Hand the Ball Games

Föreningsstöd

Metodstöd och information till planering och genomförande

Aktivitetsdag möjliggörs genom medfinansiering av Stadium Foundation

Detta dokument är ett fördjupat stödmaterial för föreningar som sökt projektmedel för Hand the Ball Games och nu ges stöd i genomförande av denna eventdag. Syftet är att ge er ett gemensamt upplägg, tydliga exempel och en stabil grund i genomförandet tillsammans med lokala föreningar, skolor och eventuella samarbetspartners.







Foto: Lars Pehrson

Bakgrund och utgångspunkt

Hand the Ball Games har vuxit fram ur behovet av fler inkluderande former för idrott och rörelse. Många barn möter idrott genom tävlingsformer som inte alltid tar hänsyn till individuella förutsättningar, tidigare erfarenheter eller olika sätt att delta.
Hand the Ball Games bygger på Hand the Ball-konceptets pedagogiska grund och syftar till att skapa positiva första möten med handboll och rörelse, där delaktighet och upplevelse prioriteras framför resultat. Det är helt enkelt en möjlighet för förening att testa av ett nytt upplägg och se hur det tas emot av de unga deltagarna.

Övergripande målsättning

Den övergripande målsättningen med Hand the Ball Games är att stärka ert befintliga Hand the Ball-arbete och samtidigt öppna upp handbollen för nya målgrupper genom en större aktivitetsdag. Projektet ska bidra till att fler barn och unga får möjlighet att uppleva rörelseglädje, känna sig inkluderade och utveckla en positiv relation till fysisk aktivitet.

- Skapa en inkluderande aktivitetsdag för barn och unga
- Sänka trösklarna till handboll genom alternativa matchformer
- Ge utrymme för barns autonomi, kreativitet och rörelseglädje
- Integrera moment kring psykisk hälsa och barns åsikter
- Stärka och utveckla ungt ledarskap i föreningar
- Nå nya målgrupper och bidra till ökad fysisk aktivitet i lokalsamhället

SVENSKA HANDBOLLFÖRBUNDET

HAND THE BALL Sweden

Hand the Ball Games metodstöd

Hand the Ball Games - Aktivitetens uppbyggnad

Hand the Ball Games är uppbyggt kring en aktivitetsdag som består av två tydliga men samverkande delar. Upplägget ger barnen möjlighet att vara aktiva hela tiden, välja nivå och uttryckssätt samt uppleva både fri rörelse och gemensamt spel. Upplägget kräver en hel del Hand the Ball material och detta tillhandahåller SHF till er förening genom utlåning kostnadsfritt, den kostnaden behöver ni alltså ej ta med i er projektplan.

Del 1: Öppen rörelseyta

Den öppna rörelseytan är hjärtat i Hand the Ball Games. Här får barnen själva välja mellan olika aktiviteter där Hand the Bal är central men här kombinerar vi det med annan rörelse som exempelvis dans, parkour, fria rörelseövningar, lek etc. Fokus ligger på barnets autonomi och möjligheten att utforska rörelse utifrån egna intressen och förutsättningar. I denna del ingår även möjlighet till övningar kopplade till psykisk hälsa och barns åsikter, med material från Hand the Ball-konceptet. Det är alltså ej uppbyggt genom stationer eller tydlig förflyttning av deltagarna utan alla rör sig fritt. vilket gör ytan perfekt för samarbete med andra idrotter för att skapa variation och häftiga rörelsemöjligheter.

Del 2: Hand the Ball Games – anpassat matchspel

Den andra delen består av ett anpassat turneringsformat i handboll. Matcherna spelas tre mot tre på ett mål, utan avbytarbänk, vilket gör att alla deltagare är aktiva hela tiden. Bollstorlek, speltid och planstorlek anpassas för att skapa trygghet och delaktighet. Försvarande lag spelar i numerärt underläge, vilket ökar möjligheten för alla att skjuta och lyckas i spelet. Ledarna agerar facilitatorer snarare än domare och har fokus på uppmuntran, inkludering och trygghet. Det är alltså inte fokus på regler så som tre steg,vi arbetar med nybörjare så pedagogiskt brukar vi säga tre sekunder, målområdet enbart för målvakt och att man startar vid tre startpositioner (se film om spelet).

Detta upplägg kräver att ni delar in deltagargruppen i lag om 3 spelare och varje gruppering om 2x3st behöver ett mål, därför finns västar, plättar, mål och bollar med i det utlångsningskit som ni tar kontakt med SHF kring innan genomförandet. Beroende på hur många lag ni har igång samtidigt så har man 2 lag eller 3 lag per mål. Vid 3 lag per mål brukar vi köra matcher om enbart 3 min och snabba byten, det lag som vilar har en sidoaktivitet att göra tills de spelar igen. Har man färre lag så att man kan ha två lag per bana och köra väldigt korta matcher i tid och så kan man rotera på planerna. Sista tipset är att ha hög musik igång!

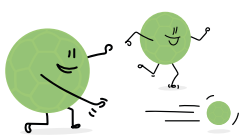




Förslag på upplägg för skolklasser

100 deltagare samtidigt:
- Kräver mer material och fler ledare
- Dela upp 50st öppen yta, 50st match
- Uppstart (10 min), aktivitet (40 min), paus och byte aktivitet (10 min), aktivitet (40 min), asvlut och barnens åsikt (20 min) - Sammanlagd tid: 2h

50 deltagare i två omgångar:
- Kräver mindre material och färre ledare, men mer tid
- Dela upp 25st öppen yta, 25st match
- Gruppe 1: Uppstart (10 min), aktivitet (30 min), paus och byte aktivitet (10 min), aktivitet (30 min), asvlut och barnens åsikt (10 min)
- Grupp 2: Samma upplägg igen
- Sammanlagd tid: 3,5 h
(Grupp 1: 1,5h, paus 30 min, grupp 2: 1, 5h)



Hand the Ball Games

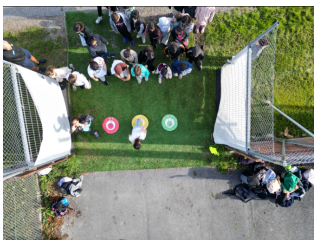
Innehåll och uppföljning

Ledarskap och unga ledare

En viktig del i Hand the Ball Games är att unga ledare, ofta mellan 15 och 25 år, ges roller i planering, genomförande och uppföljning av aktivitetsdagen. Detta stärker ungt ledarskap inom föreningen och bidrar till långsiktig kompetensutveckling. Unga ledare fungerar samtidigt som positiva förebilder för deltagarna. Det kan dock finnas begränsning då dagen kanske genomförs mot skolor på dagtid men därför är projektstödet så pass stort så att man kan ge ersättning för tiden unga lägger på eventet.

Barnens åsikt

Efter genomförd aktivitetsdag följer föreningen upp deltagarnas upplevelse genom enkla och barnanpassade metoder, såsom utvärderingsmattor och korta enkäter. Enkäterna skrivs ut men ni behöver ha med er många pennor, era ledare och pedagoger hjälper barnen att fylla i enkäten. Innan dagen är slut lägger ni ut mattorna och ber barnen springa över den matta barnen känner för efter aktiviteterna, samtidigt filmar ni fötterna för att kunna räkna antal per färg. Enkät och mattor får ni i av SHF.



Utvärdering och kommunikation

Utöver det ekonomiska stödet får ni detta metodmaterial i upplägg och genomförande, materialkit som lånas över dagen samt stöd från en "Hand the Ball-expert" under aktivitetsdagen (läs längst ner, kontakta SHF vid intresse av detta). Efter genomförandet kravställer projektstödet att ni som förening fyller i och skickar ni en utvärdering. Läs gärna igenom denna redan nu då det är mer ingående frågor än vad man kanske vanligtvis behöver besvara vilket kan vara bar att veta innan genomförande så att ni får med allt.

- **Utvärdering:** Ledare genomför gemensam reflektion och erfarenheterna tas vidare in i föreningens ordinarie Hand the Ball-verksamhet. Genom denna process fyller ni i utvärdering och skickar in. Men ni räknar även ihop resultatet efter utvärderingsmattorna samt gör en enklare sammanställning från de ifylld enkäterna.

- **Kommunikation:** Under Hand the Ball Games dagen eller i efterhand förväntas man dokumentera genom antingen bilder eller filmer på aktiviteten (avidentifierat om inte GDPR säkrats). Detta publiceras genom föreningens sociala medier/hemsida eller att ni i efterhand skickar till SHF kontakt om man ej gör egen publicering. Vid publicering via egna kanaler ska Hand the Ball Sverige, Svenska Handbollförbundet, ert distrikt taggas samt att man lägger med en hashtag för Stadium Foundation (#stadiumfoundation)

Hand the Ball Games - Samarbete med andra verksamheter

Om ni som förening vill prata med fler samarbetspartners och samverkan kring ert Hand the Ball Games är det viktigt att tydliggöra att detta inte är en traditionell turnering, utan en inkluderande aktivitetsdag där upplevelse, delaktighet och rörelseglädje står i centrum. Därför är det en perfekt möjlighet att exempelvis med RF-SISU kontakt få dit andra idrotter till den öppna rörelseytan, då kanske de kan stå för ersättning till dessa föreningar. I förslaget ovan hade man med lokal dans-, parkour och skateföreningar.

Stöd från SHF och SDF

SHF väljer tillsammans med SDF ut föreningar som får möjlighet att genomföra Hand the Ball Games. Distrikten kan även bidra till att skapa lokala samarbeten exempelvis genom RF kontakt och sprida goda exempel till andra föreningar. Projektet kan även tillhandahålla en "expert" som hjälper er vid genomförandet, finansiering för denna person får ni utöver godkänt projektstöd.

Kontakt
Jennie Linnéll
jennie.linnell@handboll.rf.se
www.handtheball.se