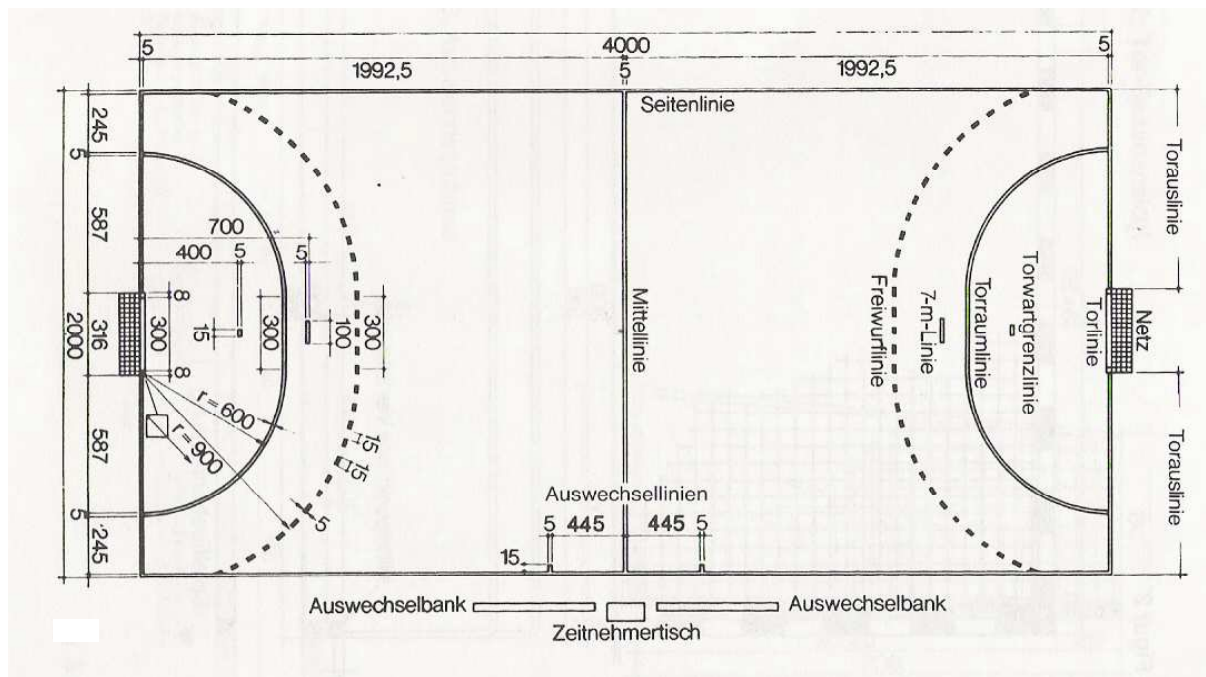




Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball

## Spielfeld – Abmessungen



### • Spielfeld

Die Spielfläche ist ein Rechteck von 40 m Länge und 20 m Breite und umfasst zwei Torräume und ein Spielfeld.

Die Längsseiten heißen Seitenlinien, die Breitseiten Torauslinien, zwischen den Torpfosten jedoch Torlinien.

### • Torraum

Vor jedem Tor befindet sich der Torraum. Der Torraum wird wie folgt von der Torraumlinie (6-m-Linie) begrenzt:

→ Vor dem Tor wird in 6 m Abstand parallel zur Torlinie eine 3 m lange Linie gezogen.

→ Zwei Viertelkreise von 6 m Halbmesser verbinden die 3 m lange Linie mit der Torauslinie.

### • Freiwurflinie

Die Freiwurflinie (9-m-Linie) wird gestrichelt und in 3 m Abstand vor der Torraumlinie gezogen.

### • 7-m-Linie

Die 7-m-Linie ist eine 1-m-lange Linie vor dem Tor. Sie verläuft parallel zur Torlinie, gezogen in einem Abstand von 7 m, gemessen von der hinteren Kante der Torlinie zur vorderen Kante der 7-m-Linie.

## Mannschaft/Spieler

### • Mannschaft

→ Eine Mannschaft besteht aus bis zu 14 Spielern.

→ Auf der Spielfläche dürfen sich gleichzeitig höchstens 7 Spieler befinden.

(6 Feldspieler + 1 Torwart) Die übrigen Spieler sind Auswechselspieler.

→ Zu Spielbeginn müssen wenigstens 5 Spieler auf der Spielfläche antreten.

→ Es dürfen alle Spieler während der gesamten Spielzeit und auch beliebig oft gewechselt werden.



Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball

## Spielzeit

- Spieldauer

→ Die Spielzeit für Mannschaften mit Spielern von 16 Jahren und mehr beträgt 2 x 30 Minuten;

→ Die Spielzeit für Jugendmannschaften von 12-16 Jahren beträgt 2 x 25 Minuten, für Jugendmannschaften von 8-12 Jahren 2 x 20 Minuten;

- Time-Out (Spielzeitunterbrechung)

Ein „Time-Out“ kann in folgenden Situationen genommen werden:

- a) Hinausstellung, Disqualifikation, Ausschluss;
- b) 7-m-Wurf;
- c) Team- Time-out;
- d) Wechselfehler oder ein "zusätzlicher" Spieler betritt die Spielfläche;
- e) Pfiff vom Zeitnehmer oder Technischen Delegierten; notwendige Rücksprache zwischen den Schiedsrichtern.

- Team Time-Out

→ Jede Mannschaft hat Anspruch auf ein Team-Time-out von je einer Minute pro Halbzeit der regulären Spielzeit (aber nicht während Verlängerungen).

→ Ein Mannschaftsoffizieller der Mannschaft, die gerade in Ballbesitz ist, kann ein Time-Out beantragen.

## Regelkunde

- Passives Spiel

Es ist nicht erlaubt, den Ball im Besitz der eigenen Mannschaft zu halten, ohne dass ein Versuch, zum Torwurf zu gelangen, erkennbar ist dies ist passives Spiel, welches mit Freiwurf gegen die ballbesitzende Mannschaft zu ahnden ist.

- Spielen des Balles

⇒ Es ist erlaubt:

- a) den Ball unter Benutzung von Händen (offen oder geschlossen), Armen, Kopf, Rumpf, Oberschenkel und Knien zu werfen, zu fangen, zu stoppen, zu stoßen oder zu schlagen.
  - b) den Ball maximal 3 Sekunden zu halten, auch wenn dieser auf dem Boden liegt.
  - c) sich mit dem Ball höchstens 3 Schritte zu bewegen
  - d) den Ball sowohl am Ort als auch im Laufen einmal oder wiederholt zu tippen und mit einer Hand oder beiden Händen wieder zu fangen;
  - e) den Ball von einer Hand in die andere zu führen;
- den Ball kniend, sitzend oder liegend weiterzuspielen.

⇒ Es ist **nicht** erlaubt:

- a) den Ball mehr als einmal zu berühren, bevor dieser inzwischen den Boden, einen anderen Spieler oder das Tor berührt hat.
- b) den Ball mit Fuß oder Unterschenkel zu berühren, ausgenommen der Spieler wurde von einem Gegenspieler angeworfen.

Berührt der Ball einen Schiedsrichter auf der Spielfläche wird weitergespielt.



Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball

- Foulspiel

⇒ Es ist ein Foul

- a) dem Gegenspieler den Ball aus den Händen zu entreißen oder ihn herauszuschlagen;
- b) den Gegenspieler mit Armen, Händen oder Beinen zu sperren oder ihn wegzudrängen;
- c) den Gegenspieler zu klammern, festzuhalten, zu stoßen, ihn anzurennen oder anzuspringen;
- d) den Gegenspieler mit oder ohne Ball regelwidrig zu stören, zu behindern oder zu gefährden.
- e) Körperliche und verbale Ausdrucksformen, die nicht mit dem Geiste der Sportlichkeit vereinbar sind, gelten als unsportliches Verhalten

Dies gilt sowohl für Spieler als auch Mannschaftsoffizielle auf der Spielfläche wie auch außerhalb.

⇒ Erlaubt ist

- a) Arme und Hände zu benutzen, um den Ball zu blocken oder in Ballbesitz zu gelangen;
- b) dem Gegenspieler mit einer offenen Hand den Ball aus jeder Richtung wegzuspielen;
- c) den Gegenspieler mit dem Körper zu sperren, auch wenn er nicht in Ballbesitz ist; von vorne, mit angewinkelten Armen Körperkontakt zum Gegenspieler aufzunehmen, ihn auf diese Weise zu kontrollieren und zu begleiten.

- Strafen

Folgende Strafen stehen dem Schiedsrichter zur Verfügung:

- a) Verwarnung
- b) Hinausstellung
- c) Disqualifikation
- d) Ausschluss

- Torerfolg

→ Ein Tor ist erzielt, wenn der Ball die Torlinie vollständig überquert hat, sofern vor dem oder beim Wurf der Werfer oder seine Mitspieler sich nicht regelwidrig verhalten haben.

→ Nach einem Tor wird das Spiel mit einem Anwurf von der Mannschaft, gegen die das Tor erzielt worden ist, wiederaufgenommen.

- Einwurf

→ Auf Einwurf wird entschieden, wenn der Ball die Seitenlinie vollständig überquert hat oder wenn ein Feldspieler der abwehrenden Mannschaft den Ball zuletzt berührt hat, bevor dieser die Torauslinie seiner Mannschaft überquert hat.

→ Der Einwurf ist an der Stelle auszuführen, an welcher der Ball die Seitenlinie überquert hat oder, wenn der Ball die Torauslinie überquert hat, auf der betreffenden Seite und von dem Punkt, an dem die Seitenlinie und die Torauslinie zusammenlaufen. Der Werfer muss mit einem Fuß auf der Seitenlinie stehen.

- Abwurf

→ Auf Abwurf wird entschieden, wenn der Torwart den Ball im Torraum unter Kontrolle gebracht hat oder wenn der Ball über die Torauslinie gelangt, nachdem er zuletzt vom Torwart oder einem Spieler der anderen Mannschaft berührt wurde.



Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball - Handball

## Technik/Taktik

- Technische Fertigkeiten des Handballspiels

- a) sicheres Fangen und Passen des Balles
  - b) verschiedene Wurfarten
    - Schlagwurf
    - Fallwurf
    - Sprungwurf
  - c) Wurffinten
  - d) Körpertäuschungen
- Abwehrtechniken

- Eigenschaften des Handballspielers

- a) Beherrschung der Grundfertigkeiten
  - b) gute konditionelle und koordinative Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Gewandtheit)
  - c) Willensstärke, Selbstbeherrschung, Selbstüberwindung
  - d) Kenntnisse von Angriffs- und Abwehrsystemen
- Übersicht über das Spielgeschehen

- Technik

Technik ist die gekonnte Beherrschung des Balles und des Körpers in Spielsituationen.

- Taktik

Taktik ist das planvolle und zielgerichtete Spielverhalten eines oder mehrerer Spieler, bzw. der ganzen Mannschaft, um möglichst viele Tore zu erzielen und Tore des Gegners zu vermeiden.

- Abwehrformationen

→ Defensive Variante

6 : 0

→ Offensive Variante

5 : 1

4 : 2

3 : 2 : 1