

Gøy HK: Sportsplan

Revidert 15.9.2024

Lars Thorstensen / Christian Sørensen



Endringslogg

Dato	Versjon	Forfatetr	Endring
9.9.2024	0.9	CS	Utkast for tilbakemelding
15.9.2024	1.0	CS	Lagt til avsnitt om utenbys lag under organisering

Innledning

Hensikten med Gøys sportsplan er å sikre at klubbens trenere og støtteapparat har en felles forståelse av prinsippene for trening, kampavvikling og sportslig utvikling. Planen gjelder for alle lag i klubben.

Planen er utarbeidet av sportslig leder i tett samarbeid med styret, klubbens trenere og øvrige nøkkelpersoner. Planen er et styrende dokument, som er forankret i klubbens styre, og skal til enhver tid være retningsgivende for all håndballaktivitet i klubben. Planen evalueres jevnlig på linje med organisasjonsplanen.

Overordnede retningslinjer

Gøy HKs visjon finnes på www.goyhk.com/visjon. Gøys HKs verdigrunnlag er at håndball skal være gøy og at det er gøy å vinne sammen. Det overordnede sportslige målet er at klubben skal legge til rette for mest mulig aktivitet. Klubben skal tørre tenke utenfor boksen når det kommer til antall lag, nivå, geografi, type aktivitetstilbud mm. innenfor de praktiske og økonomiske rammer som finnes for å skape aktivitet og samtidig opprettholde tilstrekkelig kvalitet i tilbudet. Klubben skal være best i Norge på «flest mulig, lengst mulig».

Ingen trenere, oppmenn eller støtteapparat får betalt, men Gøy dekker utstyr og utdanning. Som trener, støtteapparat og dommere skal spillere og andre behandles fair og med respekt.

Spillere skal utvise normal oppførsel og respekt for medspillere, trenere og andre.

Organisering

Det overordnede ansvaret for den sportslige organiseringen i klubben ligger hos Sportslig avdeling, med leder og medlemmer. Dette inkluderer ansvaret for sportsplan, ansettelse og oppfølging av trenere og annet støtteapparat, overordnet organisering av antall lag og strukturen på og forholdet mellom lagene. Sportslig avdeling har ansvar for senior- og juniordelen av håndballaktiviteten.

Trenerne på de forskjellige lagene har stor autonomi på det sportslige innholdet som øvelser, spillestil, forsvarsformasjoner og øvrig taktikk. Klubben skal legge til rette for at trenere som ønsker det kan ta kurs og utdanning. I tillegg skal det legges til rette for intern kompetanseutveksling mellom trenerne i klubben gjennom trenersamlinger og passende forum.

For våre lag utenfor Oslo er det en forutsetning for å starte opp at det finnes lokale trenere og/eller andre nøkkelpersoner som er selvstendige i den daglige driften og lokale dialogen rundt lagene. Samtidig må klubbens sentrale ledere være behjelpelige og tilgjengelige for oppfølging, og proaktive i å dele Gøys identitet, slik at denne ivaretas. Det er viktig at disse lagene ikke skal være lokale håndballag. De skal være lokale Gøy-lag.

Ansvar for rekruttering, utvikling og oppfølging av dommere ligger i Dommerkomiteen, med leder og dens medlemmer.

Barnslig avdeling har ansvaret for aktiviteten for de minste barna, opptil ca. 12 år. Klubben har ikke faste lag i denne aldersgruppen, men organiserer med ujevne mellomrom aktiviteter.

Styrets leder er overordnet ansvarlig for helheten, og organiseringen forankres gjennom klubbens årsmøte, som velger ledere og medlemmer til alle nevnte avdelinger. Andre komiteer enn de nevnte, med begrensede, definerte oppgaver, kan opprettes av klubbens årsmøte.

Gøy er en klubb som er avhengig av en sterk dugnadsånd, og det forventes at spillere i Gøy ønsker å bidra til å utvikle gjennom å bidra etter beste evne der det er naturlig. Samtidig er det klubbens ansvar å legge til rette for at de medlemmer som kan og ønsker å bidra får muligheten til det. Med en stor og diversifisert medlemsgruppe finnes det uante kompetanse og muligheter som klubben kan benytte seg av.

Rekruttering

Tilfanget av nye spillere er normalt sett stort, men skal ikke tas for gitt. Det påhviler et ansvar hos alle medlemmer å fremsnakke klubben i aktuelle sammenhenger, og særlig hos andre studenthåndballklubber og blant venner og venners venner. Det er i disse kanalene vi tradisjonelt har gjort våre rekrutteringer, og når lagene fylles opp (og det ikke er umiddelbart aktuelt å starte flere lag) vil vi prioritere nye spillere som kommer til oss fra disse kanalene.

Vi ønsker ikke være en klubb som driver «uttakstreninger» med overflatiske vurderinger av alt for mange utøvere på kort tid som resulterer i ganske vilkårlig valg av hvem som får bli med og ikke. Vi ønsker å være en åpen klubb, der de som melder sin interesse og har lyst til å prøve seg skal få en sjanse til det. Trenerne og medspillere har et ansvar for å introdusere klubben og dens særegenheter, og bli kjent med de som er nye. Det er ikke nødvendigvis de som er mest frempå, eller de spillerne som markerer seg mest, som er de som passer best inn, som er Gøy-spillere også om 10 og 20 år, eller som bidrar der og når det trengs på og utenfor banen. Alle er velkomne i Gøy, men Gøy er ikke nødvendigvis for alle.

Barnehåndball (opptil 12 år)

MiniGøy er Gøy HKs tilbud til barnetrening, et tilbud om lek og litt håndballspilling med ujevn frekvens. Hver trening er et event som står på egne bein med 2,5-3 timers varighet i en hel hall, som følger samme overordnede oppskrift hver gang. Det inkluderer pause med boller og saft, kaffe til de voksne, musikk og utstyr som kjegler, madrasser, vester mm., innmarsj med fane og drakter mm. Ideelt sett arrangeres MiniGøy én gang per måned. Barnslig leder har ansvar for å

sette opp arrangementer, skaffe frivillige som bidrar (foreldre, trenere og spillere i klubben) og planlegge aktiviteten.

Pris for medlemskap og trening skal holdes på et absolutt minimumsnivå. Per nå er prisen 50 kroner per år. MiniGøy-konseptet kan også lånes ut til andre steder i landet enn Oslo, og vi har for øyeblikket en gjeng i Mo i Rana som utøver aktiviteten.

Fordi konseptet ikke konkurrerer med andre klubbers aktivitet, er det åpent å delta også for de som allerede spiller håndball i andre klubber som et supplement til deres øvrige aktivitet. Vi opererer ikke med noen nedre aldersgrense, og et av målene med MiniGøy er å være en morsom introduksjon til håndball for de aller minste, som fører til at de etter hvert vil begynne med håndball i sin lokale klubb.

Juniorhåndball (17-20 år)

Konseptet for juniorhåndball i Gøy er, som øvrige konsepter, et tilbud for å bidra til mer aktivitet. Det er ikke noe mål å gå i konkurranse med andre lag og deres aktivitet, men heller se etter muligheter til å nå spillere som ikke passer inn i den aktivitet som tilbys ellers, og som kanskje er i fare for å slutte med håndball.

Juniorlagene hører i Gøy under seniorhåndballen og spillerne anses klare for spill også på seniorlag. Seniorspillere har et kollektivt ansvar for å ta vare på nye spillere og juniorspillere, samt at enkelte seniorspillere utpekes til faddere med ansvar for å hjelpe juniorspillere inn i klubben.

Den sportslige ledelsen vil fra sesong til sesong vurdere om Gøy skal ha egne juniorlag for hhv. jenter og gutter, eller om aktuelle juniorspillere utelukkende vil ha sin aktivitet i klubbens seniorlag.

Seniorhåndball

Seniorhåndballens mål er aktivitet for spillere lengst mulig. Gøy ønsker gjerne å være siste klubb for spillere som trapper ned, om det er fra høyt eller ikke fullt så høyt nivå, og holde i gang aktiviteten så lenge som mulig.

Noen overordnede retningslinjer for seniorhåndballen i Gøy er:

- Alle skal få et fornuftig treningstilbud i så stor grad som Gøy HK klarer å tilby.
- Alle skal få et fornuftig kamptilbud i så stor grad som Gøy HK klarer å tilby. Dette tilbudet inkluderer også turneringer og annen aktivitet enn det normale seriespillet.
- Alle som Gøy har plass til i en treningsgruppe skal få tilbud om kamper basert på interesse, kapasitet, oppmøte og bidrag i klubben.
- Alle som tas ut til kamp skal få spille.

Hvert enkelt lag utvikler selv sin måte å spille håndball på i samarbeid mellom den enkelte trener og lagets spillere. Treneren har nødvendigvis siste ord, men det skal legges til rette for at spillerne både før sesongen og gjennom sesongen får komme med sine innspill til både aktiviteten, øvelser, det taktiske mm.

Det kan være mange grunner til at det vanlige mønsteret om x antall faste ukentlige treninger ikke passer for alle, f.eks. skiftarbeid, skole, skader, interesse/ønske mm. Det skal legges til rette for at også spillere som ikke kan eller ønsker delta jevnlig på trening kan få være med på aktivitet i den grad det passer dem.

Sesongplanlegging

Sportslig ledelse og trenere skal foran hver sesong lage en plan for den kommende sesongen utfra tilgjengelige spillere og antall lag. Et viktig verktøy for å balansere aktiviteten er fordelingen av treningstid. Dette ansvaret ligger overordnet på sportslig ledere, som utfører dette sammen med klubbens trenere.

Ideelt skulle klubben gjerne hatt 2-3 treningsøkter á 1,5 timer per lag per uke. Dette er utopi og veldig langt unna den reelle situasjonen i klubben og håndballen i Oslo og andre storbyer. Klubben skal hvert år forsøke å skaffe seg så mye treningstid som mulig, og må vurdere muligheten for å kjøpe treningstid utover det som tildeles opp mot kostnaden for dette.

Fellestrening mellom lag er en nødvendighet. Klubben får alt for lite treningstid i forhold til behov, og å treffe riktig på hvilke lag som trener sammen og når har stor betydning både sportslig og sosialt, samt for at å få trenerkabalene til å gå opp. Dette arbeidet pågår fra første utkast til treningstider kommer i juni, og kan holde på til godt uti september, avhengig av endelige avklaringer på tilgjengelig treningstid. Det kan også gjøres revideringer gjennom sesongen hvis situasjonen taler for det.