



# UTVIKLING OG KOMPETANSE

Velkomsthfte til utvalg 2021



Mai 2021

# INNHold

1. Innledning.....	2
2. Minivolleyball/Minisandvolleyball.....	2
3. TeenVolley .....	3
4. Paravolley – Diamantvolley.....	4
5. Paravolley – Sittevolleyball.....	4
6. Klubbutvikling .....	5
7. Utdanningstilbud .....	6
8. Volleyball i skolen.....	7
9. Kontakt oss.....	7
9. Felles styringsdokumenter og nyttige linker.....	8
10. Kontakt oss .....	8

## 1. INNLEDNING

Gratulerer med tillitsvervet som utvalgsmember i Utvikling og kompetanse og takk for at du vil bruke litt av din tid på å legge til rette for at flere barn og unge kan spille volleyball, sandvolleyball eller paravolley.

I dette velkomsthftet har vi samlet litt informasjon om de ulike hovedområdene innen feltet utvikling og kompetanse. Hvert felt har en kort introduksjon og du får deretter tips om nettsider hvor du kan lære mer og forslag til mulige utviklingstiltak som utvalget kan utføre.

Vi er også sikre på at utvalgene har mange flere gode ideer på hvordan vi kan tilrettelegge for at flere barn, unge og parautøvere kan få muligheten til å spille. Vi gleder oss derfor til det videre samarbeide om mulige utviklingstiltak.

Hilsen

Administrativ avdeling – Utvikling og kompetanse

Line Busland, Line Albertsen, Kate Sønstebø, Silje Torberntsson og Eivind Rudå.

## 2. MINIVOLLEYBALL/MINISANDVOLLEYBALL

Minivolleyball/minisandvolleyball er en læringsarena, et sted å bli kjent med ballen, få nye venner og oppleve hvordan det er å spille på lag. Minivolley/minisandvolley er spillformen som benyttes for å lære volleyball/sandvolleyball. Pedagogikken kan benyttes på spillere i alle aldre. Hos de yngste blir lagene inndelt etter nivå, og ikke nødvendigvis etter alder. Her er det viktigst å mestre og utvikle seg i sitt eget tempo.

Innlæringen av minivolleyball/minisandvolleyball fungerer likegodt i en liten gymsal, i en stor hall eller ute på gress eller i sand. I utgangspunktet kreves det lite utstyr, men det anbefales på det sterkeste at man bruker myke og gode baller og at langnett kan være meget praktisk og gi kapasitet til flere på mindre område.

Vi har egne minivolleyballturneringer som tilbys barn under 13 år. Minivolleyballturneringer varer i 2-3 timer. Lagene spiller normalt 4 kamper hver på tid (ca. 15-20 minutter), og alle deltakere får premie etterpå. Turneringer i minisandvolleyball varer også i omtrent to timer. Turneringen består gjerne av en del med oppvarming og ballkontroll og en del med kamper.

Minivolleyball har vi stort fokus på i vår organisasjon og vi ønsker at ALLE skal kjenne til konseptet og at flest mulig skal benytte seg av dette i treningsammenheng både lag, klubber og skoler.

Kursene våre har også store deler av innholdet rettet mot minivolleyball.

- Mini- og ungdomstrenerkurset (1 dag)

- Trener 1 (4 dager) hvor dag 1 tilsvarer Mini- og ungdomstrenerkurset, og resten av kurset er mye rettet mot minivolleyball
- Etterutdanningskurs for lærere
- Etter og videre utdanningskursene (EVU) våre vil også ha temaer som gjelder påbyggingsmoduler/videreutvikling av minivolleyball.

Mini- og ungdomstrener kursene er kurs hvor klubbene selv kan ta initiativ til å kjøre i egen klubb og utvalg/administrasjon kan hjelpe til med informasjon om hvordan dette organiseres.

### Nettside

Du finner også mer informasjon om minivolleyball på disse nettsidene:

- Samleside for minivolleyball: <https://volleyball.no/minivolleyball-u13/>
- Hva er minivolleyball: <https://volleyball.no/hva-er-minivolleyball/>
- Samleside for minisandvolleyball: <https://volleyball.no/minisandvolleyball/>
- Volleyball i skolen (inkl. øktplan): <https://volleyball.no/volleyball-i-skolen/>
- Volleypedia: <https://wiki.volleyball.no/>
- Minitreneren: <https://volleyball.no/product/minitreneren/>
- Trener 1: <https://volleyball.no/product/trener-1/>

### Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Kartlegge og kontakte klubber/ressurspersoner for å motivere til oppstart av minivolleyball. Dette kan gjelde klubber som har volleyball, men ikke minivolleyball og også fleridrettslag som ikke har volleyballgruppe i dag.
- Kartlegg og kontakt klubber som har minivolleyball og motiver til å organisere treninger for den samme gruppen i minisandvolleyball.
- Være tilstedet under regionale Mini/U13 Turneringer og støtte nye arrangørklubber
- Danne vennskapsklubber som kan besøke hverandre for felles trening og miniturneringer.
- Invitere naboskoler til turnering hvor lærere og elever får prøvd å spille minivolleyball.
- Kontakte skoler og informere om Volleyball i skolen, foreta skolebesøk eller oppfordre klubber som har minivolleyballtilbud til å foreta skolebesøk.
- Ta initiativ til og/eller arrangere Etterutdanningskurs for lærere

## 3. TEENVOLLEY

Teenvolleyball er et idrettskonsept som skal legge til rette for at ungdommer kan begynne med volleyball i ungdomsalder. Målsetningen er at man både kan trene sammen som nybegynnere, men også på tvers slik at nye og mer erfarne kan spille sammen. I Teenvolley består laget av tre spillere, banen er mindre og man benytter ofte lengre nett.

Målsetningen i organisasjonen er at flere klubber tilbyr teenvolley som et tilbud for nye ungdommer som vil delta. Teenvolley er dermed et godt konsept for klubber som opplever tilstrømning av interesserte ungdom. Etter hvert blir ofte ungdommene del av de ordinære sekser-lagene som klubben organiserer.

## Nettside

Du finner også mer informasjon om teenvolley på disse nettsidene:

- <https://volleyball.no/teenvolley/>
- <https://volleyball.no/klubboversikt/#1586256671776-71633e7a-891b>
- <https://wiki.volleyball.no/>

## Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Inviter klubber til en inspirasjonsøkt der man lærer mer om teenvolley, deler erfaringer og inspirerer nye klubber til å starte med teenvolley.
- Kartlegg og kontakt nye miljøer som kan være interessert i å starte med teenvolley
- Være tilgjengelig for spørsmål på forhånd og være tilstede i forbindelse med at nye arrangørklubben organiserer sin første teenturnering.

## 4. PARAVOLLEY – DIAMANTVOLLEY

Diamantvolley er et konsept som er tilpasset personer med funksjonsnedsettelse, særlig rettet mot utviklingshemmede. Det baserer seg på minivolleyballkonseptet, som er tilpasset for barn med ulike nivåer og ferdighetsgrunnlag. I Diamantvolley ønsker man at personer med og uten utviklingshemming skal komme sammen og dele idrettsglede. Diamantlag er velkomne til å delta på miniturneringer i alle regioner.

## Nettsider

- <https://volleyball.no/diamantvolley/>
- <https://volleyball.no/vestli-il-unified/>
- <https://volleyball.no/hvor-kan-du-spille-paravolleyball/>

## Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Kartlegge interesse for oppstart av Diamantvolley blant målgruppen i regionen
- Invitere NVBF eller andre ressurspersoner til besøk hos klubb som ønsker oppstart for inspirasjon og erfaringsutveksling
- Informere klubber om muligheten for å søke om midler og lån av utstyr til oppstart av diamantlag <https://volleyball.no/utviklingsmidler/>

## 5. PARAVOLLEY – SITTEVOLLEYBALL

Sittevolleyball er en av verdens største paraidretter, og er spesielt tilpasset personer med funksjonsnedsettelse. Noe som er ganske unikt for denne sporten, er at i sittevolleyball på klubbnivå, er det en betydelig prosentandel spillere som ikke har noen form for funksjonsnedsettelse. Norges Volleyballforbund ønsker å presentere sittevolleyball som en sportslig mulighet til alle.

Som i tradisjonell volleyball, er det 6 spillere per lag, på en litt mindre bane med en lavere netthøyde. Det er hurtige ballvekslinger, lov til å blokke serveren, men ikke lov til å løfte rumpa fra gulvet i det man berører ballen.

### Nettsider

- <https://volleyball.no/hva-er-sittevolleyball/>
- <https://volleyball.no/hvor-kan-du-spille-paravolleyball/>

### Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Kartlegge interesse for oppstart av sittevolleyball i regionen
- Invitere NVBF eller andre ressurspersoner til besøk hos klubb som ønsker oppstart for inspirasjon og erfaringsutveksling
- Informere klubber om muligheten for å søke om midler og lån av utstyr til oppstart av sittevolleyball: <https://volleyball.no/utviklingsmidler/>
- Invitere til sittevolleyball-økt, der alle setter seg ned og prøver ut idretten.

## 6. KLUBBUTVIKLING

Klubbutvikling er et prioritert område i NVBF og vår veileder besøker klubber i hele landet som ønsker å utvikle egen organisasjon og sportslig tilbud.

### Hva er klubbutvikling?

Klubbutvikling er alt som gir klubben en dytt framover mot å bli det klubben ønsker å være. Noen klubber trenger mer kunnskap om det å drive klubben (styrearbeid), noen trenger flere hender til å gjøre praktiske oppgaver, mens andre igjen trenger struktur og planverk for å få en bedre hverdag.

I klubbutviklingsprosessen har veileder dialog med styret, men like viktig er det å samle alle medlemmene i klubben til en felles kveld der man sammen definerer hva klubben skal bli i fremtiden. Vi tror på at det utløses ny energi og frivillighet når medlemmene samles og føler eierskap til hva som skjer med klubben.

I tillegg til besøkene i klubb tilbyr vi også kursene Klubbdrift ekspress for nyinnmeldte klubber og webinarer «Styrets ansvar».

### Nettside

Du finner mer informasjon om klubbutvikling her:

- <https://volleyball.no/klubbutvikling/>
- <https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbutvikling/>

### Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Planlegge en utviklingsuke i egen region. Tilgjengelig ressurs er klubbveileder, og det er opp til det enkelte utvalg å benytte ressursen til det beste for klubbene i en valgt geografisk

sone. Utvalget må kartlegge klubbene behov, og i samarbeid med klubbveileder finne ut hva som skal gjøres i hvilke klubber. Utvalget kan stille med egne ressurser i tillegg til klubbveileder. Mål: å gi klubbene bedre forutsetninger for enklere klubbdrift.

## 7. UTDANNINGSTILBUD

Kompetanse er en viktig forutsetning for å lykkes med gode aktivitetstilbud, og kompetente trenere en viktig faktor for utøveren eller lagets utvikling. Dette fastsetter NVBFs politiske strategidokument for inneværende periode. NVBF tilbyr hvert år trener-, dommer- og lederkurs for ressurspersoner i klubbene.

Dommerutdanning: NVBF tilbyr Dommer 1, 2 og 3 kurs for personer som ønsker å bli dommere. I tillegg tilbys regelkurs, ofte i form av webinar, for de som vil lære seg de grunnleggende reglene i våre idrettsgrener.

Trenerutdanning: NVBF tilbyr Trener 1, 2 og 3 kurs, samt temakurs for trenere. Trenerløypa følger fellesidrettslige retningslinjer og definerte kompetansemål fra Norges Idrettsforbund. Dag 1 av Trener 1 kalles Minitreneren og anbefales gjennomført i alle klubber hver sesong. Øvrige kursmoduler av Trener 1, samt Trener 2 og 3 arrangeres i regi av NVBF og er åpne for deltagere fra alle klubber.

### Ressursgrupper

Dommerutdanning: Dommerkomiteen (DK) er ansvarlig for det faglige innholdet i NVBFs dommerløype og gjennomføring av Dommer 3. DKs medlemmer er Robert Spilmann (leder), Bente Hermansen og Camilla Skjelstad. Komiteen har utnevnt Camilla som ansvarlig for utdanning.

Trenerutdanning: Fagutvalget for trenerløypa er ansvarlig for det faglige innholdet i NVBFs Trenerløype. Fagutvalget består av Jon Grydeland (leder), Peter Jørgensen og Johanna Kløvfjell.

### Nettside

Informasjon om innhold i NVBFs utdanningsløp og kurskalender finnes her:

- <https://volleyball.no/kompetanse/>
- <https://volleyball.no/kurskalender/>

### Forslag til utdanningstiltak i regi av utvalget:

- Kartlegge hvilke behov klubbene har for kurs i kommende sesong og motivere til deltagelse på planlagte kurs.
- Fungere som lokal tilrettelegger (kjentmann/kvinne) og bistå administrasjonen i å reservere kurslokaler, ha med utstyr (baller, kjepler osv.)
- Invitere til en inspirasjonsøkt der klubbledere får faglig påfyll om organisering av klubben. Samtidig kan klubbene dele av egne erfaringer og lære av hverandre. Økten kan gjennomføres ved personlig oppmøte eller via nett.

## 8. VOLLEYBALL I SKOLEN

«Volleyball i skolen» er et mål i organisasjonen som skal bidra til å øke kunnskapen om våre idretter i samfunnet og fungere som et rekrutteringstiltak for den enkelte klubb.

Organisasjonen arbeider i hovedsak etter tre hovedløp. Dette er:

- Etterutdanningskurs for lærere som allerede arbeider i skolen. Her tilbyr man enten et dagskurs eller et «halvdagskurs» til lærere på en skole, i en kommune ol. Målsetningen her er å gi ny inspirasjon og oppdatert kunnskap om hvordan man enkelt kan organisere mini/teen-volley i kroppøvingstimer, på aktivitetsdager, i friminutt osv.
- Hovedløp to er å tilby opplæring (kurset Minitreneren) på høyskoler/universiteter osv. for studenter på lærerutdanninger, idrettsfag osv. Eksempelvis gjennomfører man på Universitetet i Sør-Øst Norge årlig Minitrenerkurs for studenter på idrettsfag. Målsetningen her er at studentene har god kjennskap og kunnskap om volleyball når de er ferdigutdannet og skal arbeide på skoler, fritidsskoler, idrettsklubber osv.
- Hovedløp tre for organisasjonen er å gjennomføre skolebesøk lokalt i regi av den enkelte klubb.

### Ressursgruppe

Forbundsstyret har nedsatt et utvalg som arbeider spesielt for å fremme volleyball i skolen. Utvalget består av Mette-Kristin Østvik, Marte Guro Arnesen, Ingrid Lunde, Rolf-Inge Ølberg og Eivind Rudå (adm)

### Nettside

Du finner også mer informasjon om volleyball i skolen på disse nettsidene:

- <https://volleyball.no/volleyball-i-skolen/>
- <https://wiki.volleyball.no/volleyball-i-skolen/>

### Forslag til utviklingstiltak i regi av utvalget:

- Arrangere etterutdanningskurs for lærere. Dette innebærer blant annet å kontakte kommuner og skoler for å invitere til kurs, avtale sted og tid for gjennomføring, ha kontakt med kursholder fra NVBF, stille med utstyr og organisere selve gjennomføringen av dagen.
- Arrangere Minitrenerkurs for studenter på universiteter/høyskoler. Dette innebærer blant annet å kontakte Universiteter/høyskoler for å lag en avtale, avtale sted og tid for gjennomføring, ha kontakt med kursholder fra NVBF, stille med utstyr og organisere selve gjennomføringen av dagen.
- Gjennomføre skolebesøk i samarbeid med lokal klubb. Bistå lokal klubb i gjennomføringen av skolebesøk, dette kan innebære å bidra med fagkunnskap/organisering av selve skolebesøket, ha kontakt med lokal skole, låne ut baller/nett til klubben under selve besøket.



## 9. FELLES STYRINGSKORT OG NYTTIGE LINKER

### Norges Volleyballforbund:

- Volleyballens politiske dokument NVBF VIL: <https://32useq3tlqw71f1qduw3t0i2-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2020/11/nvbf-vil-ferdig-sb.pdf>
- Forbundsstyret og protokoller: <https://volleyball.no/forbundsstyret/>
- Regionale styrer og utvalg: <https://volleyball.no/regionale-styrer-og-utvalg/>
- Oppgavebeskrivelser utvalg: [Utvikling og kompetanse](#)
- NVBFs lover og regler: <https://volleyball.no/lover-og-regler/>
- Oversikt over NVBFs medlemsklubber: <https://volleyball.no/klubboversikt/>
- Terminplan sandvolleyball 2021: <https://volleyball.no/aktivitetsoversikt/>
- Terminplan volleyball 2021-2022: <https://volleyball.no/terminplan2/>

### Norges Idrettsforbund:

- Norges Idrettsforbunds politiske dokument: <https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/idretten-vil-2019-2023/>
- Norges Idrettsforbunds nettside: <https://www.idrettsforbundet.no/>

## 10. KONTAKT OSS

Vi ser frem til å samarbeide videre med utvalgene. Avdelingen har felles e-postadresse [kompetanse@volleyball.no](mailto:kompetanse@volleyball.no). Eivind Rudå vil være primærkontakt mot utvalgene, men alle ansatte kan også kontaktes direkte:

Navn	E-post	Telefonnummer	Arbeidsområde
Line Busland	line@volleyball.no	92605088	Ledelse av avdelingen, dialog og rapportering NIF, økonomi
Kate Sønstebø	Kate.Sonstebo@volleyball.no	41933774	Klubbutvikling, oppstart nye klubber
Line Albertsen	Linejastrey.albertsen@volleyball.no	91676877	Organisering av kurs, trener- og dommerutdanning
Eivind Rudå	Eivind.ruda@volleyball.no	95766248	Kontaktperson utvalg, volleyball i skolen og oppstart mini/teen
Silje Torberntsson	Silje.torberntsson@volleyball.no	46930042	Paravolley

