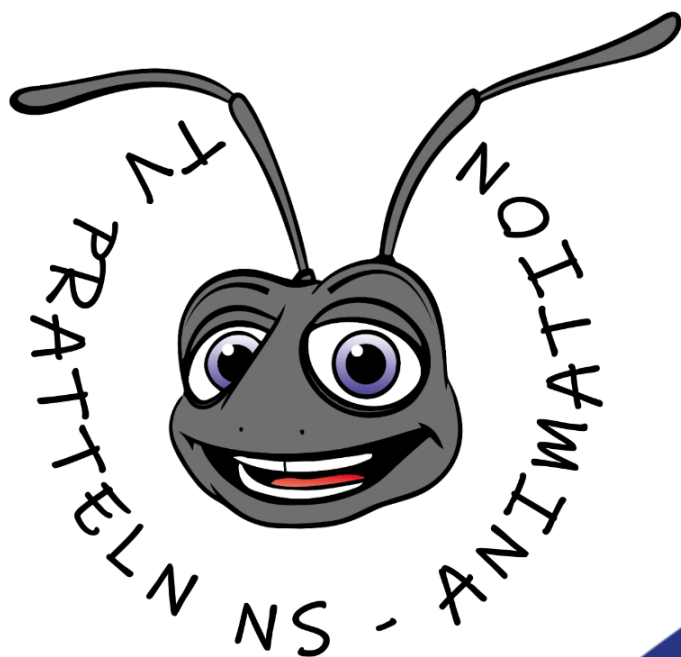




LEITFADEN ANIMATION

U7 polysportiv

U9

U11

U13 PROMO

www.tv-pratteln-n-s.ch

NSP

VORWORT UND INHALT

Hier ist TEAMO, euer Maskottchen vom TV Pratteln NS! Ich möchte euch von unserer Abteilung Animation erzählen, wo wir gemeinsam mit den Kindern den Spaß an der Bewegung, besonders am Handball, fördern. In unserem Leitfaden werden die Grundwerte für die Altersstufen U7^{polysportiv}, U9, U11 und U13 festgelegt und sämtliche Infos zusammengefasst, die ihr rund um unsere Sportart und unsere Strukturen braucht. Der Leitfaden richtet sich an die Kinder und deren Eltern, genauso wie an unsere engagierten Trainer*innen. Unser Ziel ist es, den Teamgeist zu stärken und eine rundum positive Entwicklung im Nachwuchsbereich zu fördern.

Los geht's bei der U7^{polysportiv}, wo wir gemeinsam rennen, hüpfen, schaukeln und balancieren! Hier steht der Spaß an ganzheitlicher Bewegung und an ballorientierten Aktivitäten im Mittelpunkt. Die Kinder, die sich ungefähr im Kindergartenalter befinden, sammeln unter fachlicher Anleitung erste Erfahrungen in verschiedenen Sportarten und entwickeln dabei spielerisch ihre motorischen Fähigkeiten.

Wenn die Kinder älter sind, tasten sie sich in der U9 an die faszinierende Sportart Handball heran. Sie lernen nicht nur die Grundregeln der Sportart, sondern auch den geschickten Umgang mit dem Ball. Dabei können sie verschiedene Bewegungserfahrungen sammeln und ihre koordinativen Fähigkeiten verbessern. Gleichzeitig werden wichtige soziale Kompetenzen wie Respekt, Fairplay und Toleranz auf spielerische Weise vermittelt.

In den Trainings der U11 werden vermehrt taktische und technische Elemente des Handballs eingebaut. Genau wie Ameisen, die zusammenarbeiten, um Großes zu erreichen, fördern wir weiter den Teamgedanken und den Zusammenhalt, welcher durch sportliche Erfolge an den Turnieren weiter gestärkt wird. Anschließend, in unserer U13, erfolgt der Wechsel aufs große Handballfeld und der Leistungsgedanke nimmt weiter zu. Über die gesamte Saison erfolgt der Spielbetrieb als einzelne Matches, wobei am Ende die Tabelle den sportlichen Erfolg der Mannschaft aufzeigt. Egal in welcher Altersstufe, zusammen sind wir ein starkes Team, das jede Herausforderung meistert und gemeinsam wächst!

Ich freue mich darauf, euch alle auf dem Spielfeld zu sehen, wo wir zusammen lernen, wachsen und jede Menge Spaß haben! Bis bald, euer TEAMO!



NSP STRUKTUR



Beschreibung

Alter der Kinder

Anzahl Trainings pro Woche

Trainingszeiten

Trainingsort

Mannschafts- größen (ideal)

U7 polysportiv

polysportiv, jedoch ballorientiert /
zwei Mannschaften mit
unterschiedlichen Trainingstagen

5 - 6 Jahre
(ca. 1. / 2. Kindergarten)

je 1 Training à 1 h

Dienstag **oder** Donnerstag,
16:30 – 17:30

KSZ Pratteln

10 – 12 Kinder pro Mannschaft

U11

Beschreibung

Alter der Kinder

Anzahl Trainings pro Woche

Trainingszeiten

Trainingsort

Mannschafts- größen (ideal)

zusätzlich Offensive
personenorientierte Deckung, Ball
erobern, Täuschungen usw.

9 – 10 Jahre

2 Trainings à 1 h 30 min

Dienstag und Freitag,
17:15 – 18:45

KSZ Pratteln / Fröschmatt oben

10 – 12 Kinder pro Mannschaft

U9

Handball, d.h. Schulung von Basics
wie prellen, passen und fangen,
Kernwurf / Sprungwurf usw.

7 - 8 Jahre

1 Training à 1 h 30 min

Donnerstag,
17:00 – 18:30

KSZ Pratteln

15 – 20 Kinder pro Mannschaft

U13 PROMO

Umstieg auf ganze Halle /
leistungsorientiertere Trainings und
Spiele

11 – 12 Jahre

2 Trainings à 1 h 45 min

Montag und Freitag,
16:45 – 18:30

KSZ Pratteln

15 – 20 Kinder pro Mannschaft

HANDBALLSPIELPLATZ

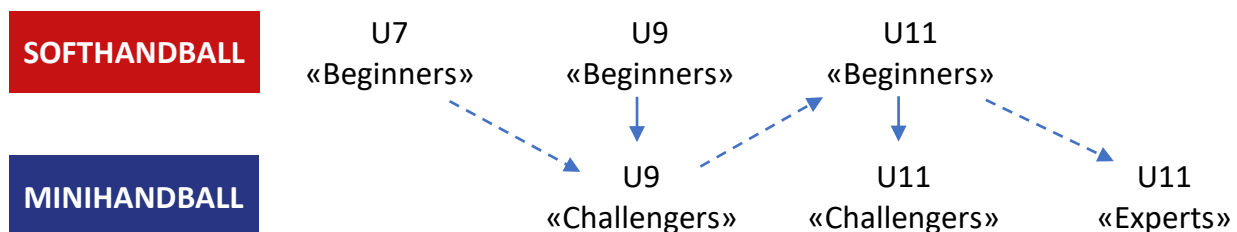
Zeitgleich wie unsere U7^{polysportiv} Trainings, findet unser Handballspielplatz für Kinder zwischen eins und vier Jahren statt. Genau wie kleine Ameisen, die gemeinsam mit ihren Eltern die Umgebung erkunden, könnt auch Ihr gemeinsam die aufregende Welt der Handballhalle entdecken! Bitte beachtet, dass der Handballspielplatz nicht unter fachlicher Leitung steht.

Falls ihr interessiert seid, findet ihr weitere Informationen auf unserem separaten Flyer / Kontaktformular.

SPIELBETRIEB

Während der Handballsaison (jeweils Herbst bis Frühjahr) finden in den Altersstufen U7 bis U11 mehrere Turniere mit jeweils vier bis sechs Spielen statt. Während wir mit unseren Jüngsten noch keine Turniere besuchen, spielen wir gemeinsam mit der U9 und U11 etwa monatlich an einem Turnier in der Region mit.

Bei diesen Turnieren setzen wir die im Training erlernten Techniken um und messen uns mit anderen Vereinen. Um Erfolgserlebnisse für alle Kinder zu ermöglichen, werden die Kinder nach Entwicklungsstand, Leistungsfähigkeit und Trainingseinsatz eingeteilt. An den Turnieren wird je nach Einteilung der Kinder in Beginner- oder Challenger-Mannschaften sowohl Minihandball als auch Softhandball gespielt. Softhandball gilt als Vorstufe zum Handball.



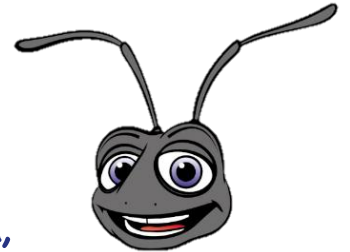
(Quelle: Kinderhandball-Konzept, www.handball.ch)



NSP

GRUNDWERTE

Unabhängig von der Altersstufe gelten im Verein Grundwerte, die sowohl in den einzelnen Trainings als auch im Spielbetrieb eingehalten werden müssen. Als euer treuer Freund TEAMO möchte ich euch diese Grundwerte näherbringen:



1

WIR GEHEN ANSTÄNDIG MITEINANDER UM,

indem wir positiv und aufbauend mit unseren Mitspielern*innen reden. Wir zeigen Respekt gegenüber unseren Trainern*innen, unseren Gegnern, den Zuschauenden und den Schiedsrichtern*innen.

2

WIR ERSCHEINEN PÜNKTLICH UND KOMPLETT AUSGERÜSTET ZUM TRAINING / TURNIER.

Im Falle einer Absage, melden wir uns rechtzeitig und persönlich beim Trainer*in. In der Halle tragen wir gute Hallenschuhe und Sportkleidung und haben eine Trinkflasche dabei (keine gesüßten Getränke).

3

WIR GEBEN EINSATZ IM TRAINING / AM TURNIER,

indem wir ruhig und aufmerksam unseren Trainern*innen zuhören und versuchen, deren Anweisungen umzusetzen. Wir nehmen aktiv am Training teil, helfen zusammen beim Aufstellen des Materials und stören unsere Mitspieler*innen nicht.

4

WIR NUTZEN UNSERE TRAININGS / TURNIERE ZUR FÖRDERUNG VON BEWEGUNG, SPIEL UND SPASS,

ohne uns von sozialen Medien oder Smartphone - Spielen ablenken zu lassen.

Wir erwarten von den Kindern, den Eltern und unseren Trainern*innen, dass die Grundwerte eingehalten werden. Sollte es zu Ungereimtheiten kommen, sprechen wir diese offen an.

NSP SPIELREGELN

SOFTHANDBALL (SCHLUMPFBALL)

DAS SPIELFELD



U7 - ca. 12 x 10m
U9/11 - ca. 20 x 12m
Torraum - 3.00 – 3.50 x 3.00m

DER BALL



Softhandball U7/9 - 42cm
Softhandball U11 - 46cm

VERTEIDIGEN UND DEN BALL GEWINNEN

U7 - Freies Spiel.
U9/11 - Offensive ballorientierte Deckung im gesamten Feld.

DAS TEAM



Torhüter*in (TH) nimmt im Angriff teil.

FAIRPLAY



Ab 5 Toren Differenz nimmt das führende Team ein Kind vom Feld.

ANWURF

Nach einem Tor erfolgt der Anwurf direkt durch das Kind im Tor.

DAS TOR



Unihockeytor (UT)
1.60 x 1.15m
Torwürfe, welche von hinter der Mittellinie erzielt werden, zählen nicht.

FOULSPIEL



Foulspiel ist nicht erlaubt.
Enteissen oder Wegschlagen eines Balles aus der Hand ist ebenfalls nicht erlaubt.

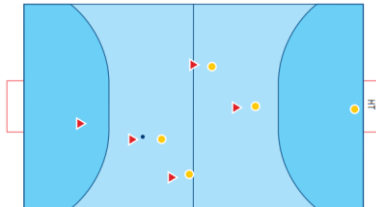
ABWURF

Wird der Ball vom angreifenden Team oder dem Kind im Tor über die Torauslinie gespielt oder hat das Kind im Tor den Ball innerhalb seines Torraums unter Kontrolle gebracht, so erfolgt ein Abwurf aus dem Torraum heraus.

NSP SPIELREGELN

MINIHANDBALL

DAS SPIELFELD



U9/11 - ca. 20 x 12m
Torraum - 5m

DER BALL

Handball U9 - Typ 00
Handball U11 - Typ 0 (00)

VERTEIDIGEN UND DEN BALL GEWINNEN

Offensive
personenorientierte
Deckung im gesamten Feld.

STRAFWURF UND VERWARNUNGEN

Penalty, 6m - Wurf
Regelwidrigkeiten oder
unsportliches Verhalten
werden progressiv bestraft.

DAS TEAM



U9/11 - 4+1
Torhüter*in (TH) ist fix im
Tor.

FAIRPLAY



Ab 5 Toren Differenz nimmt
das führende Team ein Kind
vom Feld.

ANWURF

Bei Spielbeginn oder nach
dem Tor erfolgt ein Einwurf
von der Mitte des Spielfeldes
aus. Das Kind setzt in der
Mitte des Spielfeldes einen
Fuß auf die Mittellinie. Die
restlichen Kinder des
angreifenden Teams befinden
sich in der eigenen
Spielfeldhälfte.

DAS TOR



Handballtor (HT) reduziert
3.00 x 1.60m
Kein Tor, wenn der Ball die
Blache zuerst berührt.

FOULSPIEL

Foulspiel in Form von
frontalem Fixieren, um am
Weiterspielen resp. Werfen
zu hindern, ist erlaubt.
Klammern, Stossen,
Festhalten von der Seite
oder von hinten, sowie
Entreißen oder
Wegschlagen des Balles aus
der Hand sind nicht erlaubt.

ABWURF

Wird der Ball vom
angreifenden Team oder
dem Kind im Tor über die
Torauslinie gespielt oder hat
das Kind im Tor den Ball
innerhalb seines Torraums
unter Kontrolle gebracht, so
erfolgt ein Abwurf aus dem
Torraum heraus. Geht der
Ball innert der 5m-Kreislinie
über die Seitenlinie, dann
gilt ebenfalls Abwurf durch
das Kind im Tor.

ALLGEMEINE SPIELREGELN

3 – SEKUNDEN REGEL



Der Ball darf max. 3 Sekunden gehalten werden.

SCHRITTE



Mit dem Ball in der Hand sind max. 3 Schritte erlaubt. Ausnahme: TH im Torraum.

DOPPELFEHLER



Wird das einhändige Pellen (beliebig oft möglich) unterbrochen, darf nicht mehr gepellt werden.

FUSSSPIEL



Der Ball darf nicht mit dem Fuss oder dem Unterschenkel berührt werden.

EINWURF



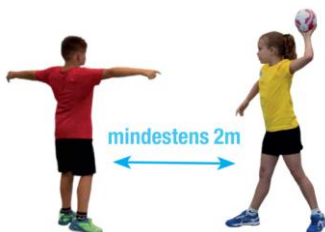
Der Einwurf wird vom Team ausgeführt, welches den Ball nicht zuletzt berührt hat. Das Kind steht mit einem Fuss auf der Linie. Abstand zum gegnerischen Kind mindestens 2m.

TORRAUM



Angreifende Kinder dürfen in den Torraum springen und im Flug den Ball werfen. Ansonsten darf der Torraum nur von vom Torhüter*in betreten werden.

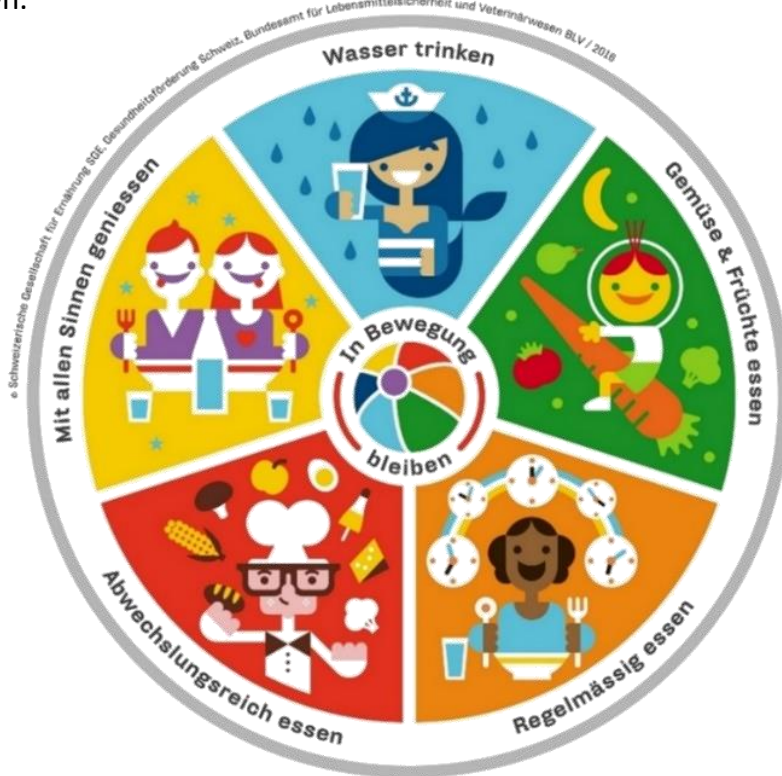
FREIWURF



Am Ort der Regelübertretung. Abstand zum gegnerischen Kind mind. 2m.

ERNÄHRUNG IM SPORT

Eine gesunde Ernährung bildet eine wichtige Grundlage für das kindliche Bewegungsverhalten. Indem sie alle wichtigen Nährstoffe bereitstellt, liefert sie dem Kind die nötige Energie, die es für seine täglichen Aktivitäten, für sein Spiel und seine Bewegung, braucht. Die **Schweizer Ernährungsscheibe** fasst die wichtigsten Botschaften für ein gesundes Ernährungsverhalten von Kindern zusammen.



Erstens, Wasser trinken!

Wasser ist kalorienfrei, zuckerfrei und frei von zahnschädigenden Säuren.

Zweitens, Gemüse und Früchte essen!

Wir sollten Gemüse und Früchte in verschiedenen Farben genießen, denn jedes Gemüse und jede Frucht enthält eigene wertvolle Inhaltsstoffe.

Drittens, regelmäßig essen!

Über den Tag verteilte Mahlzeiten fördern unsere Leistungsfähigkeit und Konzentration. Znüni und Zvieri können ständigem Naschen vorbeugen.

Viertens, abwechslungsreich essen!

Die Erwachsenen sind für die Auswahl und Zubereitung der Lebensmittel zuständig, aber die Kinder bestimmen, wie viel sie davon essen.

Fünftens, mit allen Sinnen genießen!

Sich Zeit für die Mahlzeiten zu nehmen und möglichst oft gemeinsam zu essen, fördert die Freude und den Genuss.

Die Haltung der Eltern und Bezugspersonen spielt eine wichtige Rolle. Gemeinsam können wir gesund leben und jede Menge Spaß haben!

Weitere Informationen unter www.sge-ssn.ch

DEIN PERSÖNLICHES HANDBALLERLEBNIS

Egal ob sehr jung oder schon etwas älter: Es ist nie zu spät, ein guter Handballer oder eine gute Handballerin zu werden. Möchtest du Handball spielen, kannst du dich gerne bei uns melden oder du kommst einfach bei uns auf ein Schnuppertraining vorbei.

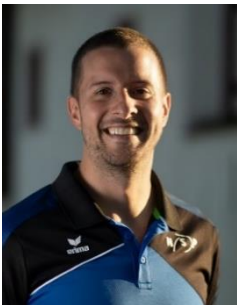
SAISONBEGINN / SAISONABSCHLUSS

Die Handballsaison beginnt in der Regel zwischen Auffahrt und Pfingsten, Mitte Mai, mit dem Mannschaftswechsel sämtlicher Alterstufen. Die Spieler*innen und deren Eltern erhalten im Frühjahr von den jeweiligen Trainern*innen Informationen bezüglich der bevorstehenden Saison.

SCHNUPPERTRAINING

Die Trainings der U7^{polysportiv}, der U9 und der U11 Mannschaft können jederzeit für ein Schnuppertraining besucht werden. Die endgültige Anmeldung zum Handball erfolgt nach zwei bis drei Schnuppertrainings. Falls Ihr euch entschliesst, unserem Verein beizutreten, meldet euch doch direkt per Mail oder Mobile bei unserem Leiter Animation.

KONTAKT



Ralph Kuppelwieser

Leiter Animation / Nachwuchsbereich

E-Mail: animation@tv-pratteln-ns.ch

Mobile: +41 79 576 06 86

