

Innkalte spillere

Trondheim 17.02.2016
Kopi:

INNKALLING

NHF Region Midt-Norge innkaller til spillersamling.

Miljø	Regionalt Utviklingsmiljø, Nord- Trøndelag
Målgruppe	Jenter født 2001- 2002
Sted og dato	Steinkjerhallen 18 februar kl 1830 – 2000
Program	18:15 Oppmøte 18:30 – 20.00 Dagens økt Oppsummering og avslutning
Trenerteam	Fredrik Wollan, Kjell Einar Westrum og Hanne Mauring
Kontakt	Spørsmål fra spillere: Erik Rødde 92498100 (besvar mottatt SMS) Spørsmål vedr uttak + forfall (foresatt ber vi rette sine spørsmål via klubb- trener): Fredrik Wollan – 410 12 381
Annet	Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mat.

Vel møtt!

Med vennlig hilsen
NHF Region Midt-Norge
Erik Rødde
erikrodde@icloud.com
Teamleder, Spillutvikling

Vedlagt

*Innkalte spillere og datoer sesongen 2015/16
Informasjon "Om samlingen", "Forventninger", "Kul-
tur", "Målsetting", "Modell RMN" og "reise"*

Innkalte spillere

Tonje	Sæter	Ogndal/ Egge
Regine	Nygård	Ogndal/ Egge
Andrea	Fiskum	Ogndal/ Egge
Sandra L	Hanssen	Ogndal/ Egge
Tea	Iversen	Ogndal/ Egge
Ida Salthammer	Bjerkan	Ogndal/ Egge
Elisabeth	Bergli	Ogndal/ Egge
Sara	Eek	Sparbu
Maja Stavås	Olsen	Sparbu
Astri	Hoseth	Sparbu
Trine	Hammer	Sparbu
Elise	Juule	Sparbu
Magni Iverine	Tronstad	Inderøy
Anne Christine	Røtvold	Inderøy
Nora Madsen	Storsdad	Inderøy
Regine	Nervik	Inderøy
Heidrun Olea	Tronstad	Inderøy
Sigrid	Ferstad	Inderøy
Siri	Haugan	Frosta
Oline	Skarsbakk	Frosta
Silje	Oldervik	Frosta
Rikke	Paasche	Frosta
Pia Hokstad	Vik	Frosta
Annbjørg	Eek	Sparbu
Åsa Johanne	Bjerkan	Frosta
Mia	Ronderstvedt	Sparbu
Marte	Tronstad	Frol
Andrine Dalsaunet	Forås	Følling
Sigri Aunøyen	Råen	Sparbu
Tina Sundfær	Kihl	Sparbu
Asta	Halberg	Frosta
Thelma Wang	Holmen	Sparbu
Lina	Gudmundsen	Følling
Sofie Olsen	Aune	Frol
Amalie	Trefjord	Frosta
Stina Bjørås	Lægran	Frol
Silje Sofie	Huse	Frol
Lovise Rygh	Hogstad	Frosta
Emma	Berg	Skogn
Kristina	Skei	Sparbu
Tuva	Elnan	Frol
Ayleen	Jarvi	Følling
Andrea	Alstadvold	Frosta

Maren	Helden	Sparbu
Aurora	Løfblad	Følling
Silje Brattsvedal	Berg	Frosta

^sSamlingsplan 2015/16

??.03.2016 - 01-02-økt

??.04.2016 - 01-02-økt

??.05.2016 - 01-02-økt

21.- 24.06.2016 Talentsamling f. 2001

Om samling og din deltakelse

Regionalt Utviklingsmiljø er en inspirasjon- og kartleggingsarena for regionale miljøer i Midt-Norge.

Senest to uker før hver samling mottar innkalte spillere SMS. I SMS fremkommer nødvendig informasjon om samlingen man er innkalt til.

I hvert innkallingsdokument sees kommende samlinger. Oppfordrer spillerne til å merke seg disse datoene med tanke på eventuelt videre uttak.

Forfall eller praktiske spørsmål knyttet til samlingen rettes til Geir Nicolaysen. Ønsker SMS (909 33 353) eller e-post (gn@handball.no - merkes "Utviklingsmiljø").

Sykdom/skade – varsle så fort skade/sykdom oppstår.
Hvis du har vært forhindret fra å trene for fullt de to siste dagene før samling forventes forfall.

Gjennom deltakelse på samlinger i regional regi ønsker vi å bevisstgjøre spillerne til å bli selvstendig i sitt treningsarbeid. I dette ligger bl.a. at spilleren selv tar ansvar for å innhente svar på sine spørsmål. I tillegg loggføre trening, reflektere over egen utvikling, sette seg konkrete personlige mål, osv

Som foresatte vil man det beste for sin ungdom. Vi mener at det beste for alle ungdommer er at foresatte oppfordrer og støtter ungdommen til å ta ansvar. Videre håper vi at vårt verdigrunnlag* er noe å strekke seg etter i samtalen(e) om samlingen i etterkant. *) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

Spørsmål om uttak rettes til spillerutvikler. Her har vi som policy at det er klubbtrener og ikke foresatte som henvender seg med uttaksspørsmål. Vi ber om at alle foresatte respekterer dette.

Våre forventninger til innkalte spillere

Etter samling bør spiller vente med ny trening til neste dag.

Vårt ønske er at klubb legger til rette for at innkalte spillere er "fit for fight" til samling. Dagene før samling bør være lagt til rette så godt som mulig treningsmessig og eventuelt deltakelse kamp. Er det mulig styres spiller unna kamp dagen før samling.

Mellom samlingene, det vil si 4-6 uker, oppfordrer vi klubbene til å legge til rette for spillerutvikling. Med det mener vi bl.a.:

- O Balanse mellom treninger og kamp, utgangspunkt er 3 treninger mellom hver kamp.
- O Kandidater til våre arenaer får en treningspåvirkning i klubbregi som ivaretar utvikling. Vi er opptatt av at helheten til spilleren blir ivare tatt igjennom:
 - O Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering).
 - O Hver klubbtrening med øving i spillsituasjoner som er kamplike (spesifisitet).
 - O Hver klubbtrening minimum 1/3 med fys-trening (prestasjonsfremmende).
 - O Egentrening med fokus mental - og fys-trening.

I vår idrett gjennomføres mange av kampene i helger. Viktig at klubb ser hver enkelt spiller sin totalbelastning over tid, slik at utgangspunktet holdes så godt det lar seg gjøre.

Utvikling av kultur

Med utgangspunkt i spillere sine ambisjoner, begeistring og innsatsvilje er det noen setninger som peker ut retningen innen spillerutvikling.

Nøkler for å lykkes med å utvikle rasjonell, effektiv og hensiktsmessige håndballferdigheter:

- ⇒ "Lyst og vilje til å øve mye og motivasjon til å lære"
- ⇒ "Det er meg selv det kommer an på" - det er spilleren selv som må gjennomføre alle treningstimene med kvalitet
- ⇒ "Jeg blir det jeg gjør" - ønsker man å øve hurtighet i forflytning, må eksplosivitet / skarphet terpes ofte
- ⇒ "Det jeg vet har jeg godt av" - kosthold, væske, restitusjon (inkl god natt søvn), osv

Regional målsetting

Regionens målsetting med spillerutvikling er å legge til rette for en kultur med positive holdninger og ferdighetsutvikling. Våre arenaer – samlinger: Regionalt - Sone (fylke) - Lokalt (2-4 klubber) - Klubb – Lag.

Vårt hovedmål er å bidra til at det innkalles en ny spiller på seniorlandslagene hvert år og at vi er representert med ca 20% på yngrelandslagene.

Spillerutvikling regional regi – Midt-Norge

Region tilbyr spillere og klubbtrener møteplasser for ekstra påvirkning.

Oppstart for 13 åringer er "Trenerskole". Fortsettelse viser figuren under.

Trener-skole	Spisset spiller-samling	Trener-skole
Høst 13 år	Vår 14 år	Høst 14 år
6 møte-plasser. Påmeldte lag settes sammen til "lags-grupper"	6 møte-plasser med hver sin jente- og gutte-gruppe	Likt høst 13 år.

Etter talentsamlingen tilbydes 15 åringer samme tilbudet om høsten. Ved årsskifte reduseres antall møteplasser.

Spisset spiller-samling	Spisset spiller-samling	Talent-samling Orkanger
Høst 15 år	Vår 16 år	Juni 16 år
Likt vår 15 år.	3 møte-plasser med hver sin jente- og gutte-gruppe	Uttak fra møte-plass Totalt ca 60 spillere.

Talentsamlingen for de to eldste årgangene gjennomføres sammen. Etter talentsamlingen tilbys utvalgte spillere deltakelse Regionalt landslag.

Regionalt landslag tilbys sesongen 2015/16 spillere født 1998-1999 og 2000-2001.

I utgangspunktet deltar ikke spillere som innkalles til Regionalt landslag på spisset spillersamlinger i sitt fylke.

Våre representasjonslag NM15 Bylag og NM17 Regionslag dannes av utvalgte spillere som innkalles til Regionalt landslag.

For mer informasjon om våre modell for spillerutvikling oppsøk www.handball.no.

Reise til/fra samling

Samlingene er så langt det lar seg gjøre tilpasset kollektiv transporttilbud.

Spilleren er selv ansvarlig for å organisere sin reise til samling.

