



Till nya lag eller ny som ledare i Vallentuna handbollsklubb

(även bra läsning för dig som är förälder till spelare i laget, här framgår vad du som förälder behöver supporta laget med)

Reviderat datum: 2022-10-11/MG



Välkommen till Vallentuna handbollsklubb!

Vi vill ge våra ungdomar en rolig och vettig fritidssysselsättning samtidig som de får en möjlighet att utvecklas både individuellt och i lag.

All verksamhet i vår förening sker ideellt. Organisationen i alla lag bygger på att föräldrar, lagledare, tränare och spelare hjälps åt. Lagledarnas uppgift är att vara "spindeln i nätet" och samordna olika föräldrainsatser, stötta tränarna samt ansvara för lagets administration och vara kontaktperson mot styrelsen. VHK har ungdomstränare till de yngre lagen och de får utbildning av klubben men det finns även vuxna domarmentorerna man kan vända sig till för stöd inom klubben. Det ska ALLTID finnas minst 1 vuxen på plats under träningar som kan avlasta/stötta tränarna.

Alla spelare ska betala medlemsavgift till klubben, därmed omfattas de av förbundets försäkring. Klubben tillhandahåller en lagväska med sjukvårdsutrustning, matchtröjor och målvaktströja. I sporthallen kommer laget att få tillgång till ett förråd. Klubben bekostar tre anmälningsavgifter till cuper (varav en är Eken Cup) per säsong för varje lag samt står för kostnaden för domare på samtliga seriematcher. Klubben anordnar också utbildningar för såväl tränare som lagledare samt arrangerar 1–2 lagledarmöten per termin. Klubben brukar också ordna en gemensam julavslutning för samtliga spelare (föräldrar är varmt välkomna att titta på denna tillställning) i december, delta i Eken Cup i juni samt ordna ett träningsläger för hela klubben en helg i augusti.

Varje lag får en egen sida på www.laget.se/VHK, som även finns som "APP" till mobiltelefoner. Klubben står för kostnaden för Silverpaketet och lagen kan uppgradera för få tillgång till fler tjänster. Man kan t.ex. skicka ut gruppinfo via SMS eller mail från laget.se. Alla spelare och deras föräldrar skall registreras på sidan för att kunna ta del av kallelser, information, nyheter etc. Du kan också registrera närvaron via mobiltelefon eller dator samt skicka ut kallelser. Det går att importera seriematcherna från förbundet. Det är också bra att lägga in träningarna i kalendern. Vi vill också att lagen lägger in namn och kontaktuppgifter på lagledarna. En presentation av laget samt eventuellt en lagbild är också trevligt. De flesta av lagen använder tjänsterna, men i olika stor utsträckning.

<http://www.laget.se/VHK>



Att göra inom laget

Se till att föräldrarna blir engagerade och positivt inställda till att hjälpa, då blir det mycket lättare!

Alla lag bör ha en egen lagkassa för de utgifter laget har. Vallentuna HK har inga synpunkter på hur och var lagkassas hanteras men minst en enkel kassabok i form av aktuellt saldo samt datum för inkomster och kostnader, ska kunna redovisas. Enligt Skatteverkets riktlinjer för idrottsverksamhet ska klubben, i vårt fall styrelsen, ha insyn i lagens klubbkassa. Det betyder att laget ska på uppmaning kunna visa kassaboken för lagkassan.

En Caféansvarig behövs också. En lista med vilka dagar och tider laget är ansvarig för caféet skickas ut av klubbens caféansvarige (man blir bara tilldelad cafépass i samband med egna hemmamatcher). Den caféansvarige i laget gör schema över vilka föräldrar som ska stå i caféet. (Utöver bakverk finns mat och utrustning på plats, se klubbens hemsida för mer info). Intäkterna från caféverksamheten sponsrar klubbens träningsläger så att avgiften blir lägre för spelarna.

Funktionärer behövs vid varje hemmamatch då laget ansvarar för caféet och sekretariatet i Sporthallen. I sekretariatet behöver föräldrar vara funktionärer, det vill säga sköta matchklocka, resultattavla mm. Utrustning finns på plats i Sporthallen. Matchklockan förvaras i säkerhetsskåpet i musikrummet nere på plan. När barnen blir äldre ökar kraven på funktionärerna och föräldrar kommer att erbjudas utbildning av klubben. Domare tillsätts av klubben.

En som är **Webbansvarig** är bra att ha i laget. Dennes roll är till exempel att ha koll på att alla spelare ligger inlagda på laget.se med rätt uppgifter, ta bort/lägga till spelare, generera inloggningar etc.

Sätta ihop en **sjukvårdsväska** inför säsongen (ni fick en när ni bildade lag och den fylls på fram lagkassan). Bra att ha i sjukväskan är kyl-/ispåsar, tejp, plåster, lindor och Alvedon/Ipren. Tips vid tjejlager är att även ha bindor, tamponger och hårsnoddar i väskan. Se mer info i dokumentet "*så här utrustar vi våra lag*"

Inför varje säsong

Inför varje ny säsong med laget ansvarar lagledaren för att kalla till föräldramöte samt ledare och tränare till ett planeringsmöte. På detta planeringsmöte ska man tillsammans fatta beslut om vad som gäller under säsongen och med utgångspunkt från detta dokumentets rollbeskrivningar komma överens om hur arbets- och ansvarsfördelningen ska se ut. På mötet kan varje lag anpassa rollerna efter sina egna förutsättningar. Arbetsfördelningen ska dokumenteras och följas upp. Allt arbete med laget ska utgå från att det ska bli så bra som möjligt under säsongen för spelare, föräldrar, ledare och tränare. Allt arbete ska utgå från barnkonventionen, idrottens och handbollens policys för barnidrott, barn- och ungdomsidrott samt klubbens värderingar sammanfattade i KRUT (**K**amratskap **R**espekt **U**ppmuntran **T**rygghet). Oavsett överenskommen roll i laget hjälps alla åt med arbetet.

Tränarens roll

Tränaren utses av klubben. Tränarens roll har sin grund i handbollen. Tränaren ska ha relevant utbildning för lagets åldersnivå.

Tränaren ansvarar för allt som rör det handbollsmässiga. Detta innebär:

- Träningarnas innehåll/Träningarnas planering/Träningarnas genomförande
- Uttagning av lag till match (Lagledaren sköter normalt kallelser till match efter att tränaren tagit ut laget)
- Upplägg inför match
- Coachning under match
- Eventuell samverkan med domare och funktionärer under och efter match. (Lagledaren kan med fördel sköta det praktiska inför match med matchprotokoll och laguppställning så att tränaren kan fokusera på handbollsmässiga förberedelser.)
- Tränaren ansvarar för att utvärdera lagets och spelarnas prestationer efter match.

Lagledarens roll

- Vara kontaktperson för laget i klubben och mot Handbollsförbundet Öst.
- Lagledarna stöttar/hjälper vid behov tränarna under träning samt vid skador mm.
- Lagledarna kan kvittera ut nyckel och nyckelbricka till hallarna hos Vallentuna Kontaktcenter i Kulturhuset efter att klubben har anmält till dem vem som ska kvittera ut nyckeln.
- Lagledarna ansvarar för att utrustning såsom matchtröjor (i rätt färg eller västar), bollar och sjukväska är med under matcher/träningar.
- Kalla spelare till match (efter avstämning med tränarna vilka som ska kallas) samt vid bortamatcher organisera transportmedel dit. (tränarna skall få plats i bilarna)
- Delta på lagledarträffar (1-2 ggr per termin). Samt klubbens årsmöte.
- Anmäla laget till de cuper laget vill delta i (kontakta även klubbens kassör). Anmälningsavgiften för två cuper plus Eken Cup står klubben för per säsong (betalningsdatum räknas). Hör runt bland andra lag vad dom spelat för roliga cuper.
- Hela klubben deltar på Eken cup (Gubbängsfältet, utomhus på gräsplan i juni). Klubben anmäler gemensamt, vill laget inte delta måste det avanmäla sig.
- Kalla spelare till träning samt ta upp närvaro (träning, match, aktivitet)
- Meddela klubbens kassör när nya spelare tillkommit som ska betala medlemsavgift.
- Påminna de som inte betalat in medlemsavgift.



- Samordna beställningar av träningskläder. VHK samarbetar från säsongen 15/16 med PSS, där lagen själva kan beställa träningsoveraller mm. Mer info på hemsidan.
- Skriva en kort verksamhetsberättelse för laget inför klubbens årsmöte (maj/juni).
- Ta emot anmälningar till klubbens årliga träningsläger.
- Kalla till föräldramöte och fördela olika roller.

Den kanske viktigaste uppgiften av alla för en lagledare är närvaro! Du ska vara på plats i hallen under träningar och matcher. Se till att spelarna känner sig sedda och hörda. Vara den sociala knuten för att få gruppen att bli en GRUPP. Vara en trygg punkt för spelarna när dom kommer till hallen.

Träningar i hallen

Det första laget som kommer till hallen registrerar en dörrkod, kolla med klubben om vilken rutin som gäller. Om inte annat lag tränar efter, se till att jalousin till övervåningen vid entrén är nerdragen, dörren i borte trappan är låst samt att hallen är låst när ni lämnar den och inga finns kvar inne

Matcher

Se till att det finns tillräckligt många spelare och bilar innan matchtillfället (tränarna ska få plats i bilarna). Innan matchen startar ska ett matchprotokoll (lista med spelarnas namn och tröjnummer) lämnas in till sekretariatet för de yngre lagen och laglista i EMP ska fyllas i för de äldre lagen. Lagledarna ansvarar för att utrustning såsom matchtröjor (i rätt färg eller västar), bollar och sjukväska är med. Bra att ha i sjukväskan är kyl-/ispåsar, tejp, plåster, lindor och Alvedon/Ipren. Det är bra om lagledaren och tränaren har klubbdräkt på sig, tex T-shirt eller overall. Läs mer om detta i dokumentet "*klädpolicy*". Det är tränaren som coachar laget under match, om inte annat överenskommit. Föräldrar och andra personer på läktaren får gärna heja på spelarna med positiva tillrop. Under match ropar/kommenterar ingen domarens insatser. Vid behov kan lagledaren eller tränare efter match prata med domaren om det finns oklarheter. Lagledaren tar ansvar för att matchtröjorna blir tvättade. Tröjorna ska samlas in och tvättas gemensamt, låt aldrig enskild spelare ansvara och tvätta "sin" tröja. Tips: Gör tvättschema så att varje familj bidrar med tvättning av tröjorna.

Datum för matcher mm finns på Handbollsförbundet östs hemsida. Där finns även uppgifter om i vilken hall matcherna spelas och de andra lagens färg på matchtröjor. Serien går att importera till lagets sida.

I många åldrar är det vanligt att lagets spelare även är med i andra lags matchtrupp och både tränar och spelar match med ett annat äldre/yngre lag. För att detta ska fungera ska lagledare och tränare i berörda lag tillsammans inför varje säsong se över spelschemat för lagen och hitta lösningar för berörda lag och spelare. Om matcher behöver flyttas ska detta hanteras av lagledarna senast 21 dagar efter att säsongens spelschema publicerats av förbundet. Alla kostnader som uppstår för matchflyttar efter detta tas ur lagens lagkassor.