

Rahmentrainingskonzeption Jugend

HSG Sulzbach-Murrhardt

Handball

Elterninformation– Stand März 2023

Inhalt

1. Vorwort.....	3
2. Unsere Werte.....	5
3. Unsere Ziele.....	6
4. Anforderungen und Tipps an unsere Trainer und Betreuer.....	7
5. Erwartungen und Tipps an die Eltern.....	8
6. Hinweise für alle Jugendmannschaften gemeinsam.....	10

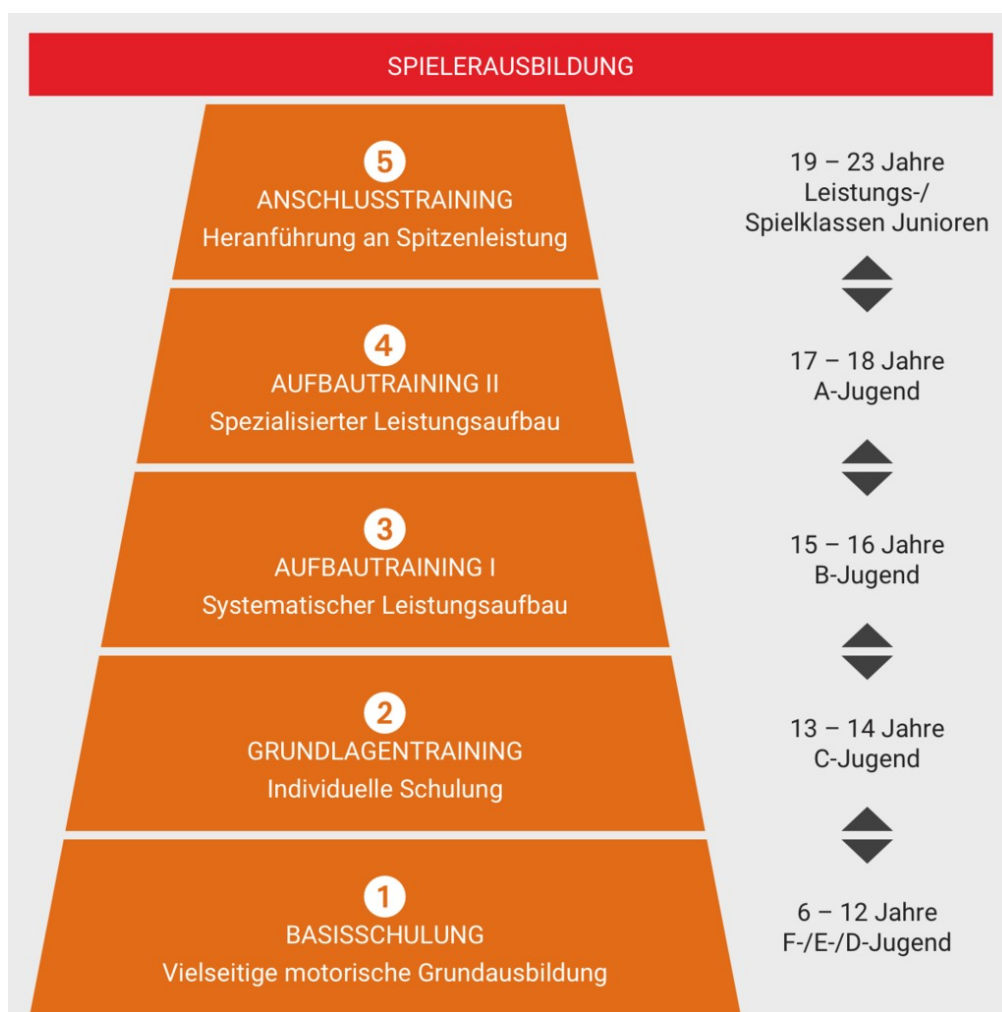
1. Vorwort

Die Handballspielgemeinschaft (HSG) Sulzbach-Murrhardt ist eine Kooperation der beiden Handballabteilungen der Vereine TV Sulzbach 1890 e.V. und TV Murrhardt 1848 e.V.

Ziel der Kooperation ist ein möglichst umfassendes und qualitativ hochwertiges Angebot für alle Mitglieder der beiden Handballabteilungen. Im Jugendbereich steht die zielgerichtete Vermittlung handballsportlicher und sozialer Kompetenzen im Vordergrund.

Um für unsere Jugendtrainer und -betreuer sowie die Eltern unserer Kinder und Jugendlichen unsere Ziele und Werte sowie nützliche Informationen und Hintergründe unserer Abläufe im Verein und der einzelnen Ausbildungsschritte von den Minis bis zu A-Jugend transparent zu machen, haben wir diese Rahmentrainingskonzeption Jugend der HSG Sulzbach-Murrhardt gemeinsam erarbeitet. Sie ist der „rote Faden“ unserer Jugendarbeit und gleichzeitig unser Qualitätsanspruch an das, was wir in unseren Vereinen leisten wollen.

Bei der handballspezifischen Ausbildung halten wir uns an die Rahmentrainingskonzeption (RTK) des Deutschen Handballbundes, die den idealtypischen Weg von der Ausbildung handballbegeisterter Kinder bis zum leistungsorientierten Training von Jugendlichen sowie Juniorinnen und Junioren aufzeigt. Das langfristige und entwicklungsorientierte Nachwuchstraining über fünf Ausbildungsstufen – von der Basisschulung über das Grundlagen-, Aufbautraining 1 und 2 bis zum Anschlussstraining – stellt dabei eine wertvolle Orientierungsgrundlage für Schulen, Handballvereine und alle Institutionen der Talentsichtung und -förderung dar. Die umfassende, individuelle Schulung auf allen Trainingsstufen, die gezielte Verknüpfung von Training und Wettkampf sowie die ganzheitliche Persönlichkeitsschulung sind zentrale Merkmale dieser Rahmentrainingskonzeption.



2. Unsere Werte

Die HSG versteht sich als „Familie“ von großen und kleinen Handballfreunden. Dazu gehören alle unsere Vereinsmitglieder, aber auch alle Menschen, mit denen wir im Training (Trainer, Betreuer, Eltern), bei Wettkämpfen (andere Mannschaften, Schiedsrichter, Zuschauer) oder wann auch immer (bei Festen, in der Schule) zusammenkommen. Die Orientierung an gemeinsamen Werten ist unverzichtbar, wenn wir beim Handball und im echten Leben erfolgreich sein wollen.

Respekt, Toleranz und der Schutz von Schwächeren

Unsere Gesellschaft ist geprägt durch das Zusammenleben von Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen und Entwicklungszuständen. Auch im Sport ist dies eine alltägliche Situation. Respekt, Toleranz und der Schutz von Schwächeren sind Werte, die ein friedvolles Miteinander der Kulturen sowie von Stärkeren und Schwächeren in unserem Verein und bei Wettkämpfen garantieren.

Fairness

Wer engagiert und zielstrebig trainiert, hat es nicht nötig, zu foulern, zu schummeln oder gar zu dopen. Fair Play beinhaltet dabei nicht nur das Einhalten der Spielregeln, sondern bezeichnet auch eine Haltung und Einstellung gegenüber unseren sportlichen Gegnern. Dies betrifft auch die Eltern auf den Zuschauerrängen.

Begeisterung und Spaß am gemeinsamen Spiel

Begeisterung ist eine Energie, die alles in Bewegung bringt. Ohne Begeisterung ist Leistungsentwicklung nur schwer zu erzielen. Der Spaß am Spiel und die Begeisterung sind Voraussetzungen für unser Spiel.

Teamgeist

Teamgeist ist in einer Mannschaftssportart wie Handball unerlässlich. Wenn Spieler einer Mannschaft sich blind verstehen und vertrauen, sich gegenseitig unterstützen und das gleiche Ziel verfolgen, dann erreichen sie mehr als die Summe der Einzelleistungen. Dabei helfen die folgenden Merkmale:

- mit anderen zusammenarbeiten
- mit anderen reden
- Konflikte lösen
- sich in andere hineinversetzen (Empathie)
- Teamfähigkeit, Teamdynamik und Teamklima

3. Unsere Ziele

Unser Wichtigstes Ziel ist, dass **unsere Kinder und Jugendlichen zu selbstbewussten Persönlichkeiten heranwachsen**

Auf dem Weg dazu helfen die nachfolgend formulierten Unterziele:

Gesundheit

„Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper“, heißt es schon bei den Römern. Wir bieten für jede Altersstufe das passende Training an, damit Kinder und Jugendliche schrittweise über Koordinations-, Kraft- und Ausdauerübungen einen gesunden Körper erlangen können.

Gleichgewicht zwischen Ausbildung (Schule) und Sport

Sportler, die in Schule und Ausbildung erfolgreich sind, vollbringen auch im Sport bessere Leistungen. Die duale Karriere ist wichtiger Bestandteil in der Entwicklung von jungen Sportlern.

Lebenslanges Lernen

Gesellschaft und Sport unterliegen einem permanenten Wandel. Junge Sportler müssen deshalb die Bereitschaft mitbringen, sich ständig zu verbessern und weiterzuentwickeln. Voraussetzung dafür ist Offenheit für alles Neue. Trainer sind in dieser Hinsicht sowohl Vorbilder als auch Impulsgeber.

Verantwortung

Die Verantwortung für ihr eigenes Leben zu übernehmen, ist ein großes Ziel für junge Sportler. Sie hören auf, andere Umstände und Personen für die eigene Lage verantwortlich zu machen. Nur so sind sie imstande, Möglichkeiten zu erkennen und zu ergreifen, ihre eigene Situation zu verbessern.

Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein

Sich selbst zu vertrauen, ist etwas anderes, als sich seiner selbst bewusst zu sein. Während Sportler ihren Talenten, Potenzialen und ihrer Intuition grundsätzlich vertrauen, ist ein umfassendes Selbstbewusstsein nicht angeboren, sondern entwickelt sich durch das positive und negative Feedback anderer.

4. Anforderungen und Tipps an unsere Trainer und Betreuer

→ unsere Trainer und Betreuer leben die von uns vermittelten Werte vor und geben diese weiter an unsere Kinder, Jugendliche und deren Eltern. Ihr überwiegend ehrenamtliches, fachliches und soziales Engagement ist außerordentlich wertvoll und anerkennenswert. Sie sorgen dafür, dass Kinder und Jugendliche in ihrer Freizeit einer sinnvollen und gesundheitsfördernden Beschäftigung nachgehen können. Unsere Trainer sind Fachexperten, Zuhörer, Unterstützer, Wertvermittler und sozialer Kitt der Gesellschaft!

Dies heißt konkret:

- sie sind pünktlich, engagiert und auf jedes Training vorbereitet.
- sie haben konkrete Ziele und können Kinder dafür begeistern.
- sie verwenden niveauvolle Ausdrucksformen in Worten und Gesten und achten darauf, dass diese auch von den Kindern eingehalten werden.
- sie erklären Kindern die konkreten Ziele, loben diese und geben ihnen dadurch Sicherheit.
- sie wirken ausgleichend (wecken Emotionen / bremsen übermäßige Emotionen).
- sie fördern den Teamgeist und das Miteinander Spielen.
- sie sind fair und versuchen Konflikte frühzeitig zu erkennen u. überparteilich zu schlichten.
- sie leben Fairplay gegenüber allen am Handball beteiligten vor.

→ Unsere Trainer sind vielseitig gefordert: Neben der Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz sind vielfach auch „Managerqualitäten“ gefragt, wenn – wie in Ferienzeiten – beispielsweise keine/zu wenige Hallenzeiten und/oder Trainingsmöglichkeiten vorhanden sind. Hierbei kann es helfen, vereinsübergreifende oder auch abteilungsübergreifende Lösungen zu finden oder Kooperationen mit Schulen anzustreben (AGs, Sportabzeichen unterstützen oder erwerben, Mitwirkung bei Bundesjugendspielen, Grundschulaktionstage).

→ für jede Ausbildungsstufe werden alters- und entwicklungsgerechte Trainingsinhalte und Zielspiele formuliert und jeder Spieler als eigenständige Person betrachtet. Diese Rahmentrainingskonzeption setzt dafür den Orientierungsrahmen.

→ unsere Trainer und Betreuer nehmen regelmäßig an Fortbildungsveranstaltungen teil. Es sollten möglichst viele unserer Trainer über eine Trainerlizenz verfügen.

→ ab der B-Jugend und in der A-Jugend sollen Nachwuchsspieler aktiv für die Unterstützung des Trainerstabs geworben werden. Die Unterstützung beim Training im Kinderhandball ab der C-Jugend ist der erste Schritt auf dem Weg zu einem zukünftigen Jugendtrainer.

5. Erwartungen und Tipps an die Eltern

Ein Kinder- und Jugendtraining

wird von unseren Übungsleitern geplant und vorbereitet und beginnt immer mit einer kurzen Begrüßung. Es ist für alle Beteiligten wichtig, dass zu Beginn einer Übungsstunde alle umgezogen „am Start“ sind, damit das Training pünktlich beginnen kann.

Neben einem Ball (eigener Ball oder Vereinsball) ist eine gefüllte Trinkflasche (mind. 0,7 l!) unverzichtbar.

Sollte ein Trainingsbesuch einmal nicht möglich sein oder jemand später kommen (müssen), erwarten unsere Übungsleiter vorher eine kurze Nachricht. Spätestens ab der C-Jugend sollten die Jugendlichen dazu angehalten werden, sich im Verhinderungsfall selbständig beim Trainer abzumelden.

Eltern können im Kinderhandball unsere Übungsleiter auch gerne beim Training unterstützen. Sprechen Sie die Übungsleiter an. Ein Betreuungsschlüssel von 1/5 ist bis zur E-Jugend optimal für eine erfolgreiche Grundausbildung.

Sprechen Sie den Trainer auch an, wenn bei Ihrem Kind etwas Besonderes (z.B. irgendeine Krankheit) zu beachten ist.

Ein Wettkampf (Spieltag, Spiel oder Trainingsspiel)

ist für alle Beteiligten eine tolle Sache. Von den Eltern wünschen wir uns, dass unsere Übungsleiter kurz darüber informiert werden, wer daran teilnehmen oder nicht teilnehmen kann. Bis zur E-Jugend stehen meistens genügend Eltern fürs Fahren zu Auswärtsspielen zur Verfügung. Es ist aber wichtig, dass auch bis zu A-Jugend die Eltern immer wieder als Begleitung und fürs Fahren zur Verfügung stehen.

Spieltage sind Pflichttermine. Diese sollten vor Rundenbeginn fest eingeplant werden. Spielabsagen werden vom Verband mit empfindlichen Strafen belegt.

Heimspieltage in Sulzbach/Murr oder Murrhardt

motivieren Kinder und Jugendliche am meisten. Doch sie stellen für den Verein und die Übungsleiter einen sehr großen Organisationsaufwand dar. Ohne die tatkräftige Unterstützung der Eltern und Familien beim Organisieren, der Bewirtung, beim Kuchen backen oder für die Turnierleitung geht es nicht! Die Erlöse aus den selbst gebackenen Kuchen gehen komplett in die Mannschaftskasse und sind die Grundlage für Festivitäten oder Ausflüge.

Hygiene ist uns wichtig

wir unterstützen es, dass unsere Kinder- und Jugendmannschaften ab der D-Jugend nach dem Training und dem Spiel zusammen duschen. Ab der C-Jugend sollte das eine Selbstverständlichkeit sein. Eltern können uns dabei unterstützen, dass Duschsachen möglichst früh in jeder Sporttasche zu finden sind.

Ein eigener Handball

ist für Kinder und Jugendliche ein tolles Geschenk – aber es muss der Richtige sein! Auf keinen Fall darf ein eigener Handball zu groß sein. Die Handballgrößen unterscheiden sich wie folgt:

Größe 00: Minis

Größe 0: Minis, F-Jugend und E-Jugend, jeweils weiblich und männlich

Größe 1: D-Jugend männlich und weiblich; C-Jugend weiblich

Größe 2: C- und B-Jugend männlich; B- und A-Jugend weiblich

Größe 3: A-Jugend männlich

Eltern sind Vorbilder

für Kinder und Jugendliche. Wir erwarten von Ihnen, dass sie unsere Werte nicht nur respektieren, sondern diese auch nach Innen und Außen weitertragen. Dazu gehören vor allem Respekt, Toleranz und die Fairness gegenüber Schiedsrichtern und Schwächeren.

6. Hinweise für alle Jugendmannschaften gemeinsam

Der Wechsel der Altersklasse

erfolgt im Frühjahr nach dem Ende der offiziellen Wettkampfrunde und vor dem Beginn der Qualifikation - in der Regel vor den Osterferien. Der konkrete Wechselzeitpunkt wird idealerweise in einer Jugendtrainersitzung zur gemeinsamen Vorbereitung der neuen Saison festgelegt.

Unterschiedliche Leistungsstände

sind in allen Jugendmannschaften die Regel – vor allem aber bei den Minis, der F-Jugend und der E-Jugend. Um allen Kindern und Jugendlichen eine Über- und Unterforderung zu ersparen und optimale Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten, sind

- die Altersgrenzen nach oben durchlässig. Spielerisch und sozial weit über dem Durchschnitt entwickelte Kinder und Jugendliche sollen nach vorheriger Rücksprache mit den Eltern und den Kindern/Jugendlichen früher in eine höhere Altersklasse wechseln. Ein frühzeitiger Wechsel in eine höhere Altersklasse kann jederzeit erfolgen.
- im Übungs- und Spielbetrieb immer wieder unterschiedliche Angebote an die unterschiedlichen Leistungsgruppen zu machen.

Der ältere Jahrgang einer Jugend

kann durchaus schon vor dem Wechsel in die nächsthöhere Altersklasse ein paar Mal im Training oder Spiel der höheren Altersklasse mitmachen bzw. mitspielen – insbesondere dann, wenn der ältere Jahrgang nur wenig Spieler hat.

Ein eigener Handball

ist ab der E-Jugend unverzichtbar. Soweit die Kinder und Jugendlichen keinen eigenen Handball besitzen, stellt die HSG diesen zur Verfügung. Der Handball soll im Training, bei Spielen, aber auch zuhause oder im Freien jederzeit genutzt werden können.

Informationen für den Spielbetrieb

aller Mannschaften der HSG von den Minis bis zu den aktiven Mannschaften erhält man im Internet auf drei verschiedenen Webseiten:

- 1.) Auf unserer eigenen Homepage unter www.hsg-sulzbach-murrhardt.de
- 2.) Beim [Handballverband Württemberg \(HVW\)](http://www.hvw-online.org) unter <https://www.hvw-online.org/spielbetrieb/ergebnisstabellen#/schedule>
Durch Filtern der richtigen Saison, der gewünschten Woche und des Vereins (Vereinsnummer 200) (HSG Sulzbach-Murrhardt) bekommt man alle Spiele des gefilterten Wochenendes angezeigt – einschließlich der Hallen incl. Anfahrtsbeschreibung. Wenn man in der Wochenübersicht auf die gewünschte Staffel klickt (1.Spalte von links, z.B. „wJE“) bekommt man die Übersicht aller Spiele der Mannschaft angezeigt.
- 3.) Beim [Handballbezirk Enz-Murr \(HBEM\)](http://www.hbem.de) unter <https://hbem.de/aktuelles/spielbetriebspiegeltechnik#>