HK Eidsberg Sportslig plan 2026 - 2030

Innhold

INNLEDNING 2
MOTTO OG VISJON 3
GRUNNLEDENDE PRINSIPP 3
OVERORDNET MÅLSETNING 3
GRUNNLEGGENDE VERIDER: 4
SPORTSLIGE MÅL OG STRATEGIER 4
SPORTSLIGE RETNINGSLINJER 6
MINI-HÅNDBALL GUTTER / JENTER 6-8 ÅR 6
GUTTER / JENTER 9 – 10 ÅR 7
GUTTER / JENTER 11 – 12 ÅR 8
UNGDOMSHÅNDBALLEN 13 – 14 ÅR 9
UNGDOMSHÅNDBALLEN 15 – 16 ÅR 10
JUNIORHÅNDBALLEN 17 – 20 ÅR 11
SENIOR DAMER / HERRER 12
HOSPITERING 13
TRENERKOMPETANSE 13
Treneravtaler 14
Ung trener 14
Startpakka 14
DOMMERE 15
SPILLERRÅD 15
TEKNIKKMERKE 16

INNLEDNING

HK Eidsberg sin sportslige plan for 2026 – 2030 er et styringsverktøy for hvordan håndballen skal drives.
Sportslig plan inneholder sportslige strategier og målsetninger, og retningslinjer for lagsmiljøene basert på alder.

Sportslig plan er laget for spillere, trenere, ledere og foreldre. Klubben forventer at sportslig plan brukes aktivt. HK Eidsberg skal være en trygg og sosial arena hvor alle barn og unge skal oppleve utvikling og mestring.

Sportslig plan omfavner barnehåndballen, ungdomshåndballen og senior, samt trenere og dommere.

HK Eidsberg sin visjon, grunnleggende prinsipp og mål er grunnlaget for vår aktivitet, og vi ønsker at alle lagene i klubben skal ha et eierforhold til dette.

MOTTO OG VISJON

Ha tilbud til alle som ønsker å spille håndball i gamle Eidsberg Kommune

Mangfold – moro - mestring

"***Flest mulig – lengst mulig"***

GRUNNLEDENDE PRINSIPP

PROFIL: Håndball for alle.
KULTUR: Utviklingskultur - En klubb hvor vurderinger og beslutninger baseres på et langsiktig mål om utvikling.
KRAV: Lojalitet – være lojal mot klubbens retningslinjer, prinsipper og verdier.
VERDIER: Mangfold – moro - mestring.

- Mangfold: Vi skal ha ett inkluderende miljø, basert på likeverd og respekt. Vi skal vektlegge det sosiale for å skape ett godt felleskap og en tilhørighet til alle.
- Moro: Vi skal ha muligheten til å ha det moro med håndball.
- Mestring: Vi skal gi alle like muligheter for utvikling og mestring, uavhengig av enkelt spillerens ambisjon og ønske for håndball.

OVERORDNET MÅLSETNING

HK Eidsberg skal være ett viktig aktivitetstilbud i lokalmiljøet både sportslig og sosialt. Vi skal være en møteplass der medlemmene kan bygge relasjoner på tvers av alder, kjønn, ferdigheter og skolekretser, i trygge omgivelser.

Vi skal være en attraktiv klubb å spille i – for alle, uavhengig av alder eller kjønn. Klubben har som mål å ha et sportslig tilbud til alle fra minihåndball til senior. Alle skal oppleve håndballglede gjennom fokus på individuelle ferdigheter og samspill. Man skal gi minnerike opplevelser gjennom mangfold, mestring og moro med sportslige og sosiale ferdigheter.
Vi ønsker å holde kostnadene for å delta så lave som mulig. Økonomi skal ikke være et hindre for å delta, derfor har vi satt av et fond til å bistå ved behov.

HK Eidsberg står for et positivt og humanistisk menneskesyn der alle mennesker er likeverdige. Voksne er rollemodeller med stor betydning for barn og ungdoms holdninger og oppførsel. Vi skal ta vårt samfunnsansvar ved å bidra

til fysisk aktivitet blant kommunens innbyggere, skape sunne holdninger og en ren idrett uten tobakk, alkohol, narkotika eller doping.

GRUNNLEGGENDE VERIDER:

HK Eidsberg bygger sine verdier på Norges Håndballforbunds verdier som er:

Begeistring For klubbens posisjon og samfunns-oppgaver. For andres innsats for klubben. I egen utøvelse av oppgaver for HK Eidsberg.

Innsatsvilje I gjennomføringen av oppgaver en har påtatt seg for klubben som tillitsvalg, ansatt, trener, utøver og dommer.

Respekt For klubbens lover, regler, vedtak, handlingsplan og beslutninger. For hverandre som medlemmer, utøvere, trenere, dommere og ledere. For hverandres meninger og synspunkter.

Fair Play I utøvelsen av spillet. Som publikummer i hallen. I utøvelsen av alt arbeid for klubben.

SPORTSLIGE MÅL OG STRATEGIER

Strategier mot 2030

HK Eidsberg er en bredde- og utviklingsklubb. Der målet er å utvikle hver enkelt spiller opp mot sitt eget mulige toppnivå, så lenge det er naturlig at spilleren er i klubben.

Vi ønsker å skape en arena allerede for de barna som ikke har startet på skolen. Våre yngre årsklasser skal fokuser på utvikling på alle nivåer. I de eldre årsklasser skal vi tilrettelegge både for de som ikke ønsker å legge så mye tid i håndball, og for de som ønsker å satse på håndballen. Deltakelse i Bring og Lerøy er en bonus om lagsmiljøene er motiverte til dette.

Kompetanse

MÅL: Alle lag skal ha trenerteam med formell kompetanse iht. krav i hver enkel årsklasse.
Alle trenerteam skal følge klubbens sportslige plan.

Strategi: Tilby, tilrettelegge og oppfordre til trenerkurs lokalt.
Sportslig plan skal være en del av alle trenersamlinger.

Klubb og lagsmiljø

Mål: Vi skal ha lag i alle klasser og nivåer.
Flest mulig – lengst mulig, jobbe for å beholde spillere i klubben, minske frafall.

Strategi: Ha ett attraktivt og inkluderende tilbud.

Hindre frafall gjennom gode lagsmiljø, og kompetente trenerteam og støtteapparat.
Jobbe fokusert med spillerutvikling, og ha arenaer hvor utøvere opplever mestring.
Ved behov skal det sees på mulige samarbeidsformer både trenings- og spillemessig internt i klubben.
Det skal i løpet av perioden opprettes et spillerråd, med representanter fra 13 år og oppover.
Alle lag fra 9 år og oppover skal delta på HEIA-cup, Smaalenene Cup og HK Eidsbergs årlige fellescup (Baldus Cup – Lillehammer)

Rekruttering

Mål: Aktivt jobbe med rekruttering av spillere, 5 -10 år.
Mini håndballen bør ha som mål å ha minst 60 barn i aktivitet, fordelt på både gutter og jenter.
Vi skal ha netto tilsig av spillere hvert år.
Ha fokus på økt rekruttering av gutter.

Strategi: Ballaktivitet for barn før skolealder. Håndballskole i august før skolestart. Senest oppstart for trening på alle lag er ved skolestart.
Vi skal være en attraktiv klubb for spillere i nærliggende områder, hvor moderklubb ikke kan gi tilfredsstillende tilbud. Jobbe tettere mot SFO som arena for rekruttering av nye spillere.

Resultatmål - ungdom, junior og senior

Mål: **Senior:**
Ha både dame og herre lag.
Junior:
Ha spillere på SPU aktiviteter.
Lerøy serien J/G 17-18 år.
Ungdom:
Ha spillere på SPU aktiviteter.
Bring serien J/G 15-16 år.

Strategi: Skape ett godt treningsmiljø med strukturert opplegg.
Tilrettelegge med treningstid innenfor gitte rammebetingelser og kriterier, samt et team rundt laget. Ha en positiv holdning til samarbeid med andre klubber for å nå målene, dersom disse klubbene har de samme mål, verdier og holdninger som HK Eidsberg.

Administrasjon og ledelse

Mål: Ha et kompetent styre og sportslig ledelse, som er synlig for medlemmene i klubben.

Strategi: Ha gode arbeidsbeskrivelser for vervene som er i klubben.
Ha et velfungerende styre og sportslig utvalg.
Benytte seg av gode interne ressurser. Ha en god dialog mellom alle parter i klubben.

SPORTSLIGE RETNINGSLINJER

MINI-HÅNDBALL GUTTER / JENTER 6-8 ÅR

Målsetning

Minihåndballen er for mange første møte med håndballen som fritidsaktivitet.

Vi ønsker å gi flest mulig barn i gamle Eidsberg en mulighet til å bli introdusert i håndball.
Gjennom mini-håndballen skal barna oppleve glede, få fysisk aktivitet og mestringsopplevelser gjennom håndballrelatert trening og individuell egenutvikling.
De får mulighet til å lære seg positive fritidsvaner og interesser.
Ved å være en del av mini-håndballen ønsker vi å styrke barns tilhørighet til håndballklubben og hallen.

Rekruttering av spillere til mini-håndballen er ett hovedfokus.

- God dialog med barneskolene.
- God informasjon om tilbudet.
- Håndballskole.
- Ballaktivitet for barn under skolealder.

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn. Det skal være mye lek og moro med ball.
Leker som øver på grunnleggende teknikker. Trening på basisferdigheter, som smidighet og koordinasjon.
Effektive økter – unngå kø.
Kamper er spilletrening.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg.

Kamper/Cuper

- Deltar i Intersport Loppetassen – Bronse – Sølv – Gull og Stjernerunden, for 6 og 7 åringer.
- Deltar på Intersport 4'er runder, for 8 åringer.
- Melde på nok lag.
- Alle skal spille.
- Rullering /Variere på spillplasser.
- Lik spilletid.
- Loppetassen og 4'er runder skal være Gøy – Oppleve Mestring.
- Deltar på Smaalenene Cup, fra 7 år.

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert Mangfold – Moro - Mestring.

- Gjennomføre juleavslutning og sommeravslutning.
- Gjennomføre bli-kjent aktiviteter, gjerne med både barn og foreldre.

GUTTER / JENTER 9 – 10 ÅR

Målsetning

Skal være ett sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever mestring på sitt nivå.
Skal være fokus på utvikling, trening av grunnleggende teknikker, læring gjennom lek og moro, slik at de fleste velger håndball som sin idrett.

Rekruttering av spillere til lagsmiljøene:

- God dialog med barneskolene
- Håndballskole
- God informasjon om tilbudet
- Vervekampanjer («Ta med en venn på trening»)

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn. Lek og moro med ball.
Leker som øver på grunnleggende teknikker. Trening på basisferdigheter, som smidighet og koordinasjon.
Effektive økter – unngå kø.
Kamper er spilletrening.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg. Øve på teknikkmerke igjennom sesongen (se eget punkt).

Kamper/Cuper

- Følger Region Øst sitt spilltilbud i disse årsklassene.
  - Intersport 4'er runder for de som evt trenger dette nivået.
  - Kortbane 9 år, meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill (Nivå 1, 2 og 3)
  - Kortbane 10 år, meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill (Nivå 1, 2 og 3)
- Melde på nok antall lag i forhold til spillerstall, mest mulig spilletid på alle.
- Rullering /Variere på alle spillplasser.
- Lik spilletid.
- Kamper og Cuper skal være Gøy – Oppleve Mestring.
- Delta på Smaalenene Cup.

- Deltar på HK Eidsbergs sin årlige fellescup (Baldus Lillehammer).

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Skape ett samlet lagsmiljø.
- Innføre en god garderobekultur.
- Laget og trenerne skal være en trygg havn for alle spillerne.
- Det bør være 3 sosiale tiltak pr. år som ikke er håndball.
- Deltar på HEIA- cup.

GUTTER / JENTER 11 – 12 ÅR

Målsetning

Skal være ett sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever glede og mestring på sitt nivå.
Skal være fokus på individuell utvikling og trening av grunnleggende teknikker.
«Flest mulig – Lengst mulig»

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn.
Trening på basisferdigheter, som smidighet og koordinasjon
Effektive økter – unngå kø.
Kamper er spilletrening – utviklingsfokus
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg. Øve på teknikkmerke igjennom sesongen (se eget punkt).

Kamper/Cuper

- Følger Region Øst sitt spilltilbud i disse årsklassene.
  - Meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill – Nivå 1, 2 og 3.
- Fra 12 år kan det meldes på i Temaserie.
- Rullering /Variere på alle spillplasser.
- Lik spilletid.
- Mest mulig spilletid på alle, ikke ta med for mange til hver kamp.
- Fokus skal være utvikling, ikke resultat.
- Det skal være gøy å spille kamp og spillere skal oppleve glede og mestring.
- Stille jevne lag uten nivåinndeling på cuper.
- Deltar på Smaalenene Cup.
- Deltar på HK Eidsberg sin årlige fellescup (Baldus Lillehammer).

- Kan melde seg på en valgfri cup utover dette (Utlandscup fra fylte 11 år må søkes om til Region Øst).

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Skape ett samlet lagsmiljø.
- Innføre en god garderobekultur.
- Laget og trenerne skal være en trygg havn for alle spillerne.
- Det bør være 3 sosiale tiltak pr. år som ikke er håndball.
- Deltar på HEIA-Cup.

UNGDOMSHÅNDBALLEN 13 – 14 ÅR

Målsetning

Skal være ett sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever utvikling og mestring på sitt nivå.
Skal være fokus på individuell utvikling og trening av grunnleggende teknikker.

Beholde «flest mulig» av ungdommen, «lengst mulig», minske frafallet fra idretten (Netto frafall 0%).

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn.
Spilletrening er kampene i serie og cup.
Effektive økter – unngå kø.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg.

Kamper/Cuper

- Følger Region Øst sitt spilltilbud i disse årsklassene.
  - Meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill – Nivå 1, 2 og 3.
- Alle som er tatt ut til kamp skal få spilletid.
- Det kan deltas i Temaserien.
- Deltar på Smaalenene Cup.
- Deltar på HK Eidsberg sin årlige fellescup (Baldus Lillehammer).
- Kan melde seg på en valgfri cup utover dette, kan søke om ytterligere to cuper.

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Skape ett godt lagsmiljø.
- Ha en god garderobekultur.
- Laget og trenerne skal være en trygg havn for alle spillerne.
- Det skal være 3 sosiale tiltak pr. år som ikke er håndball.
- Deltar på HEIA-cup.
- To spillere fra lagsmiljøet skal delta i Spilleråd, når dette er etablert.

UNGDOMSHÅNDBALLEN 15 – 16 ÅR

Målsetning

Skal være ett sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever utvikling og mestring på sitt nivå.
Skal være fokus på individuell utvikling og trening av grunnleggende teknikker.

Beholde «flest mulig» av ungdommen, «lengst mulig», minske frafallet fra idretten (Netto frafall 0%).

Kvalifisering til Bring serien for 16 åringene, om lagsmiljøet er på rett nivå.

Spillere skal være med på målsettingsprosessen i lagsmiljøet.

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Planen bør også distribueres til spillerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn.
Effektive økter – unngå kø.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg.

Kamper/Cuper

- Følger Region Øst sitt spilltilbud i disse årsklassene.
  - Meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill – Nivå 1, 2 og 3.
- Alle som er med har rett til å få spilltilbud, og så langt som mulig på ønsket nivå.
- Bring kvalifisering:
  - Kvalifisering til Bring serien er overordnet målsetning for klubben, om lagsmiljøet har rett nivå.
- Deltar på Smaalenene Cup.

- Deltar på HK Eidsberg sin årlige fellescup (Baldus Lillehammer).
- Kan melde seg på en valgfri cup utover dette, kan søke om ytterligere to cuper.

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Skape ett godt lagsmiljø.
- Ha en god garderobekultur.
- Laget og trenerne skal være en trygg havn for alle spillerne.
- Det skal være 3 sosiale tiltak pr. år som ikke er håndball.
- Deltar på HEIA-cup.
- To spillere fra lagsmiljøet skal delta i Spilleråd, når dette er etablert.

JUNIORHÅNDBALLEN 17 – 20 ÅR

Målsetning

Skal være ett sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever mestring og utvikling på sitt nivå.
Skal være fokus på individuell utvikling og trening av grunnleggende teknikker.
Skal være fokus på å beholde spillerne i egen klubb ved å tilby gode nok trenings- og spilletilbud.
Skal være fokus på at spillerne som ønsker videre satsning etter utflytting, holder et godt nivå for deltakelse i student håndball eller høyere divisjoner.

Beholde «flest mulig» av ungdommen, «lengst mulig», minske frafallet fra idretten (netto frafall 0%).

Spillere skal være med på målsettingsprosessen i lagsmiljøet.

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne.
Planen bør også distribueres til spillerne.
Alle skal gis mulighet til å være med på alle treninger på sitt alderstrinn.
Spilletrening er kampene.
Effektive økter – unngå kø.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg.

Kamper/Cuper

- Følger Region Øst sitt spilltilbud i disse årsklassene.
  - Meld på lag(ene) i rett nivå i seriespill – Nivå 1, 2 og 3.

- 17-18 år: Lerøy kvalifisering:
  - Kvalifisering til Lerøy serien er en målsetning for klubben, om lagsmiljøet har rett nivå.
- Deltar på Smaalenene Cup.
- Deltar på HK Eidsberg sin årlige fellescup (Baldus Lillehammer).
- Kan melde seg på en valgfri cup utover dette, kan søke om ytterligere to cuper.

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Skape ett godt lagsmiljø.
- Ha en god garderobekultur.
- Laget og trenerne skal være en trygg havn for alle spillerne.
- Det skal være sosiale tiltak hvert år som ikke er håndball.
- Deltar på HEIA-cup.
- To spillere fra lagsmiljøet skal delta i Spilleråd, når dette er etablert.

SENIOR DAMER / HERRER

Målsetning

Skal være et sportslig og sosialt treningsmiljø, hvor spillere opplever mestring og utvikling på sitt nivå. Senior håndballen i klubben bør holde 3. divisjonsnivå for å kunne være attraktivt som spilltilbud i distriktet.

Spillere skal være med på målsettingsprosessen i lagsmiljøet.

Trening

Hver trening har et klart planlagt innhold, planen er distribuert til alle trenerne. Planen bør også distribueres til spillerne.
Følge «Utviklingstrappa» til HK Eidsberg.

Kamper/Cuper

- Meld på lag etter antall spillere i stallen.

Sosiale tiltak

Viktig å skape gode LAGSMILJØ, basert på Mangfold – Moro - Mestring.

- Ha en god garderobekultur.
- Det skal være sosiale tiltak hvert år som ikke er håndball.
  - Eks: Julebord og Sommerfest.

HOSPITERING

Det vil gjennom sesongene være spillere som har behov for å hospitere på lagsmiljøer som er eldre. Dette kan være med bakgrunn i sportslige ambisjoner og mestringer, samt at en har behov for en motiverende faktor. Med hospitering menes hovedsakelig trening med lagsmiljøet over. Deltakelse på kamp styres av trener på det hospiterende laget.

Hospitering skjer etter følgende prinsipp:
1. Det er spillerens respektive trener i samarbeid med/eller de i trenerteamet over som tar initiativ til hospitering og tar kontakt med sportslig gruppe.
2. Sportslig gruppe er bindeleddet mellom de forskjellige hospiteringsmiljøene, og har det overordnede ansvaret for å avgjøre volumet på hospitering på trening og i kamp dersom det oppstår uklarheter. Dette må ikke gå på tvers av Håndballforbundets retningslinjer for kampaktivitet for den enkelte utøver.

Hvis hospitering er aktuelt:
3. Spillerens respektive trener tar kontakt med spillerens foresatte for en vurdering om dette kan være aktuelt ut ifra totalvurdering på belastning, trening, skole m.m.
4. Spilleren involveres etter at ovennevnte punkter er avklart.
5. Hospitering skal ikke gå på bekostning av spillerens eget lagsmiljø hverken i kamp eller trening. Håndballforbundets reglement for antall kamper skal følges som minimum.

TRENERKOMPETANSE

HK Eidsberg ønsker å ha trenere med formell kompetanse, da håper vi å oppnå: Ett godt treningsmiljø med god struktur, utviklingsmuligheter for alle.

Klubben skal tilrettelegge for og kunne tilby følgende utdanning:
- Håndballskolen – Barnehåndballtrener (modul 1-4).
- Trenere lag 8-12 år – Påbegynt eller fullført Trener 1.
- Trenere lag 13-15 år – Fullføring av Trener 1 eller påbegynt Trener 2.
- Trenere lag 16-20 år – Fullføring av Trener 1 eller påbegynt Trener 2.

Trenere som har ambisjoner om å utdanne seg utover Trener 2-nivå skal gis mulighet til videreutvikling. Hvis klubben skal dekke kostnadene for denne utdanningen, er det naturlig at det utarbeides en bindingstid som trener i klubben.

Vi skal rekrutter trenerspirer ved å tilby våre eldre spillere Trener 1 kurs og rollen som hjelpetrener i yngre lagsmiljø.

Ønsket trenertetthet.

- 6-9 år, maks 6 barn pr. trener.
- 10-12 år, maks 8 barn pr. trener.
- 13-20 år, maks 10 spillere pr. trener.

På hvert lag skal det være en hovedtrener som har det overordnede ansvaret for planleggingen av innholdet på treningene. Denne personen skal ha støttespillere rundt seg som bistår. Dette betyr at foreldregruppene må bidra inn for å hjelpe hovedtrenerne. Foreldretrenere er viktige ressurser, men når vi kommer opp på ungdomsnivå er det ønskelig at disse ikke lengre er hovedtrenere på egne lag. Sportslig utvalg i klubben har ansvaret for å bistå i arbeidet med å finne hovedtrenere fra 13 år, mens lagsmiljøene må bistå med dette arbeidet i barnehåndballen.

Ønsket trenerfordeling på lagene:

- Mini-håndball: 1 hovedtrener + hjelpere etter behov med tanke på antall.
- 9-12 år: 1 hovedtrener + 1 hjelpetrener med forståelse for håndball + hjelpere ved behov med tanke på antall
- 13-16 år: 1 hovedtrener + 1 hjelpetrener med kunnskap om håndball
- 17-20 år: 1 hovedtrener + 1 hjelpetrener med kunnskap om håndball

Treneravtaler

Trenere på avtale må signere en kontrakt med klubbens forventninger, regler og plikter. Dette vil skape en forutsigbarhet for både trenere og klubb. Denne avtalen gjelder også trenere som har «Trenerkontrakt» med klubben.

Ung trener

Alle kan bli ung trener fra det året de fyller 13 år ved å delta på nettkurs. Dette er en rekrutteringsarena for fremtidige trenere. Fra J/G15 år blir spillerne oppfordret til å delta på Trener 1 kurs for å øke interessen for trener rollen og for å kunne bidra som trener på barnelag i egen klubb.

Klubbens lag skal ha lagleder/oppmann og foreldrekontakt/ dugnadsansvarlig, som skal være på plass i løpet av oppstartsperioden av sesongen.

Startpakka

Det skal opprettes en startpakke som skal Inneholde informasjon om rollene rundt et lag, forventninger, hvor finne informasjon, klubbhåndbok, kontaktperson, eksempler på hvordan bygge opp gode treninger og info om trener kurs.
Denne skal gås igjennom med nye lag ved oppstart.

DOMMERE

Dommerutvikling skal være en naturlig del av klubbens arbeid.

- Klubben skal ha en dommerkontakt, som skal være medlem av sportslig utvalg.
- Klubben skal drive systematisk opplæring, oppfølging og utvikling av dommere og barnekampveiledere.
- Klubben skal tilby foreldre som ønsker å bidra som dommere, Dommer barnehåndball kurs.
- Klubben skal tilby alle spillere J/G 14 år Dommer barnehåndball kurs.
- Klubben skal tilby alle Dommere Barnehåndball, Trinn 1 kurs (etter 1 år som dommer for 6-11 år).
- Klubben skal til enhver tid forholde seg til NHF` s og Region Øst krav om dommerkvote.
- Klubben skal utdanne minst en Dommerutvikler Barnehåndball hvert år.
- Alle klubbens kvotedommere skal være på plass senest 1. mai
- Klubben skal legge til rette for gode sosiale relasjoner mellom dommerne.
- Alle spillere og trenere i klubben skal vise gode holdninger ovenfor dommere uansett hvor man er, både på og utenfor banen.
- Det skal alltid takkes for kampen av både trener og spillere, uavhengig av resultat.

SPILLERRÅD

Det skal i planens periode opprettes et spillerråd.
Spillerråd i håndballklubber er et demokratisk organ for utøvere, designet for å gi spillere en stemme i klubbens utvikling, forbedre treningsmiljøet og sikre trivsel.

Formål med et Spilleråd

- **Medbestemmelse:** Sikre at spillernes mening blir hørt av trenerteam og klubbledelse.
- **Trivsel og miljø:** Arbeide for et inkluderende og positivt miljø (inkludert forebygging av mobbing).
- **Kommunikasjonskanal:** Være et bindeledd mellom lagene og styret/hovedtrener.
- **Utvikling:** Gi innspill på sportslige opplegg, utstyr og halltid.

Det er styrets ansvar for at spillerrådet blir opprettet, styret bestemmer også hvem som skal være ansvarlig for spillerrådets oppfølging fra klubben.

TEKNIKKMERKE

Sportslig Utvalg ønsker at alle de yngre lagene i HK Eidsberg skal trene på øvelsene i Teknikkmerke, i sine treningsopplegg. Om man ønsker å ta selve teknikkmerkeprøven kan man se om dette skal organiseres som en felles aktivitet i klubben, eller på lagsnivået.

Dette er først og fremst for å motivere spillerne til mer individuell teknisk trening, og for å fokusere på viktigheten av å trene på detaljer.

Jo flinkere man blir på håndballteknikker, mer moro blir det å spille håndball! Det å kunne mestre de forskjellige håndballteknikker er viktig når man spiller håndball. Prøvene til Teknikkmerket er en fin test, for å kunne se hvor god man er på de forskjellige teknikkene. Teknikkmerke utfordrer på de små detaljene, detaljer som det er svært viktig å beherske, men som vi kanskje ikke terper og trener nok på i den daglige treningen.
Ved å trene til teknikkmerket, må vi ha fokus og ta detaljtreningen alvorlig, vi lærer oss grundighet i vår egen utvikling som håndballspiller.

Teknikkmerke i håndball har fem graderinger: rød, bronse, sølv, gull og gullballen.

Klubben dekker utgiftene til teknikkmerket om noen ønsker å ta dette.