Gul Tråd - Retningslinjer for godt treningsmiljø [](https://www.google.no/imgres?imgurl=http://www.hundvaag-handball.no/wp/wp-content/themes/hundvag-handball/images/logo.png&imgrefurl=http://www.hundvaag-handball.no/&docid=93UpYTiUDkzpzM&tbnid=A81aRJUNbuqjbM:&w=150&h=170&bih=985&biw=1920&ved=0ahUKEwiyuLTX5ZrPAhVFBywKHZYlDdUQMwgiKAAwAA&iact=mrc&uact=8)

**Forventninger til alle trenere:**

* Lik behandling av alle spillere
* Konstruktive tilbakemeldinger på trening og i kampsituasjon
* Stiller forberedt på trening og kamp
* Bruke treningstøy på trening og kamp
* Planlegge treninger i tråd med Gul tråd
* Laguttak:
  + Det er trenerne som er ansvarlig for å fordele lag. Spillere, foresatte, lagledere og andre med oppgaver rundt laget skal ikke involveres i prosessen omkring laguttak, men kriteriene som legges til grunn for laguttak skal være kjent for alle spillere. Disse kriteriene vil være en del av den sportslige planen til det enkelte lag.

**Trenere fra J/G 9-11 år**

* Treningsgrupper på opp til ca. 30 barn slås gruppen sammen til en gruppe

Det skal velges 1 hovedtrener blant trenerne.

Dersom det er flere spillere i en gruppe fordeles de i 2 hovedgrupper med 2 hovedtrenere, men hvor den ene skal ha hovedansvaret for årskullet. Sportslig utvalg blir da med i prosessen på hvordan dette skal løses, og hvordan laginndeling og antall lag skal fordeles.

Hovedtrener har ansvaret for:

* fordeling av spillere til lag
* påse at Gul tråd benyttes på alle lag
* beslutte nivåinndeling eller skoleinndeling i kamp og treninger

**Trenere fra G/J 11 år**

* som over, men i tillegg velge antall breddelag og antall øvede lag

**Trenere fra J/G 12 – 16**

* som over, men hovedtrener utarbeider sportslig plan
* Den sportslige planen skal være en veiledning til foreldre, spillere og trenere slik at sesongen

blir gjennomført på en forutsigbar og god måte - både sportslig og sosialt. Den sportslige planen skal representere alle elementene i trening, serie, turneringer og sosiale aktiviteter på en slik måte at alle spillerne får de utfordringer og opplevelser som de forventer av sesongen. Det er også viktig at forventningene om målsetningene fra spillere og foreldre er i samsvar med trenerne sine forventninger og målsetninger, slik at det ikke oppstår uoverensstemmelser underveis.

* Hovedtrener gjennomfører individuelle spillersamtaler med hver enkelt spiller.

Tema for samtalen kan være:

* + Målsetting for spilleren
  + Målsetting for laget
  + Spilleren sin rolle og ansvar i gruppen, både i kamp og på trening.

**Forventninger til spillerne:**

* Stille forberedt på trening og kamp. Dette gjelder også i forhold til mat, søvn, treningsutstyr, ball, drikkeflaske og lignende
* Være lojal mot trenernes avgjørelser
* Gjøre seg kjent med og forstå kriteriene som legges til grunn for laguttaket
* Bidra til god treningskultur gjennom å komme med støttende og positive tilbakemeldinger til de andre spillerne, i og utenfor trening og kamp. Negative kommentarer som kjefting og lignende fører til usikkerhet og negativ stemning i laget og skal ikke forekomme.

Rutiner for når spillere bidrar til dårlig treningsmiljø:

1. Spiller blir kalt inn til møte med hovedtrener. Innholdet i møtet er å gå gjennom forventingene som ligger i god treningskultur.
2. Hvis det ikke skjer en endring blir spiller innkalt til nytt møte. I møte nummer to deltar daglig leder, leder i sportslig utvalg, trener, spiller og foresatte. Konsekvensene av dette møte kan bli at spiller ikke får delta på kommende kamp(er) og/eller trening(er). Det er daglig leder og leder i sportslig utvalg som gjør den avgjørelsen. Eventuell klage på avgjørelse skal rettes til styret.

**Forventninger til foreldre:**

* Vise lojalitet og respektere trenernes beslutninger
* Støtte spillerne uansett hvilket lag de spiller på
* Vise respekt for andre foreldre og andre lags spillere, trenere og dommere
* Stille opp på bortekamper og hjemmekamper

**Forventninger til spillere, trenere, foreldre**

* Fair play
* Behandle dommere og bortelag med respekt