



Norges
Håndballforbund

Kampaktivitet/belastning

- Det spilles for mange kamper
- Politisk vedtatt max 5 kamper pr uke (Lerøy/Bring-divisjonsspill)
- De beste spillerne spiller mest
- Mye taktisk trening i sesong
- Close the gap
- Kommunikasjon mellom trenere i ulike arenaer
- Sette opp et årshjul med tanke på god utvikling

LMY

- Spiller mesterskap i Juli-August
- Mister viktig trening i oppkjøringsperioder, også Januar for enkelte (1. div spill)
- Sende partall-oddetall til mesterskap hvor vi har store kull
- 00-01 ca 100 spillere har vært på samling
- 02-03 ca 80 så langt

LMY MESTERSKAP

- Å vinne er ikke det viktigste
- Fokus på utvikling (utfordre også de mindre sterke sidene)
- Bygge kultur
- Eieforhold til sin egen utvikling

HVEM BLIR BEST?

- Det er ikke en sprint å bli god, det er en maraton og den blir veldig lang å løpe med skade

Resultatfokus i barne/ungdoms håndballen

BARNE/UNGDOMSTRENER

- Utfordrende
- Krever mye arbeid
- Forberedelser til trening
- Treffe mestringsnivå til alle
- Umulig å si hvem som blir best
- Differensiering på trening

- Trener blir ikke målt på resultat i kamper
- Barn skal gjøre sitt aller beste for å vinne
- Hvor viktig er kamper?

DET TAR TID Å BLI GOD

- Talentidentifisering. Hvem blir best?
- De som har glede av å drive konkurranse idrett er de som ofte kommer lengst
- De som kommer bak de beste i tidlig alder jobber hardere for å tette luka
- De som ligger lengst frem blir ofte tatt igjen

DET TAR TID Å BLI GOD

- System håndball med gitte løsninger
- Det er ikke bare lov, men viktig at det er toleranse for å gjøre feil
- Vi trenere trenger ikke å gi de svarene, det er mange måter å løse ulike situasjoner
- Uttak til kamp/turneringer, sette igjen barn hjemme

INDIVIDET I FOKUS

- Bruk av spillernes ekspertise til å vinne kamper
- De mindre sterke sidene må utvikles
- Treningskultur
- Tren riktig, vær nysgjerrig
- Spille flere posisjoner
- Treningene skal ha blikk på hver enkelt barn for utvikling
- Ikke riv andre ned

ALLSIDIGHET

- Allsidighet, barn velger til slutt primæridrett
- Vi trenere og klubbledere har skapt en usunn konkurranse mellom idrettene.
- Frafallet er alt for stort.
- Tidlig spesialisering er ødeleggende.
- Drivkraften skal være lek.
- Min jobb er å gjøre håndball moro for de som kommer i hallen

BLIKKET PÅ DET ENDELIGE MÅLET

- I kampbelastnings perioder
- Medgang og motgang
- Tålmodighet fra spiller og trener
- Eieforhold til sitt endelige mål
- Oppfølging, ingen blir god alene

HVEM BLIR BEST?

- De som liker å drive med konkurranse
- De som gleder seg til å gå på trening
- De som ser på trening som «lek» Det SKAL være MORO

VANSKELIG Å BLI GOD HVIS DU...

- Syns det er vanskelig å håndtere motgang
- Trur suksess akkurat nå er det samme som fremtidig suksess
- Har et syn på seg selv og sine ferdigheter som er forvrengt
- Hvis du tar veiledning som kritikk

The Ride Home BY JOHN O'SULLIVAN

Hvorfor er ikke allsidighet og variasjon lenger en gullstandard i norsk idrett?

Fair Play • Begeistring
Innsatsvilje • Respekt