIERING:** Vi skil deler av øvingstilboda til spelarar i ei treningsgruppe på øvd eller etter ulike tekniske, taktiske, og fysiske modningsnivå.

SLIK ØNSKJER VI SOM KLUBB Å HANDTERE DENNE TYPE DIFFERENSIERING:

TOPPING:

- Vi aksepterer ikkje topping på barnenivået opp til 15 år. SU sitt råd til trenarane er å vente så lenge råd er, eller å bruke nøytrale variantar der frammøte, iver og treningsinnsats unntaksvis kan verte premiert med meir speletid/fleire kampar i avgjerande turneringar/sluttspel. Her skal spelereglane vere kommuniserte tydeleg til både spelar og foreldre i god tid på førehand.
- I store grupper med mange nye spelarar kan ein og skilje mellom øvde og uøvde. Her har hovudtrenaren i gruppa eit særleg ansvar for å følgje opp dei mindre øvde. Vi opnar for å toppe når det gjeld kvalifiseringane til Bring eller Lerøy-turneringane. I sjølve turneringane skal alle som er med i troppen til runden spele.

ALLE OPP

- Eit anna unntak kan vere at vi kan late ei heil gruppe gå opp ein årgang for å styrke rekrutteringa i ein sårbar serie eller ein sårbar årgang for grupper i 14, 15 og 16-års klassene, eller for å gje gode lag utfordringar dei ikkje kan møte i eigen årgang. Dette må gjerast med klokskap og i forståing med trenarane i den gruppa i klubben som vert utfordra - og med den sportslege leiinga i klubben.
- Trenarane samarbeider om å melde på eit ekstra lag som spenner over to årgangar. Dette er særleg aktuelt viss den eldste årgangen er for stor for berre eitt lag, men har for få spelarar til å melde på to lag.

UTLÅN

- Tyder at ein spelar står til disposisjon for ei eldre årsklasse. Som hovudregel bør vi ikkje melde opp fleire lag i ei aldersgruppe enn der er spelarar til. Men vi hjelper kvarandre i ei knipe. Utlån skal først avklarast via trenaren til spelaren som så kontaktar foreldra før spelaren vert orientert. Ingen trenarar skal ta direkte kontakt med spelar eller foreldre om eit eventuelt utlån før dette er diskutert med den faste trenaren til gruppa.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- Opp til 16 år har ein spelar alltid primær høyre til i si eiga treningsgruppe. Trenaren her har ansvaret for at spelaren får nok tid til kvile, skulearbeid og venner.
- Ønsker trenar for eit 16 årslag som jobbar for Bring-kvalifisering å bruke spelarar frå aldersgrupper under, gjeld same prosedyre som for utlån.
- Med Bring-satsing kan spelar prioritere meir av oppkøyinga med «Bringlaget» men må uansett delta på minst to treningar i veka med eige lag.
- Ein slik avtale må godkjennast av Sportsleg leiar og foreldra før spelar vert kontakta.
- Resten av sesongen prioriterer spelar eiga aldersklasse, unnateke vekene med Bring-runde om laget skulle lukkast å kvalifisere seg.
- Klubben har som mål å stille lag til Bring- og Lerøyseriane åleine eller i samarbeid med andre når spelargrunnlaget er der, og støtteapparatet er villig til å skape dei økonomiske rammene.

HOSPITERING 13-16

- Skal avtalast mellom trenarane for årgangane frå 13 år og oppover til 16 år. Det normale vil vere hospitering ein gong for veka etter ein fast plan. Trenarane avtalar i samråd med SU-leiar i august/september omfang og dag og tid for hospitering for heile sesongen. Alle 13 åringane som vil det skal få sjanse til å prøve seg i 14-årsgruppa. Meir enn ein spelar frå ei gruppe må delta på hospiteringa. Foreldra må godkjenne den og sportsleg leiar skal informerast av gruppene før ordninga vert sett i kraft.
- I staden for hospitering kan laga avtale treningssamarbeid der grupper køyrer felles treningar.
- Ein bør ha ein prøveperiode for å sjå at ordningane fungerer. Ideelt bør også trenar for den yngste gruppa delta på treningane med 14-åringane.
- Ved hospitering skal trenaren for laget over, fylle ut eit vurderingsskjema for spelarane til den faste trenaren når perioden er over. Dette same gjeld for alle som hospiterer.

HOSPITERING ER TRENARSTYRT

- Hovudtrenarane for dei aktuelle årgangar styrer kven av 14-åringane og 15-åringane, eventuelt 16-åringar som skal få sjansen til å prøve seg opp ei årsklasse. Her skal spelereglane kommuniserast i god tid på førehand. Haldningar og treningsiver skal vege mest. Foreldra skal kontaktast og godkjenne ekstra-treninga før spelaren får tilbodet. Hospitering skal ikkje gå ut over trening i eiga gruppe. Hospitering er eit tillegg til trening i eiga gruppa og dei som får tilbodet må såleis plikte seg til å delta i eiga treningsgruppe.
- **Tilbodet fell vekk**
 - Viss spelar ikkje brukar det.
 - Viss spelar forsømmer trening i eiga gruppe.
 - Viss spelar i samråd med trenar finn ut at han/ho enno ikkje er moden for det.
 - Om trenings- og kampbelastninga vert for stor.

DIFFERENSIERING - Dele i øvd/uøvd

Er berre akseptabelt dersom målet er å heve kvaliteten til dei meir uøvde i ei treningsgruppe, og skal berre utgjere ein mindre del av ei treningsøkt. Det er eit vilkår at dette vert tydeleg kommunisert til spelar og foreldre.

SPELARUTVIKLING UTANOM KLUBB



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- Fram til 13 år har klubben heile ansvaret for spelarutvikling. Frå 13 år oppmuntrar vi spelarane våre å ta del i dei utviklingstilboda som region og forbund tilbyr utanfor klubb: Dette gjeld Sone-samlingar (SUM) for alle frå 13 år, kartleggingssamling, og Regionssamlingar (RUM) for dei som satsar mest og har spesielle kvalitetar, dessutan spissa samlingar, bylag eller regionale landslagssamlingar for dei få som vert utvalde.
- Om slike spelarar skal vurderast for uttak er det viktig at trenarteamet står for dette og at foreldretrenarar ikkje gjev eigne barn fordelar - eller ulemper i vurderinga. Ved tvil kan SU ta del som nøytral part. Trenarane skal foreslå kandidatar. Desse skal godkjennast av SU.
- Det er viktig at utveljinga til slike samlingar er ryddige, transparente, og grunna på kjende kriterie. Eit trenarteam kan sette opp kva kriterie som skal gjelde og gjere dette kjent for spelarar og foreldregruppe.

KAMPAR:

- I cup, serie og turneringsspel prøver vi å sette saman laga våre slik at dei vert så jamne som mogleg. Vi kan og velje andre meir nøytrale og sosiale måtar, som å sette saman lag etter bydel, eller å dele gruppa etter kva halvår spelarane er fødte i på året. Eller om det er naturleg utan å stigmatisere, etter øvde og uøvde spelarar. Vilåret er då at dette vert grundig kommunisert og oppfatta av både spelarar og foreldre, og der det forplikande målet er å bringe dei uøvde på nivå med dei andre i same aldersgruppe.
- Det er eit mål at alle skal få spele like mange kampar i løpet av ein sesong. Trenar skal og streve etter å la alle få spele tilnærma like lenge i ein kamp.
- Men trenar har høve til å komponere laget til den enkelte kamp i høve til motstandar med jamnbyrdige kampar som eit mål, og slik variere kven som spelar.
- Det er sjølvstyk eit poeng å vinne kampar. Men vi skal ikkje knuse motstandarane våre og satse på kallas-sigrar. Vi skal bidra til at også motstandarane våre får gode opplevingar og motivasjon til å satse vidare. Som klubb er vi avhengige av at også naboklubbane våre utviklar seg.
- Går det mot storsiger i ein kamp set vi oss andre mål og øver på det, heller enn å skore flest mogleg mål. Vi skal sjølvstyk framleis vinne kampen.

6. SENIOR

MÅLET er stabile 3. div. lag både på herre og damesida med utvikling av eigne spelarar.

Dersom vi har eit meir langsiktig grunnlag for å satse på 2. divisjon i perioden, vil vi vurdere det.

Den vanskelege overgangen til senior:

- a. For å sikre at flest mulig held fram med handball, (spelar, dommar, andre funksjonar) skal klubben gje individuelt tilpassa tilbod til alle som ynskjer. Vi melder på ekstra rekruttlag til dame og herreseriane for å ta vare på dei som ikkje kjem direkte inn i 1. troppene, eller vil trene mindre enn dei som plikter seg til spel for flaggskipa våre.
- b. Alternativt melder vi på lag til 17-20-års-seriane. Her må også ansvar for at vi skal ha slike tilbod i SF og omsyn til naboklubbar telje tungt.
- c. Vi held heile tida fram med det viktige arbeidet med å utvikle individuelle dugleikar.

d. SPELARKONTRAKTER

- i. Vi har standardiserte spelarsamtalar om vidare mål og utvikling med alle som er med vidare opp i seniorklassen.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

- ii. Vi skriv amatør-kontrakter med dei som er utvalde til å spele på 1. laget og på rekrutteringslaga våre. I kontrakten kjem det tydeleg fram kva pliktar og rettar spelaren har i høve til Florø SK handball, og kva klubben skal stille opp med for spelaren. I kontrakten stiller vi klare krav til satsing og treningsframmøte, og til at spelaren skal ta ansvar for eiga utvikling, restitusjon og eit sunt kosthald..
- iii. Vi har kontrakter med eldre spelarar på 1. laga våre på herre og damesida når dei spelar i 3. div eller høgare.
- iv. Vi lempar på krava for dei som ikkje satsar like mykje. To treningar i hall i veka i snitt er minstemål for dei som spelar på seniorlaga våre.

KAMPAR

Kriterium for uttak er:

- Kvalitetar
- Innsats på trening
- Frammøte på trening.

Unge spelarar på 1. laget som får lite speletid, vil få meir kamptid på 2. eller 3. laget, eller eventuelt eit 18-årslag.

Vi let motiverte 15 og 16-åringar trene med seniorlag etter ein plan. Dei har primært høyre til i eige lag og har den grunnleggande treningsdagen sin her. Berre unntaksvis kan dei velje seniorlag framfor eig lag om vi har kampkollisjonar.

7. DOMMERANE

Klubben har i dag om lag 20 dommarar inkludert barnekompleiarar, og har både miljø og tradisjon for å utvikle dommarar. Om lag ti av dommarane våre har dommar 1 utdanning eller høgare.

Vi treng i tillegg å rekruttere fleire ”vaksne” dommarar. Dommarane er ein viktig del av handballen, og Florø SK handball ønsker å bidra med at vi og sona rundt oss har mange nok godt kvalifiserte dommarar.

Barnekompleiarkurs for alle 15 åringar som spelar handball i klubben er i dag det fremste rekrutteringstiltaket.

a. Rekrutteringsmål:

- i. Det er eit mål for Florø Sk handball over nokre år å kunne disponere 20 dommarar med minst dommar 1- kompetanse.
Då må vi utdanne 6-8 nye med dommar 1 kompetanse kvart år, i tillegg to til til høgare nivå.
Til dette kjem 10 barnekompleiarar og eit par beach-dommarar.
- ii. Vi tek mål av oss å ha dommarar på alle regionale nivå.
- iii. Vi legg til rette både for breddedommarar og for dei med større ambisjonar.
- iv. Klubben følgjer særleg opp dei de yngste / ferskaste dommarane våre. Her kan også trenarane våre vere til god hjelp
- v. Eldre/ambisiøse dommarar vil Region Vest ha ansvaret for.
- vi. Alle dommane skal ha trygge rammer for si utvikling.
- vii. Vi utnemner årleg ny dommarkontakt og dommaransvarleg i god tid før seriestart. Det er eit vilkår at vedkomande er motivert.



FLORØ SK HANDBALL

Vedlegg 1 til APP 1 til Del 2 – Sportsplan til Florø SK Handball Handlingsprogram 2020-2025

b. Klubbens rolle

Strategi hovudmålet:

- i. Klubben arrangerer årleg egne kurs for barnekompleiarar og dommar 1-kurs.
- ii. «Eldre» dommarar og trenarar i klubben skal vere med i støtteapparat kring yngre dommarar.
- iii. Vi kommuniserer aktivt «Fair Play» til egne dommarar/trenarar- og i egen hall.
- iv. Klubben dekker alle kurs, og skriv/fornyar i august kvart år ein standard kontrakt med alle dommarane våre. Kontrakten omfattar m.a. dommarklede, bonusar m.m.
- v. Dommarkontakt/dommaransvarleg er medlem i SU og har saman med SU-leiar ansvar for dialog med regionen slik at kursa vert haldne.
- vi. Klubben/dommaransvarleg legg til rette for at naudsynt info om kampreglar, dommar-registrering, honorar og generelle lover og reglar, til ei kvar tid vert opplyst til dommarane våre.
- vii. Dommaransvarleg/dommarkontakt har ansvar for minst fire faste samlingar for dommarane i klubben.