

Draaiboek F toernooi



KERMIS



HandbalNL

Inleiding

Een toernooi organiseren is een leuke klus. In dit draaiboek vinden jullie handvatten die jullie kunnen helpen bij de organisatie van een F-toernooi.

De wedstrijdje bij de F-jeugd worden in toernooivorm aangeboden. Om de F-jeugd toernooitjes goed te laten aansluiten bij de nieuwe speelwijze is er gekozen voor de volgende opzet:

Op 2/3 gedeelte van de sporthal worden 2 velden uitgezet voor het spelen van wedstrijdje. Op het overige 1/3 gedeelte worden spelvormen aangeboden. De spelvormen zijn goed voor een veelzijdige bewegingservaring, tevens zeer geschikt als voorbereiding op technieken en bewegingen die later worden aangeleerd.

Mochten jullie suggesties en/of wensen hebben over de inhoud van dit draaiboek, dan horen wij dat graag, stuur een mail naar jeugdhandbal@handbal.nl

Veel succes en plezier bij de organisatie.

Team jeugdhandbal

Handige links:

[Flyer F-jeugd](#)

[Poster F-jeugd](#)

[Boekje "Jeugdleiding"](#)

[Uitnodiging "kom je ook handballen"](#)

[Spelleiding bij F-jeugd](#)

Deze materialen zijn ook in hardcopy te bestellen via de [site](#).



HandbalNL

Organisatie:

Vul zodra je gaat starten met de organisatie van een toernooi onderstaand schema in en vul aan waar nodig. Gebruik het als takenlijst in de voorbereiding zodat je op de dag zelf niet voor verrassingen komt te staan.

Voorbeeld takenlijst voorafgaand aan toernooi:

Tijd	Wat?	Wie?	Opmerkingen	Klaar?
	Datum en tijdstip plannen	Contactpersoon vereniging en NHV	Ludia ten Cate. jeugdhandbal@handbal.nl	
	Inhuren/regelen sporthal/veld	Vereniging		
	Regelen spelmateriaal			
	Regelen vrijwilligers		Vrijwilligers nodig voor ontvangst, warming up, spellencircuit.	
	Microfoon / muziek / tijd (klok) regelen			
	Taakverdeling maken			
	Publiciteit: Website/ Facebook/Twitter	Verenigingen/Cluster/ NHV	Evt. lokale pers inlichten/ uitnodigen	



Het is voor de vrijwilligers en organisatie ook prettig om op de dag zelf een checklist te hebben. Gebruik onderstaand voorbeeld en vul deze aan waar nodig.

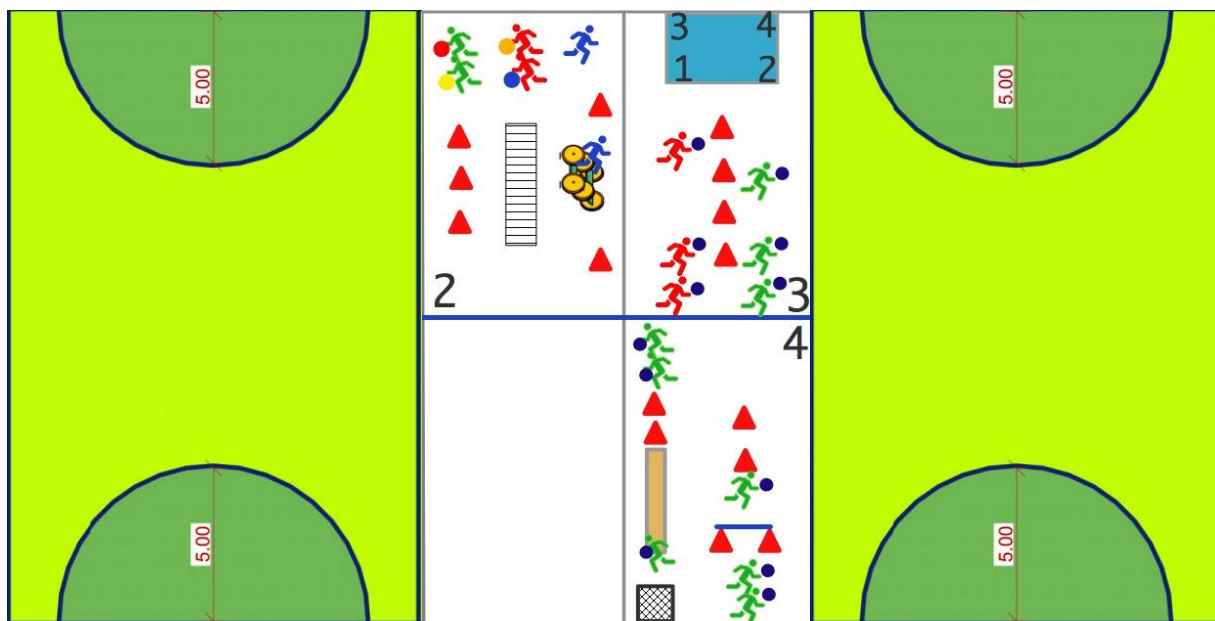
Voorbeeld checklist toernooi dag:

Tijd	Wat?	Opmerkingen	Vrijwilliger?	Klaar?
09:00	De activiteit doornemen met alle vrijwilligers en eventuele vragen beantwoorden.	Waar moeten de vrijwilligers aan denken? Wat is de taakverdeling van iedereen? Afspraken maken over opruimen		
09:15	2 Velden uitzetten	Velden nummeren		
09:15	Spelstations uitzetten met spelmateriaal	Stations nummeren		
09:15	Microfoon / muziek / klok klaarzetten			
09:15	Kleedkamers indelen	Evt. briefjes met namen teams ophangen		
09:15	Ontvangst deelnemende teams	Uitleg programma		
09:15	<i>Spelleiders verenigingen informeren</i>	<i>Coaches even samen bij elkaar om manier van spelleiden te bespreken</i>		
09:30	Start toernooi			
11:00	Afsluiten toernooi			
Eind	Opruimen velden en spelmateriaal in sporthal of op veld	Leuk en handig is om spelers op het laatste station te laten meehelpen met opruimen door materiaal naar 1 punt te laten brengen.		
	Gezamenlijk met alle vrijwilligers evalueren	Gezamenlijk afsluiten. Tips en Tops doorgeven aan jeugdhandbal@handbal.nl		
	Publiciteit: Website/Facebook/Twitter/Krant	Delen van foto's op social media wordt gewaardeerd. Gebruik #handbalnl #jeugdhandbal		



Beweegparcours

Op de F-toernooien wordt altijd ruimte ingepland voor een beweeg/spellen parcours. Dit kan in het midden van het veld, zie onderstaand voorbeeld, maar kan ook ergens anders in de buurt van het speelveld georganiseerd worden. Kijk goed naar de mogelijkheden in jouw zaal.



Een spellencircuit bestaat altijd uit 3 spellen met daarin 3 verschillende bewegingsgebieden:

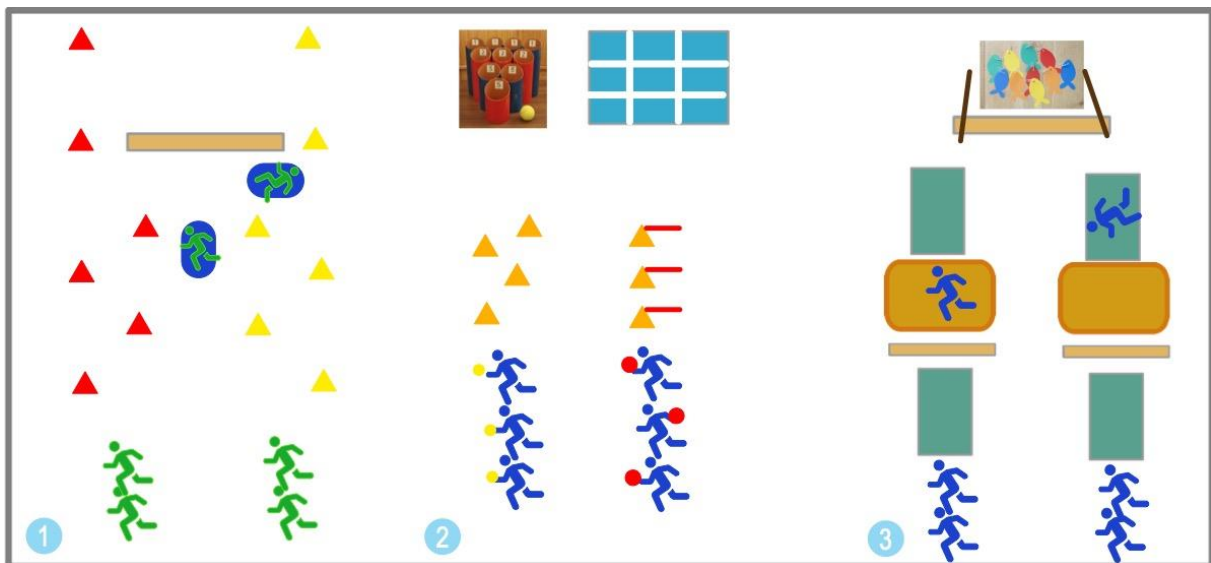
- 1 balanceren
- 2 klimmen
- 3 zwaaien
- 4 over de kop gaan
- 5 springen
- 6 hardlopen
- 7 mikken
- 8 jongleren
- 9 doelspelen
- 10 tikspelen
- 11 stoeispelen
- 12 bewegen op muziek

Het stukje bewegen op muziek kan ook heel goed in de gezamenlijke warming up gedaan worden.



Kermis

Op de kermis gaan we in de achtbaan, de schiettent en eendjes vissen



Totaallijst materiaal:

- 16 pionnen (twee of meer kleuren)
- 3 pionnen met lange rietjes
- 3 zachte handballen
- 12 tennisballen
- 2 rolscooters of meubeldragers
- 1 dikke mat met vakken met cijfers of gatendoek o.i.d.
- Emmers met nummers o.i.d.
- 4 matjes
- 2 kasten
- 4 banken
- Eendjes of vissen van papier/plastic, 2 'hengels'



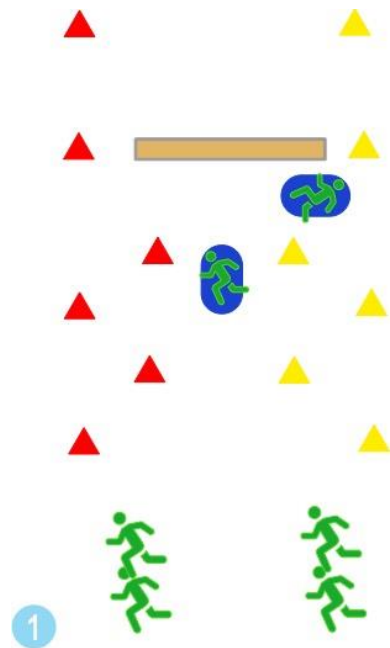
1. Achtbaan

Materiaal:

- 2 rolscooters of meubeldragers
- 2 x 6 pionnen
- Bank
- Evt. 2 zachte handballen

Uitleg:

- Twee teams maken met allebei eigen opstelling. Eerste speler gaat op buik op de rolscooter liggen, benen van de grond en beweegt de rolscooter met zijn handen door de pionnen heen, om de laatste pion en recht terug naar het begin. Welk team is als eerste klaar?



Makkelijker maken

- Geen wedstrijd en eventueel speler op rolscooter laten duwen door tweede speler (handen van de grond)

Moeilijker maken

- Speler op de rolscooter houdt bal in knieholte geklemd met benen.
- Speler gaat op rug liggen, benen van de grond en duwt zich met handen door de pionnen heen



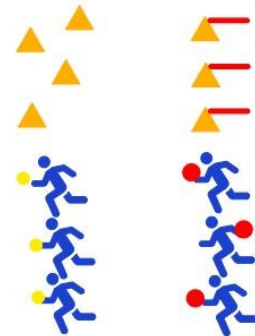
2. Schiettent

Materiaal:

- 4 pionnen
- 3 pionnen met lange rietjes
- 3 zachte handballen
- 12 tennisballen
- 1 dikke mat met vakken met cijfers of gatendoek o.i.d.
- Emmers met nummers o.i.d.



5	1	5
3	0	3
5	1	5



Uitleg:

- Twee teams maken, ene team start bij oefening A: nummers gooien met tennisballen en andere team bij oefening B: nummers gooien dikke mat. Als alle spelers 4 keer gegooid hebben wisselen van oefening. Welk team heeft meeste punten gescoord?
- A: bal in hand en arm hooghouden, slalom door pionnen en probeer de tennisbal in een emmer te gooien.
- B: bal in hand en arm hooghouden, in 'galop' pas over de rietjes springen. Na de laatste pion probeer te springen en te schieten op de mat.

Makkelijker maken

- Afstand tussen pionnen en doel kleiner maken

Moeilijker maken

- Afstand tussen pionnen en doel groter maken
- Slalom tippen door pionnen

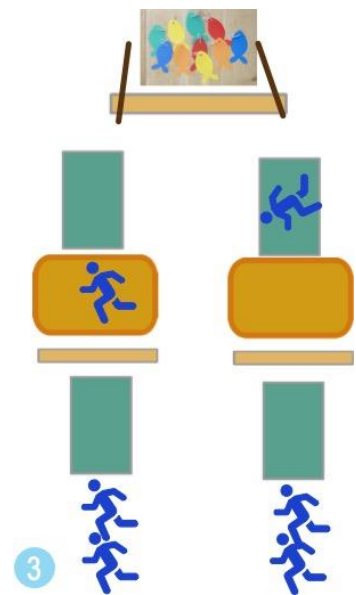
Voorbeeld zelfmaak idee schiettent:



3. Eendjes vissen

Materiaal:

- 4 matjes
- 2 kasten
- 3 banken
- Eendjes of vissen van papier/plastic, 2 'hengels'



Uitleg:

- Twee teams maken met allebei zelfde opstelling. Eerste speler start met koprol op de maat, springt over bank, klimt op de kast, springt van de kast op de mat en rolt om eigen as, rent naar de bank, pakt de hengel en probeert zo snel als mogelijk is een 'eendje' op te vissen (3 x proberen, lukt het niet, terugrennen, volgende speler aantikken die over het parcours gaat). Welk team verzamelt de meeste eendjes?

Makkelijker maken

- In plaats van over bank springen, bank tegen kast zetten en deze gebruiken om te klimmen of kast in de lengte zetten, waardoor speler aan zijkant kast omhoog kan klimmen
- Trainer helpt bij de koprol

