



Håndball for alle!

Hvordan komme i gang med et nytt lag for
UTVIKLINGSGEMMEDE



Norges
Håndballforbund

Under mottoet «**Håndball for alle**»

ønsker Norges Håndballforbund at alle utviklingshemmede, skal få et tilrettelagt tilbud i klubber i sitt nærmiljø.

Vi har i dag over 60 lag i norsk håndball og mange av disse er godt voksne spillere. Nå ønsker vi å gjøre en innsats for at flere unge, mellom 10 og 18 år, skal få et tilbud. Men, dersom det ikke finnes tilbud til eldre spillere i et lokalmiljø, så skal en selvfølgelig også kunne lage et tilbud til dem.

For klubber som ønsker å komme i gang med et lag, har vi her laget noen enkle retningslinjer for oppstart:



Begeistring
Innsatsvilje
Respekt
Fair Play

FASE 1

Når en person, ildsjel, eller andre i og rundt klubben ønsker å starte opp et lag for utviklingshemmede (HU-lag), er det viktig at dette blir forankret i klubbens styre. Styret i klubben, skal være like ansvarlig for et HU-lag, som for andre lag i klubben.

Når det er klarert i styret, tar dere kontakt med regionen og da fortrinnsvis med personer med ansvar for inkludering. De vil bistå dere og hjelpe til med ting dere lurer på.

Allerede fra starten av er det viktig å få til en god organisering rundt laget og fordele oppgaver på flere. Her, som ellers i idretten, er det nødvendig at foreldre/foresatte bidrar.

Ting en må tenke på i denne fasen:

- Aktiviteter vi ønsker å gjennomføre
- Hvor rekrutterer vi spillere
- Hva trenger vi av hall/sal og utstyr
- Hvordan skal vi markedsføre tilbudet
- Hvem skal være trenere/ledere
- Hva vil dette koste
- Hvordan skaffe økonomi

FASE 2

Når dere har fått et «helhetsbilde» over ting som må være på plass, så starter arbeidet:

Økonomi:

- NHF gir alle nye lag en oppstartstøtte på kr. 5000,-. Ta kontakt med prosjektleder i Håndballforbundet for mer informasjon (se kontaktinfo på siste side).
- Kommunene gir tilskudd til aktivitet for funksjonshemmede.
- Noen kommuner gir fri halleie til denne utøvergruppen.
- Noen kommuner tilbyr også bruk av fritidsassistenter som trenere.
- NIF gir tilskudd via idrettskretsene til idrettsskole, se **www.idrettsforbundet.no**
- Det finnes legater som støtter denne aktiviteten.
- Idrettsregistreringen er viktig i forhold til LAM- midler (lokale aktivitetsmidler via idrettsrådene). Her må en selv passe på at laget med spillere og medhjelpere blir registrert. Selve registreringen skjer via hovedlaget.
- Spillere på HU-lag bør også betale medlemsavgift til klubben. Den bør være i samsvar med aktivitetstilbudet.

Forsikring:

- NHF betaler en felles-lisens for alle registrerte HU-spillere.
- Det finnes et eget skjema for registrering av lag. Ta kontakt med region eller NHF sentralt.

Halltid:

- Halltid kan av og til være en utfordring for lagene.
- Av og til kan det være greit å starte i en gymsal, dersom det er lettere å få.
- Kommunene kan også være behjelpelige med å tildele tid til disse lagene, utenom selve idrettsfordelingen.
- Fast trening på et fast sted er viktig og gjør at ting blir enkel å forholde seg til.
- Pass på at ikke tilbudet kolliderer med andre lokale tilbud for utøverne.

Trenere:

Alle bør sørge for å ha kompetente trenere til lagene. Det vil si at de er dyktige til å organisere treninger og inspirere/motivere spillerne. De bør ha noe kjennskap til håndball. Vi anbefaler at de tar aktuelle moduler i Trener 1 utdanningen. Dette får disse trenerne gratis av regionen. Her vil de få mange tips og ideer til innhold i økta, samt organiseringen av økta og laget. Vi anbefaler at en har to eller flere trenere, slik at alle får et godt tilbud fra starten av.

Ledere:

Det er viktig å få en enkel organisering rundt laget, med flere som bidrar og med færre oppgaver til hver. Se følgende link for forslag til organisering av lag. www.handball.no/globalassets/nhf-sentralt/utvikling/klubbhuset/aktivitet-i-klubben/sportslig-ledelse/lagsorganisering.pdf

Info:

Det er viktig å synliggjøre tilbudet i nærmiljøet, både til aktuelle utøvere og deres foreldre, til skolene, internt i idretten, boenheter, kommunen, ulike interessegrupper og andre aktuelle som arbeider med målgruppa. Aktuelle tiltak kan være:

- Skriv/foldere lages og deles ut
- Info med bilder på klubbens/idrettens hjemmeside
- På aktuelle facebook-sider og andre sosiale medier
- Omtale i lokalavisa
- Andre lokale tiltak

FASE 3

Når dere har lagt grunnlaget for aktiviteten, så er det bare å komme i gang! Det kan være smart å sette opp noen «prøvetreninger» til fast tid på et fast sted, eksempelvis en time pr. uke. Da ufarliggjør dere tilbudet og flere kommer kanskje for å se og prøve, før de bestemmer seg for å bli med. Viktig med god informasjon til foreldre/foresatte fra starten av!

Vi anbefaler trening minimum 1 time pr. uke og helst til samme tidspunkt og samme sted. Det gjør at ting blir forutsigbar, både for utøverne og familiene deres.

FASE 4

Dere er i gang med treninger og ønsker et konkurransetilbud. Hver region har sitt eget tilbud i forhold til serier. Ta kontakt med ditt regionskontor, eller med regionkontakt i din region for mer info.





FOR MER INFORMASJON, TA KONTAKT MED:

Norges Håndballforbund v/prosjektleder Eva Skei (eva.skei@handball.no) 915 22 975

Se også NHFs hjemmeside vedrørende inkludering **www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/om-oss/visjon-og-verdier/inkludering**

Hver region har sin regionkontakt og administrativt ansvarlig for inkludering. Ta kontakt med ditt lokale regionskontor, adresse finner du på **www.handball.no**

Se også generelt mye nyttig info her: **www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede**

