



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

## Årsberetning Flatås Håndball 2021

Styrets sammensetning:

Leder: Marte Mpagi

Nestleder: Marte Hollum

Økonomiansvarlig: Carina Andreassen

Sportslig leder yngre: Marte Hollum

Sportslig leder eldre: Marte Mpagi

Materialansvarlig: Lill B. Foss

Styremedlem: Kjersti B. Larsen

Håndballavdelingen har 164 aktive jenter og gutter, fordelt på 12 lag: Damelaget, J2006, J2007, J2008, J2009, J2010/J2011, J2012, J2013, G2008, G2009, G2010/ G2011, G2013, J2013,

Flatås Håndball starter primært i 2. klasse (7 år), men det kan gis tilbud fra 1. klasse dersom dette er meldt som ønske fra foreldre. Det tilbys trening en time pr. uke for spillere 6-9 år og det tilstrebes å få tilby minimum to timer i uken for spillere 10 år og eldre.

Det tilbys seriespill etter håndballregionens rammer, som for tiden er fra 6 år. Ved behov vil det inngås samarbeid med andre lag innad i egen klubb eller andre klubber for å opprettholde en stor nok spillergruppe. Flatås Håndball er foreldrebasert i alle roller og det forventes at alle foreldre bidrar til det beste for barnas tilbud. Trenere bør gjennomføre aktuelle kurs i regi av Norges Håndballforbund. Det forventes at alle har gjennomført kurs i barneidrett.

### Treningstilbud

Lagene tilbys timer i hall så langt kapasiteten tillater det. I tillegg benyttes skolens gymsal for de yngste lagene og for eldre lag som trenger mer treningstid.

Ulempen med å trene i gymsal er at mange timer går bort som følge av skolens kulturuke og juleforestillinger. I år har også skolens gymsaler byttet gulv og lag har mistet trenings tid pga. det.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

Det er ønskelig at lag som spiller 5'er håndball får trent noe i hall før seriespill grunnet størrelsen på spilleflaten.

Håndballavdelingen fikk 14 timer i Flatåshallen og 5,5 i Husebyhallen timer gjennom kommunal hallfordeling. Noen timer var også på fredag hvor flesteparten av våre lag ikke ønsker å trene. Disse fredags timene ble gitt til yngre lag, og J07 som samarbeidet med Kolstad og fikk mulighet til å trene i Kolstad arena. De ekstra timene på fredag var planlagt til bruk av eventuelle felles treninger (posisjonstrening) og treningskamper. Vi fikk ikke gjennomført dette grunnet alle restriksjoner som fulgte med smittevern i forbindelse med covid (kohort). For å få nok treninger for våre lag så leier håndballavdelingen 1 time i Flatåshallen utover det vi får tildelt.

Behovet for flere timer er til stede, men Flatåshallen har ikke flere timer å oppdrive. Det er et mål for Flatås IL å være et nærmiljøanlegg hvor alle timer brukes av eget idrettslag. Dette jobbes med av hovedlaget.

### **Kamper**

Håndballavdelingen har ønsket at alle hjemmekamper legges til helg for å frigjøre gunstige tidspunkt til treninger.

Gjennom denne sesongen har det vært mange arrangementer i Flatåshallen, det har ført til at mange av våre hjemmekamper er blitt satt opp i andre nærliggende haller.

### **Avkast**

Avkast for sesongen 2021/2022 ble gjennomført rett før seriestart. Alle lag deltok med stor suksess. Dette ønsker vi å gjenta før neste sesong også.

### **Utsatt arrangement**

Flatås minicup ble avlyst grunnet smittesituasjonen rundt covid. Flatås seniorcup blir ikke avholdt grunnet forlenget seriespill pga. covid.

Håper at vi kan få til begge arrangementene neste sesong.

### **Medlemsvekst**

Håndballavdelingen har opplevd noe medlemsvekst i 2021 på eldste laget samt en del frafall på de yngre lag.

Oppstarten av J2014 lot seg dessverre ikke gjennomføre grunnet mangel av trenersteam. De få guttene som ønsket å begynne fra G2014 fikk starte opp hos G2013.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### **Sportsplan**

Denne ble presentert på høring på Trenerforum, i tillegg til å bli sendt ut på epost til trenere og lagledere. Denne har vært gyldig midlertidig og må vedtas på årlig medlemsmøte i 2022.

### **Dugnad**

Håndballavdelingen har i 2021 hatt to av våre ordinære dugnader. Dette er tilsynsvakt og varetelling på COOP Ekstra Flatåsen i samarbeid med de andre avdelingene.

Vårt tradisjonelle julelotteri ble erstattet med FibGreen (salg av miljøvennlige fiber kluter). Salgsdugnaden er vår viktigste inntektskilde i tillegg til aktivitetsavgiften.

### **Økonomi**

Avdelingen har gjennom flere år holdt aktivitetsavgiften lav, til tross for større utgifter knyttet til tidligere leie av halltimer. Aktivitetsavgiften ble sist hevet i 2021. Styret bestemte da å heve aktivitetsavgiften med 60 kr årlig (30 kr på aktivtetsavgiften for høstsemesteret og 30 kr vårsemesteret). Dette tredde i kraft høstsemesteret 2021 og gjaldt for de som var 11 år (kull 2010) og eldre grunnet økning av utgifter på påmeldingsgebyr til seriespill, dommer regninger og utstyr.

Regnskapet 2021 viser underskudd på kr 32667,-.

Årsaken til underskudd er at dugnadskostnaden for 2021 falt samme år, inntekten kom inn i 2022.

### **Samarbeid med andre klubber**

I 2020 inngikk Flatås J06 samarbeidslag med Kattem J06 da Kattem var for få spillere til å stille lag i serien. Dette samarbeidet har fortsatt i sesong 2021/2022.

Flatås J07 inngikk et samarbeid med Kolstad J07/J08 da situasjonen for Flatås J07 var kritisk i forhold til å kunne gjennomføre seriespill.

### **Samarbeid innad i Flatås håndball**

J2011 og J2010 har slått seg sammen til et lag

G2011 og G2010 har slått seg sammen til et lag.

G2008 og G2009 har et samarbeid treningsmessig, i tillegg til at G2008 låner spillere fra G2009 for å kunne gjennomføre seriespillet i sesong 2021/2022



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### Kommunikasjon

Håndballavdelingen har egen hjemmeside, som i liten grad blir brukt. I tillegg til epost, kommuniserer styret gjennom Facebooksidene TrenerForum, Laglederforum og Flatås IL Håndball. Det forventes at alle trenere og lagledere knytter seg til disse sidene.

Håndball Sesongen 2021/2022 har gått noenlunde som normalt med få restriksjoner og litt aktivitet stans til tider. Dette har ført til at det kun er blitt avholdt to trenerforum og ett laglederforum i 2021. Det har vært ønskelig med fysisk møte.

### Takk

Flatås håndball ønsker å benytte anledningen til å takke alle våre flotte spillere som stadig utvikler seg både sportslig og sosialt gjennom håndballen, og til engasjerte foreldre som følger sine håpefulle i tykt og tynt i kamper og cuper.

Denne sesongen har vært kjærkommen i form av at aktiviteten har kommet i gang igjen, og at foreldre og kjente har hatt mulighet for å overvære kamper som publikum.

Vil rette en stor takk til alle de engasjerte og frivillige trenere, oppmenn og styremedlemmer. Dere stiller opp og legger til rette for at håndball avdelingen kan eksistere og at medlemmene våre har et godt håndballtilbud. Dere gjør det mulig for at spillerne våre kan utvikle seg, få mestringsfølelse, ha en møteplass, være sosial, få fine opplevelser og nyttige erfaringer.

Med sportslig hilsen fra Leder i håndballstyret.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### Lagseapporter

#### Damelaget

##### Mangler lagsrapport

#### J2006

Jenter 2006 består av 20 jenter i samarbeid med Kattem. I serien ruller vi på hvem som spiller kamper slik at det blir likt. Vi har ikke deltatt på cup i år. Laget har 5 dedikerte trenere.

#### J2007

Jenter 2007 startet sesongen kun med 5 Flatås spillere, men hadde allerede før sommeren gått inn i et samarbeid med Kolstad J2007. Dette var litt utfordrerne i starten da treningskulturen og klubbkulturen ikke var lik i Flatås og Kolstad. Etter hvert falt samarbeidet mer og mer på plass og ble forsterket da Kolstad J2008 ble innlemmet i samarbeidet også. Det ble meldt opp et Flatås/Kolstad lag i uøvet serie og et Kolstad/Flatås lag i sidet serie. Jentene har spilt jevnt i uøvet serien, men fått mye juling i sidet serie. Uansett har alle vært med godt mot, utviklet seg individuelt og som et lag gjennom sesongen. Tidligere tap med 10 mål er redusert til 1 -3 måls tap samt seiere.

Laget har utelukket trenet i Kolstad Arena og trivdes med det. Her har de vært heldig da Kolstad har stilt med profesjonell trener Jan Erik Wiedemann og hjelpetrener (spiller) fra Kolstad elitelag Emil Andreas Raknes. Dette i tillegg til treneren deres fra Flatåsen og to trenere fra Kolstad som har fulgt lagene siden spillerne begynte på håndball.

Jentene har selv bidratt på en del dugnader gjennom sesongen. De har hjulpet til på interne håndball skoler i Kolstad, og de er ofte å finne på Kolstad eliteserie kamper hvor de enten ser på kampen eller tar ansvar for Jr.VIP'n.

Sosialt har vi fått til juleavslutning samt noen kveldsmat samlinger etter trening.

Dette er en gjeng med glade håndballjenter med masse humor og stå på vilje.

Vi har meldt oss på Okea cupen sammen mange Flatås lag og vi gleder oss masse til den 😊



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### **J2008**

J2008 består av 13 spillere.

Vi har hatt trening mandager og onsdager. Til høsten håper vi på en trening til i hall, da vi har jenter som har lyst til å trene mer håndball.

Covid har påvirket både treninger og seriespill denne sesongen. Det har vært mye sykdom som har gjort at kamper har blitt utsatt, og treninger vært gjennomført med til tider få spillere, men nå ser det ut til at ting begynner å komme litt tilbake til normalen igjen.

Vi fikk spilt kun 4 kamper høsten 21, 12 kamper skal etter planen spilles vinteren/våren 22. Noen jenter har bidratt på G2008 kamper, det har vært veldig gøy! Noen har også trent litt med gutta.

Vi har hatt flere sosiale samlinger: alternativ trening på Rush, pizzakveld på Capri, et par spillermøter med kveldsmat, Norge kamp i Spektrum osv.

Vi har spilt åpningscup, der ble vi vinnere av b-sluttspill.

Våren 22: Skal være med på Okeacup og Rema 1000 cup

Høsten 22: satser på Røroscup, det var en suksess i 2019, men har ikke vært gjennomført siden pga covid.

Det er en håndballglad gjeng, og vi håper alle fortsetter til høsten.

2 trenere som fortsetter til høsten, men som håper at det etter hvert vil bli mulig å få inn flere som kan bidra.

### **G2008**

Mangler lagsrapport

### **J2009**

Mangler lagsrapport

### **G2009**

Antall gutter 12

Nedgang på 6 stk. det siste året.

Gjort det ekstremt bra i seriespill i år.

Trener med 08 og bidrar med spillere på deres kamper.

Meldt på Okeacup og rema1000 cup.

Hatt 1 sosialsamling.

2 stk. i støtteapparatet.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### J2011/J2010

J11 består av 21 jenter født i 2010/2011.

Lagene ble slått sammen før denne sesongen. Noen har kommet til, og noen har falt i fra underveis. Det virker som jentene trives godt i lag og har det gøy på trening.

Stort oppmøte tyder på det, Laget har også en dyktig drivkraft på sosiale tilstelninger, som vi har hatt flere av. Vi har to lag i serien og har også meldt på to lag til Okea cupen og gleder oss mye til den. Ellers består apparatet rundt laget av Alexander, Tone, Hilde og Evy (trenere) og Evy, Linda og Anja (oppkvinner).

### G2011/G2010

Denne sesongen har vært som alt annet, vært en del preget av Covid for vår del også. Spesielt når det gjelder kampavvikling. En del kamper har utgått og utsatt, og noen heldigvis tatt igjen.

Vi har hatt en stigende kurve i kampene, der vi nå nettopp vant våre første kamper for sesongen. Det hjalp veldig på motivasjonen hos guttene, moro når vi får se at det vi jobber med på trening faktisk fungerer.

Vi har to treninger i uken og stort sett godt oppmøte på de begge, men spesielt på onsdager. Fredag er fredag 😊

Selv om vårt mål er at alle guttene skal være med videre, så har vi dessverre mistet en del spillere gjennom sesongen og står nå igjen med 14 gutter + 1 en som forhåpentligvis vil begynne. Og det er stort sett gutter født 2010.

Vi har gjort en del sosialt sammen også. Trampolineparken Rush, Pizzakveld på Bjørnrommet og VIP-junior arrangement på Kolstadkamp med middag først hvor også mange foreldre var med.

Vi skal også være med på første reise cup i april, noe både spillere og foreldre gleder seg til.

Vi driver også og trykker opp supporter skjorter til foreldrene 😊

Ellers er vi et trenerteam på 2 og en lagleder i lagsapparatet 🎉



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### J2012

"Enda et år er gått. Vi har klart å beholde alle spillerne (13stk) og har i det siste hatt flere nye jenter (4stk) som vil prøve håndball. Også i år har vi mistet endel kamper grunnet Corona, og innså at vi akkurat har nok jenter til å stille to lag.

Vi har i det siste meldt på alle jentene på alle kamper for å sikre at vi får til å stille lag, og for å unngå merarbeid med å hente inn jenter til å spille når det nærmer seg kampdag. Jentene viser stor interesse og innsats.

Vi fortsetter utviklingen fra i fjor og får stadig hyggelig tilbakemeldinger fra både dommere og motstanderlag. Foreldregruppen er også positive og engasjerte på kamp. Vi har hatt fokus på lagfølelse, samhold og trygghet. Vi skal være laget som støtter og tar vare på hverandre."

Vi har også hatt en del sosiale kvelder med pizza på Capri og filmkveld hjem til Magnus.

### J2013

J2013 har hatt et jevnt tilsig av jenter denne sesongen. Akkurat nå trener 17 blide jenter, med tre trenere hver mandag i gymsalen på øvre bygg. Det er trangt og vi mangler oppmerking -noe vi mener er VESENTLIG for å øve på spill og forståelse av håndball. Vi leker MYE, og har brukt Learn Handballappen ved hver trening, men når vi skal avslutte øktene med å inkludere det vi har øvd på av finter, hoppeskudd ol, så ser ikke jentene hvor de skal spille.

Enten ønsker vi treningstid i hall, eller i det minste i en gymsal med oppmerking for håndball.

Vi har fått gjennomført lite kamper pga. korona, og det å holde forståelsen for spillet oppe i en gymsal med så mange spillere -uten oppmerking -er vanskelig. Vi har tatt med kjepler fra arbeid, da det heller ikke eksisterer i gymsal på øvre bygg.

Treningstider: de minste kan ikke trene først, de bør komme i midten. De eldre kan ordne seg selv og kan trene tidlig, de minste kan ikke det og må ha hjelp av foreldre.

Vi har meldt oss på to cuper (Trondheims cup og SIF), og gleder oss nå til å ta fatt på seriekamper.

Vi har gjennomført klutdugnad med stort hell, og regner med vi er vinnerne av konkurransen da vi solgte 21 ekstra kluter:)

Den premien gleder vi oss til å benytte som sosial kveld for laget, noe vi ennå ikke har hatt. (Pga. smittevernregler)





# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

Vi har også gjennomført de første vaktene i hallen. Blide og villige foreldre som stiller opp, men i en veldig vanskelig periode, da nesten hele 3.trinn lå nede med korona. (Til eksempel var kun 3/18 elever på skolen en periode)

### G2013/2014

Laget har pr 01.03.2022 15 aktive spillere tilknyttet laget via Styreweb og Spond. Av disse er 13 stk. fra 2013-kullet og 2 stk. fra 2014-kullet.

Vi har en gjeng veldig ivrige, motiverte og aktive gutter som har gitt uttrykk for at de synes at håndball er gøy og at de har lyst til å fortsette å spille.

Vi trener fast på mandager 16:30-17:30 i gymsalen på øvre bygg og har et jevnt godt oppmøte. Vi har også fått mulighet til å trene på 1/3 bane i Flatåshallen onsdager 16-17 i uker vi ikke spiller kamp. Treningene har litt ulikt fokusområde. I gymsalen, der vi ikke har oppmerking av håndballbane,

brukes til teknikktrening (skudd, finter, osv.), styrke, kondisjon og skadeforebygging. Treningene i Flatåshallen brukes primært til spill-trening på bane.

Samtidig som Mesternes Mester var tilbake på NRK i høst, gjennomførte vi vår egen utgave av Mesternes Mester på trening i gymsalen. Tema for treningen var Allsidighet/Lagånd, og vi hadde på forhånd laget plakater med MM-logoen som vi hang opp på døra inn til gymsalen, hadde med musikk, osv. Opplegget bestod av øvelser kjent fra Mesternes Mester, tilpasset gymsal. Det ble en stor suksess, og en trening som flere av guttene fortsatt snakker om.

Vi har spilt kamper på onsdager i Kolstad Arena og på torsdager i Trondheim spektrum. Rundene i desember og januar utgikk pga. Corona.

6.mars deltok vi på Sverresborg Cup med 13 spillere fordelt på 2 lag.

Lagsapparatet består av 1 lagleder og 4 trenere. Vi stiller i gjennomsnitt med 3 trenere på hver trening og vi har som hovedmål at alle treninger skal være preget av lek med ball, lagfølelse og mestring uavhengig av ferdighetsnivå. Vi avslutter oftest treningene med en runde med ros, enten på lags- eller spillernivå. Det oppleves som positivt for gruppa at spillerne får positiv og konstruktiv tilbakemelding i fellesskap på egen innsats. Guttene uttrykker også at de ønsker dette etter hver trening.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### Utfordringer:

- Vi har merket at de fleste andre lag har en bedre forståelse for spill, dvs. spillernes angrepsposisjoner på banen og flytting av ballen mellom posisjoner. Dette skyldes nok manglende trening på oppmerket bane for vår del i forhold til andre lag. (Gymsalen på øvre bygg har ikke oppmerking). Det har blitt mye veiledning i kamp og vi har laget en håndballbane i LEGO for å vise spill, ballforflytning og oppmerking.
- Treningsmengde i forhold til andre idretter: Noen foreldre har uttrykt at det blir for mye med 2 håndballtreninger i uka, i tillegg til de andre fritidsaktivitetene guttene er med på. Fotballgruppa for G2013 trener for eksempel hele året, og har i vinterhalvåret trening på tirsdager og bonus-trening på fredager. Enkelte spillere driver også med en tredje fritidsaktivitet, som svømming, sykling, orientering, ski, hopp, osv. Dette medfører at flere av våre spillere har trening eller kamp mer eller mindre hver ettermiddag på hverdager, og det er en utfordring at spillere står over håndballtreninger midt i sesongen på grunn av for stor total treningsbelastning.

### Ønsker:

- Siden vi har sagt ja til å ta opp spillere fra 2014-kullet, er det viktig å ha et treningstidspunkt som ikke kolliderer med fotballtreningene deres. Slik det er nå må de velge om de skal dra på håndball- eller fotballtrening på mandager, og dette er uheldig både for de to guttene det gjelder, men også i forhold til videre rekruttering fra kullet.
- Vi ønsker treninger i hall i stedet for i gymsal. Årsaken er at vi ønsker å gi guttene en bredere forståelse for spill, noe vi mener er svært utfordrende i en liten gymsal uten oppmerking.
- Det ble under «Avkast»-helga nevnt at vi ønsker å få med noen eldre guttespillere i Flatås håndball på treningene våre. Tanken er at disse kunne blitt med for å vise, veilede og motivere, kanskje også styre deler av treningen. Vi mener dette kunne vært motiverende for våre spillere som ser opp til de som er eldre, og positivt for de eldre spillerne som får ansvar og påtar seg en mentor-rolle.
- Flere felles aktiviteter i klubben på tvers av alder, som Avkast.



# FLATÅS IDRETTSLAG

## HÅNDBALL

### Mål:

- Beholde så mange spillere som mulig. Vi ser på spillergruppas antall, gode motivasjon og iver etter å spille håndball som er svært god sjanse for Flatås håndball til å ha et solid guttelag i mange år fremover!
- Vi har som mål å gjennomføre flere Mesternes Mester-treninger før sesongen er over.
- Delta i flere cuper utover våren.
- Få til et sosialt arrangement for laget ila våren 2022: eks. Junior VIP og dagens lag i Kolstad Arena
- Få flere roller tilknyttet laget: sosialkontakt mangler pr d.d.
- Gjennomføre spillermøte