

VELKOMMEN!

Andreas:

LITT OM BASKETBALL I DE ULIKE ALDERSGRUPPENE

Easy Basket (U10-12): spiller på liten bane med lave kurver (2,60 m). 4 på banen samtidig, alle skal spille like mye (den som spiller mest skal aldri spille mer enn én omgang mer enn den som spiller minst). Kampene er på 6 omganger à 5 minutter *løpende tid*, og resultatene registreres/publiseres ikke. Svært enkle regler.

(U13): samme som U10-12, men det hender de hever kurvene for denne gruppa

Sekretariat Easy Basket: fylles av arrangør, bruker stort sett spillere fra de eldste lagene om mulig

Seriespill U13: Fortsatt følges regel om lik spilletid for alle.

EB-regler, men med noen tilpasninger:

* 5 spillere på stor bane med ordinær kurvhøyde (3,05 m).

* Spilletid er 6 perioder på 5 minutter effektiv tid.

* 8-sekunders regel benyttes i U13 ordinært seriespill, men kampløperne skal utvise skjønn ved håndheving.

* 24-sekunders regel benyttes i U13 ordinært seriespill, men kampløperne skal utvise skjønn ved håndheving. Bruker ikke klokke, men dommerne passer tiden!

* Tilbakespill regel benyttes i U13 ordinært seriespill.

* Det er tillatt å ta ballen ut av hendene fra en spiller som holder ballen med begge hender

U14 og U15 seriespill: 5 på banen samtidig, nå er det ikke lenger krav om lik spilletid, men vi oppfordrer trenerne til å fordele spilletid etter hva spillerne selv føler seg klare for. Kampene er på 4 omganger à 10 minutter. Ordinære spilleregler, men med noen tilpasninger. Litt flere tilpasninger for U14 enn U15.

Sekretariat seriespill: fylles av hjemmelag, går på rundgang mellom foreldrene. Dersom ingen stiller, blir det ingen kamp. Dette fører til høye bøter til klubben

Ballstørrelse U10-U13: 5

Ballstørrelse U14-senior: 7

Lene:

DRAKTER

Vi har bestilt drakter til alle, og disse kommer i mars. Forhåpentligvis før neste EB-turnering.

Under kamp er det krav om riktig bruk av drakt. Drakten skal nedi shortsene, og dersom noen vil bruke kort- eller langermet t-skjorte under drakten, SKAL denne være ettersittende. Dommerne kan finne på å si at spilleren ikke får spille dersom han/hun har løstsittende ermer på plagget under drakten.

Drakt får spillerne låne av klubben, og det koster ingenting. Drakten består av singlet og shorts.

For å få låne drakt må en foresatt over 18 år signere lånekontrakt, slik at vi har kontroll. Draktene er veldig kostbare, og vi er en nystartet avdeling med lite penger til å erstatte dyrt materiell.

Det er ikke lov til å endre noe på drakten, sette på navn eller liknende.

Vi ønsker ikke at noen får anledning til å kjøpe egen drakt per i dag. Dette fordi vi ikke ønsker at det skal være så synlig hvem som har råd til det og ikke ved at de med egen drakt kan sette navn på. Barna vokser fort, og de vil uansett trenge ny drakt med jevne mellomrom. Om vi en gang i tiden får et lag med fullvoksne spillere, kan vi vurdere å endre denne regelen.

Andreas:

FORELDREVETTSREGLER

Møt presis frem til trening og konkurranse.

Gjør deg og ditt barn kjent med klubbens verdier – respekter og praktiser dem.

Ha respekt for treneren. Forholdet mellom ditt barn og treneren er spesielt, og av stor betydning for barnets trivsel, utvikling og mestring. Ikke kritiser treneren foran barnet ditt. Ta eventuelt kontakt med treneren under fire øyne.

Fokuser på barnets egen utvikling. Ikke sammenlign barnet for mye med andre.

Gi positiv støtte både i medgang og motgang. Ikke vis skuffelse over barnets prestasjoner. Ikke overfør egne ambisjoner på ditt barn. Det er barnet som trener – ikke du.

Sørg for riktig og fornuftig utstyr uten å overdrive

Gi oppmuntring til alle barn under kamp, ikke bare egne barn. Husk å heie på din klubb.

Oppmuntre i medgang og motgang - ikke gi kritikk (heller ikke til motstanderne)!

Ikke forsøk å påvirke barna under kamp. Respekter trenerens valg av taktikk.

Husk at din rolle er å motivere, ikke press barnet. Det er normalt for barnet å være nervøs i fremmede situasjoner. Spør treneren om hjelp.

Ikke fokuser på resultat – spør om kampen var gøy.

Respekter dommerne og deres avgjørelser. Har du spørsmål til en dommer under kamp – ta det opp med treneren, som bringer det videre.

Respekter arbeidet klubben gjør. Tilby din hjelp. Husk at mange yter mye av sin fritid for å skape et godt miljø for ditt barn og din klubb.

Det viktigste er at barnet ditt trives i et miljø der hun/han har det gøy og opplever mestring sammen med andre.

FORVENTNINGER TIL FORELDRENE:

- stille opp på dugnader (skal holdes til et minimum)
- bruke hoopit-appen aktivt; les meldinger og svar på invitasjonene
- alle må bidra når det er vår tur til å arrangere Easy Basket-turnering (bake, kiosk, rigge, rydde, osv)
- alle barna må stille med minst en forelder til sekretariat når det er deres tur. Dette går på rundgang blant foreldrene, Andreas sier litt om dette etterpå.
- vi trenger lagledere og sosialkontakter til alle lag. Disse rollene skal fylles av foreldre. Lene skal si noen ord om laglederoppgaver etterpå.
- sørg for at ditt barn kommer tidsnok til treninger og kamper, og at de stiller når det skal spilles seriekamper. For få spillere – ingen kamp – bot.
- si fra om det skjer noe mellom ungene som er av betydning for trivsel, trygghet og lagfølelse. Vi ønsker å ta tak i ting med en gang, da det er det enklere å snu en negativ trend før den rekker å sette seg. Vi vil også gjerne at lagledere får beskjed om noen trenger at vi følger litt med når noen har det vanskelig og syns det kan være tøft å være på trening, uavhengig av om det er relatert til klubben og barnegruppa. Det er viktig at barna føler seg sett, hørt og forstått.

FORVENTNINGER TIL SPILLERNE:

- ha det gøy
- vær grei med lagkameratene
- trash talking er ikke kult, og stygge kommentarer/langvarige sinneutbrudd er uønsket atferd i klubben vår
- Nulltoleranse for mobbing
- Ta vare på hverandre, back hverandre opp og spill hverandre gode. Hei på hverandre, også i motgang! Er man spesielt bra på noe så har man mer igjen for å hjelpe resten av laget til å lære det samme enn man har for å irritere seg over at andre ikke får det til. ALLE har noe de er gode på, og ALLE har sin plass på laget.

DUGNADER

- ønsker IKKE salg av dopapir o.l, da dette ofte fører til at de med minst nettverk og minst ressurser kan ende opp med å måtte betale selv.
- ønsker oss dugnader der vi kan bidra med arbeidskraft (varetelling, kiosksalg på hjemmekamper, kakebaking, osv). Dette kan alle bidra med på en eller annen måte.
- dugnader holdes til et minimum, ønsker oss sponsorer!

EASYBASKET-TURNERING 2.-3.APRIL

Vi skal muligens arrangere Easybasket-turnering i april. Dette vil i så fall foregå i den nye Gimshallen, og alle må sette av hele lørdag og søndag til å hjelpe til.

Oppgaver vi må fordele er:

- kakebaking
- kioskvakter (salg/vaffelsteiking/kaffekoking)
- rigging/nedrigging
- rydding underveis
- sekretariat
- hovedsekretariat (registrerer lag ved ankomst og leverer ut premier, samt tar imot kampskjema, setter igang kampene og avslutter dem via speaker om det fins)

SEKRETARIAT (gjelder seriekamper, U13+ hjemme)

- vi holder kurs før seriestart (alle barna skal være representert med minst en voksen)
- Andreas kommer til å være tilstede og hjelpe til på kampene til dere er trygge nok til å sitte uten ham
- går på rundgang – alle må stille i løpet av sesongen
- U13 må ha minst to i sekretariat per kamp (kampskjema + kampklokke), U14 og over må ha minst tre (skjema + klokke + 24 sek)

Sekretariatets oppgaver:

- møte 20 min før kamp
- rigge sekretariatet med bord og to/tre stoler til sekretariatet + fire innbytterstoler (to på hver side) + pil + kjegle + kampball (lagleder tar med)
- koble opp kampklokke + eventuelt 24 sekunders-klokker
- fylle oppgavene sine under kampen

TRENERKURS/DOMMERKURS

Alle spillere over 14 år vil få tilbud om kamplederkurs, og alle over 15 vil få tilbud om EB-trenerkurs. Uavhengig av om de ønsker å være trenere eller dommere, så har de nytte som spillere av å se spillet fra flere vinkler, og å forstå hvordan dommeren og treneren tenker. Det gir en bredere forståelse av basketballen, og det bidrar til mer aksept overfor dommernes avgjørelser under kamp, hvilket gir mindre konflikt og kommentarer på banen.

I tillegg vil vi veldig gjerne at noen foreldre tar EB-trenerkurset, slik at vi har backupløsninger når trenerne våre av en eller annen grunn er forhindret fra å komme.

Vi er i dialog med forbundet om et trenerkurs her på Melhus allerede nå i mai/juni, og vi håper at flere foreldre hiver seg på. Kursavgiften dekkes av klubben.

LAGLEDERE

ALLE lag skal ha minst en lagleder, og helst en sosialkontakt.

Det er helt greit om to personer vil dele på oppgavene, eller om de vil ha atskilte ansvarsområder.

Sosialkontaktens oppgave er å ta seg av barnas trivsel og trygghet (finne aktiviteter utom basketen for laget en gang i året eller to, lytte til dem når de trenger et øre, trøste, mekle, osv).

Laglederen tar seg av det praktiske, slik at treneren kan konsentrere seg om det sportslige.

Lene har god erfaring med laglederjobben etter to år som lagleder i Sørsia, og både Lene og Andreas kommer til å være med som støtte den første tiden dersom det er behov/ønske om det.

OPPGAVER LAGLEDER:

Generelt:

- være bindeledd mellom foreldre/spillere og styret
- ta imot nye barn og hjelpe dem med registrering (evt varsle styret) og varsle materialforvalter når noen må ha drakt

EB-turnering:

- sørge for at alle får med seg at vi er invitert, og sjekke om nok melder seg til at vi kan melde på lag
- melde på lag (kommer info via styret når vi får invitasjon)
- legge spillere inn i kamptropp (på minbasket-appen, bare å krysse av de som er med, da spillerstallen ligger der fra før)
- møte tidlig og ta imot ungene, og være tilstede
- registrere laget ved ankomst, samt hente ut og dele ut medaljer før dere går
- hjelpe trener å holde styr på dem mellom kampene

Seriespill:

- sette opp sekretariatliste for sesongen (hvem, hvor, når)
- sjekke at nok spillere har klikket «deltar» på kamparrangementet i hoopit, eventuelt purre på
- registrere spillerstall i minbasket-appen

Hjemmekamp:

- sørge for at sekretariatet har pc og kampball
- logge inn i TurneringsAdmin for den som fører kampskjema

VALG AV LAGLEDERE I GRUPPER

Vi trenger lagleder/sosialkontakt til:

U10+11 f.2011, 2012, 2013: bør være to, siden vi deler dem i to lag på EB-turneringer, og de kan ha kamper samtidig.

U12 (U13 neste år) f.2010: minst én lagleder, helst en sosialkontakt i tillegg. Disse skal spille enkel serie fra høsten, og vi må ha dette på plass for å melde opp laget.

U13 (U14 neste år) f.2009: minst én lagleder, helst en sosialkontakt i tillegg. Disse skal spille full serie fra høsten, og vi må ha dette på plass for å melde opp laget.

U14/15/16 (vet ikke hvilken serie de meldes opp i) 2005-2009: minst én lagleder. Er allerede på plass, dersom ingen andre har veldig lyst.

Noen som melder seg? Lene melder seg som lagleder for ungdomslaget, med mindre noen andre har lyst til å ta jobben. Hvis ikke deler vi opp i grupper, så får hvert lag velge sin lagleder. Dette er det viktig at vi får gjort, slik at barna kan få spille kamper!