



Lathund Handbollsfestival U7 – HF Syd

Bakgrund - konceptet Handbollsfestival

En Handbollsfestival är en träff där handbollslag från distriktets olika föreningar bjuds in och samlas för att träna tillsammans och spela matcher mot varandra. Skillnaden från en vanlig handbollscup eller ett träningsläger är att lagen tillsammans värmer upp, tränar teknik och har en gemensam avslutning. SHF har tagit fram en ambitiös broschyr för detta med tips och övningar där man kan få inspiration, denna bifogas och detta brev kan även laddas ner här:

https://svenskhandboll.se/download/18.5278dde418488c6c621e513a/1669209400521/handbollsfestival_webb.pdf

Ingen nivåindelning. Spelas enligt formatet för Handbollsfestival, matcher spelas i minihandbollsformat. Spelas inte som regelrätta serier utan spelas som 4 sammandrag under våren arrangeras med 6–10 lag per sammandrag. HF Syd gör förslag på indelning av lagen i sammandragen. Deltagande föreningar är ansvariga för att bjuda in lag och upprätta spelschema. Ni hittar också mer information på vår hemsida här:

<https://svenskhandboll.se/hf-syd/tavling/minihandboll-handbollsfestival/handbollsfestival-och-minihandboll-u7-u9>

HF Syds process

HF Syd tar in laganmälningar i oktober/november och gör en fördelning av arrangörer och gör ett förslag på vilka lag som ska spela var. Detta förslag publiceras i början av december och spelschemat planeras starta efter nyår.

Arrangerande förening för respektive festival är ansvariga för att bjuda in lag, ta in anmälningar till sitt arrangemang, upprätta spelschema/hålltider för festivalen samt att delge deltagande lag detta i god tid innan festivalen.

Checklista för förening att hålla koll på:

- **Mitten på oktober** - Anmälan till U7 Handbollsfestival öppnar
- **Mitten av november** – Anmälan till U7 Handbollsfestival ska vara gjord (Man kan anmäla sig i efterhand men enbart lag som anmäler sig inom anmälningstiden är garanterade arrangemang på hemmaplan)
- **Början på december** – Arrangörs/lagfördelning av festivalerna publiceras i Profixio och delges föreningarna.

Föreningens process

Föreningen anmäler antal lag i oktober/november via Profixio. När förslag på gruppindelningar och spelschema är publicerat av HF Syd är det dags för föreningen att boka in när Handbollsfestival ska äga rum på hemmaplan, gör hallbokningar, planera för detta och informera berörda ledare.



Senast 3 veckor innan genomförandet ska föreningen bjuda in resterande lag i gruppindelningen (föreningen kan välja att bjuda in ytterligare lag) som ska delta i Handbollsfestivalen. I inbjudan är det viktigt att deltagande lag ska ges möjlighet att anmäla antal lag som de kommer att ställa upp med.

I Profixio på översiktssidorna för handbollsfestival kommer både gruppindelning och kontaktlista till ledare publiceras i excelformat, genom att i Profixio klicka sig vidare till matchschemat ser ni sedan vilka datum respektive förening arrangerar.

Checklista för förening – saker som ska göras:

- **December** - Boka in tid för hemma-festival. Här behöver ni innan ni bokar ha bestämt ungefär vad ni ska göra vid er festival samt ha koll på ungefär hur många lag som kan tänkas komma (se excelfilen med lagfördelning per arrangemang). Läs igenom SHFs broschyr om Handbollsfestival.
- **Senast 3 veckor före er hemmafestival** – Skicka ut en inbjudan till de lag som är listade att delta vid er hemmafestival. I inbjudan ska starttid, hall/hallar ni ska vara i, om det finns möjlighet att köpa mat/dricka/fika, samt kontaktuppgifter till ansvarig person i arrangörsföreningen finnas med. Glöm inte ha med i inbjudan att inbjudna lag ska meddela er hur många lag de kommer delta med, så att ni kan göra spelschema.
- **Senast några dagar innan arrangemanget** – Spelschema/hålltider för festivalen skickas ut till alla deltagande lag. (Spelschema gör ni enkelt via <https://sammandrag.se/sv/>)

Förutsättningar – vad behövs?

Tillgång till hall med minst en, helst två minihandbollsplaner samt tillgång till koner, plintar och liknande som kan behövas för motorikbana och teknikträning vid stationer (beroende på ambitionsnivå)
Halltid behöver vara bokad och bör anpassas utifrån antal lag och hur många kringövningar man ska köra. Utgå ifrån att minst 2 timmar (6-lag) – 4 timmar behövs (10-lag).

Rekommenderad matchtid för matcherna är 2 x 10 min men det står er som arrangör fritt att anpassa speltid efter halltid som är tillgänglig och antal lag, och planerna är på tvären dvs 20 m långa med minimål.

Vi spelar med den gröna Goalchabollen som är mjuk och inbjuder till passningsspel, teknisk kreativitet och roligt spel.

Ni som arrangör tillsätter domare till matcherna.

Matcherna ska spelas utan resultattavlor. Antal lag och spelplaner varierar från arrangemang till arrangemang.

Praktiskt genomförande av Handbollsfestival

Omfattningen på en handbollsfestival styrs av möjligheterna i hallen och hur mycket tid man har för sitt sammandrag. Ibland kan man köra fullt ut Handbollsfestival och ibland inte. Gör det kul, inspirerande och tillsammans så att de första matcherna blir något att berätta om hemma så vi hjälps åt att rekrytera nya handbollsspelare i alla föreningar.



I HF Syd har vi några moment som är obligatoriska vid Handbollsfestival och några som är valbara att genomföra eller inte genomföra:

1. Gemensam samling & uppstart – **Obligatoriskt**

Arrangemangsansvarig och ansvarig ledare i arrangörsföreningen samlar ledare och spelare från alla deltagande lag och hälsar välkomna, samt berättar om dagens upplägg. Det är en god idé att förutsätta att inte alla vet vad som väntar. Presentera gärna alla ledare som är med och hjälper till under dagen.

2. Gemensam uppvärmning – **Obligatoriskt**

Alla spelare från alla lag värmer upp gemensamt. Undvik att spelare från samma lag håller ihop, utan att tvinga fram en blandning mellan lagen. Det kan vara lämpligt att inleda med en motorikbana och att avsluta med kull. Medan spelarna leker kull är det bra att städa undan motorikbanan.

3. Matchblock 1 - **Obligatoriskt**

4. Gemensam teknikträning/stationsträning – Valbart (behöver ej genomföras fullt ut men viss gemensam teknikträning/stationsträning är uppskattat)

Förslag på gemensam teknikträning: Arrangören leder teknikträningen, cirka 45 minuter lång.

Teknikträningen sker i stationsform. Ta gärna hjälp av ledare från gästande lag och be dem gå runt på de olika stationerna och ge feedback till spelarna. Precis som under uppvärmningen är tanken att spelarna ska träna tillsammans med spelare från olika lag, utan att tvinga fram en blandning.

Övningarna är hämtade från materialet Framtidens Handbollsspelare. Det är viktigt att spelare som kommit långt i sin utveckling utmanas i övningarna samtidigt som spelare som inte kommit lika långt inte får för svåra uppgifter. En hög grad av bollkontakt är viktigt, i övningsmaterialet är därför endast övningar med boll med.

En hög aktivitetsgrad är också viktigt, försök undvika att köer bildas vid stationerna. Skulle tid uppstå mellan teknikpasset och det andra matchpasset kan teknikpasset avslutas med kull, stafett eller annan gemensam rolig lekaktivitet. Läs mer om övningsbank längre ner.

5. Matchblock 2 – Valbart (beroende på om teknikträning/stationsträning genomförts eller ej).

6. Gemensam samling & avslutning/tacka varandra – **Obligatoriskt**

När handbollsfestivalen närmar sig sitt slut, har förhoppningsvis spelarna från de olika föreningarna börjat lära känna varandra lite. När det är dags att avrunda kan det vara roligt att göra det med någon tävling som suddar ut föreningstillhörigheten. Kanske en dribblingsstafett, leka kull eller liknande med blandade lag från olika föreningar. Om ni hamnat i tidsbrist eller bedömer att spelarnas energi är slut för dagen är det ändå viktigt att skapa ett tillfälle för ett gemensamt avslut för aktiviteten. Samla alla deltagare, ledare samt domare och tacka varandra och publiken för en rolig och givande dag samt om möjligt, berätta om när nästa Handbollsfestival sker.