

Tromsø 25.februar 2018

INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

Miljø	Fylkessamling
Målgruppe	Jenter født 2003/2004
Dato og sted	Søndag den 11.03 2018 Bardu hallen
	10:00 Info om økta og utveksling siden sist
	10:10 - 12:00 Økt 1 Pause
	14:30 - 16:00 Økt 2
	16:00 - 16:15 Oppsummering økt 2 og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
Trenersteam	Åse Kristoffersen , Kjell Skog
Kontakt	Spørsmål fra spillere + forfall: Atle Nilsen - 918 67 103 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Atle Nilsen – 918 67 103
Annet	Det bes om at forfall meldes så tidlig som mulig grunnet planlegging av økten. Forfall skal være kort begrunnet og manglende forfall/begrunnelse medfører at man ikke blir vurdert til neste samling. Det vil bli Kafe i hallen med vanlig innhold. Hver enkelt spiller er ansvarlig for å ha tilstrekkelig med mat. Hver enkelt spiller organiserer selv sin reise til samlingen.

Vel møtt!

Med vennlig hilsen

NHF Region Nord
Atle Nilsen
Teamleder Spillerutvikling

Om vår regionale spillerutvikling

Deltakelse Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Vårt mål er at spillere opplever inspirasjon, veiledning, tilført kunnskap, stimulert sine holdninger og øvd sine ferdigheter sammen med andre motiverte spillere.

Hensikten med Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Spillere kan forvente

- Inspirasjon
- Bli sett / tilbakemelding
- Opplever høy aktivisering og hensiktsmessige øvelser
- Konkretisering
- Utfordret på refleksjon
- Utviklingsoppgaver

Region forventer

- Innsatsvilje
- Lærevillighet
- Selvstendighet
- Oppgaveorientert

Region gjennomfører samlinger for å

- Avdekke motivasjon og holdninger
- Påvirke ferdigheter
- Kartlegge til yngrelandslag og/eller regionalt landslag

Vår ambisjon er å MOTIVERE til mer selvstendighet og ansvarlighet i daglige treningsarbeid. Dette fordi det er i det daglige treningsarbeidet størst utvikling og påvirkning skjer.

Samlinger i regional regi kan sammenlignes med hospitering i klubb (les; hospitering utenfor klubb).

Med utgangspunkt i dine ambisjoner er det noen setninger / verdier / holdninger som peker ut retningen på vårt utviklingsarbeid:

"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 treningstidene med kvalitet

"Jeg blir det jeg gjør" Ønsker man å øve hurtighet, må eksplosivitet / skarphet og start-stopp-start terpes ofte

"Det jeg vet har jeg godt av" Kosthold, væske, restitusjon (inkl god natt søvn), osv

Våre møteplasser

Spillere som er i målgruppen til regional spillerutvikling kan bli innkalt til:

- Fylkessamling - fire økter per halvår
- Regionalt Landslag - tre samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på repr.lag - Bylag eller Regionslag.

Om samling og din deltakelse

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 oppgitt person på side 1.

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 utviklingsmål, 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 verdi-grunnlag* er noe å strekke seg etter i samtalen(e) om samlingen i etterkant.
*) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

Spørsmål om uttak rettes til oppgitt kontaktperson. 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.

Totalaktivitet og tilrettelegging i hverdagen

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 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.:

- Balanse mellom treninger og kamp, utgangspunkt er 3 treninger mellom hver kamp.
- Kandidater til våre arenaer får en treningspåvirkning i klubbregi som ivaretar utvikling. Vi er opptatt av at helheten til spilleren blir ivarettatt igjennom:
 - Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering / hospitering).

- Hver klubbtrening med øving i spillsituasjoner som er kamplike (spesifisitet).
- Hver klubbtrening minimum 1/3 med fys-trening (prestasjonsfremmende og utvikle forutsetningene).
- Egentrening med fokus mental - og fys-trening.

I vår idrett gjennomføres mange av kampene i helger. Viktig at klubb vurderer hver enkelt spiller sin totalbelastning over tid, slik at utgangspunktet "3 - 1" holdes så godt det lar seg gjøre.

Regional målsetting

Regionens målsetting med spillerutvikling er å legge til rette for en kultur med positive holdninger og ferdighetsutvikling.

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.

Høsten 2017 gjennomføres en målsetningsprosess for vår regionale spillerutviklingsaktiviteter. Denne baserer seg blant annet på mottatt evalueringer fra spillere i forkant av Talentsamlingene.

Spiller- og trenerutvikling regional regi – NHF Region Nord

Region tilbyr spillere og klubbtrenerer møteplasser for ekstra påvirkning.

13 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
14 åringer vår	Fylkessamlinger seks steder i region
14 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
15 åringer vår	Fylkessamlinger seks steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
15 åringer høst	Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
16 åringer vår	Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Bylag" og felles Talentsamling slutten av juni
16 åringer høst	Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
17 åringer vår	Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Regionslag" og felles Talentsamling slutten av juni
17 åringer høst	(Fylkessamlinger seks steder i region) og Regional Landslag
18 åringer vår	Regional Landslag og repr.lag "Regionslag"

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

Innkalte spillere

Tromsø HK	Hedda	Bjerkaas	2003
Tromsø HK	Dina	Bratrein	2003
Tromsø HK	Tina	Frengen	2003
Tromsø HK	Andrine	Bjørnstad	2003
Tromsø HK	Nora	Gundersen	2003
Sørreisa IL	Andrine	Haugen	2003
Sørreisa IL	Celine	Jakobsen	2003
Sørreisa IL	Helene	Lavik	2003
Sørreisa IL	Kaja	Simonsen	2003
HK Landsås	Frida Linnea	Andreassen Bøe	2004
HK Landsås	Maria	Andersen	2003
HK Landsås	Synne Olivia	Karlsen	2003
HK Landsås	Katrine	Melbøe Nygård	2004
HK Landsås	Mari	Medhus Johnsen	2004
Bravo	Emily Sol	Hop	2003

Bravo	Emma Sofie	Johnsen	2003
Bravo	Maria	Rueda Pedersen	2003
Bravo	Emilie	Sundquist	20003
Bravo	Sunniva	Sokolinski	2003
Skjervøy	Inger	Reiersen	2004
Skjervøy	Nadia	Strand	2004
Skjervøy	Marion	Adolfson	2004
Skjervøy	Julie	Kenta	2003
Ankenes	Victoria	Eliassen	2003
Ankenes	Kamilla	Høgbakk Nilfjord	2003
Ankenes	Melissa	Karlsen	2003
Ankenes	Sigrid Johanne	Hansen	2003
Ankenes	Astrid	Svenning	2003
Lenvik HK	Mathea	Manin	2004
Lenvik HK	Henriette	Myrvang	2004
Bardu IL	Tiril	Westhrin Berg	2004
Bardu IL	Maria	Engen Bjørnsen	2004
Bardu IL	Anneli	Rambø	2004
Bardu IL	Regine	Rydningen	2004
Bardu IL	Kaja	Hanstad	2003
Nordreisa IL	Marie	Johansen	2004
Nordreisa IL	Leah	Lindbom	2004
Harstad HK	Therese	Saue	2003
Harstad HK	Kine Sofie	Takøy	2003
Harstad HK	Edna	Arntzen	2003

Kommende samlinger:

Fylkessamlinger i Troms planlegges:

10. eller 11.03.2018

07. eller 08.04.2018

Regionale samlinger

05.10.2017 (2000 og 2002)

14.11.2017 (2000 og 2002)
15.- 17.12.2017 (NM-samling)
05.01.2018 (2000)
29.01.2018 (2002)
01.03.2018 (2000 + 2002)
02.- 04.03.2018 (NM15, Stavanger)
12.04.2018 (2000 + 2002)
22.- 25.06.2018 (Talentsamling 2003)
26.- 29.06.2018 (Talentsamling 2001 og 2002)