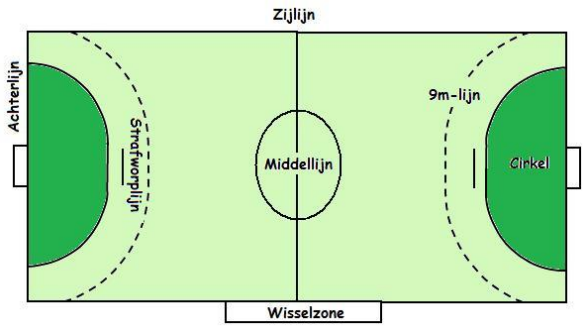
Handbal

Bedoeling van het spel

Bij handbal speel je met twee teams tegen elkaar. Je probeert door over te spelen zo dicht mogelijk bij de goal van de tegenstander te komen. Dit om zo zonder in de cirkel te staan de bal op goal te gooien voor een doelpoging. Hieronder worden verder de regels uitgelegd.

Speelveld

- Het speelveld bestaat uit twee helften.
- Deze worden gescheiden door een middenlijn.
- Het doelgebied wordt gevormd door het cirkelgebied.
- Er wordt gespeeld met de zwart/gele lijnen.



Spelers/teams

- Er wordt 6 tegen 6 gespeeld in gemengde groepen (jongens en meisjes door elkaar), waarvan er 1 keeper in het doel staat bij beide teams. LET OP: alleen de keeper mag dus in de cirkel komen! Er zijn dus 5 veldspelers

Materiaal

- Speelveld
- Goals
- Handbal

Spelregels

1. Het spel begint met een beginworp op de middenlijn. Eén speler staat op de middenlijn en gooit naar een medespeler. Ieder team staat op zijn eigen helft.
2. Wisselen mag elk moment. De te vervangen speler moet uit het speelveld zijn en de wissel mag alleen plaatsvinden vanaf de middellijn.
3. Met de bal mag men drie passen lopen, dan éénmaal stuiten en daarna nogmaals drie passen maken. Hierna moet de bal worden afgespeeld. Ook mag men na ontvangst de bal tippen. Dat wil zeggen met een hand herhaaldelijk stuiten.
4. De bal mag drie seconden worden vastgehouden.
5. Als de doelverdediger de bal als laatste aanraakt is het geen hoekworp.
6. Na een doelpunt wordt het spel op de middenlijn hervat met een beginworp. Elk team staat op zijn eigen helft

Beslissingen scheidsrechter

1. Inworp: indien bal over de zijlijn; fluitsignaal hoeft niet; tegenstander op 3 meter afstand.
2. Vrije worp: deze wordt gegeven indien een team tegen de regels handelt op de plek van de overtreding.
3. 7-meter worp: bij het verhinderen van een vrije doelkans.

Het volgende mag niet:

- Meer dan 3 passen lopen met de bal in je hand, zonder te stuiten met de bal.
- De bal in je hand hebben, met je voet(en) in de cirkel (aanvallend)
- Met je voet(en) in de cirkel (verdedigend)
- De bal mag niet naar de doelverdediger worden teruggespeeld.
- De doelverdediger mag het doelgebied niet verlaten met de bal.
- In het doelgebied op de grond behoort de bal aan de doelman. Rollende of liggende ballen mogen niet worden gekaapt.
- De bal mag niet met de voet of het onderbeen geraakt worden.
- De bal mag niet uit de handen getrokken, getikt of geslagen worden.

4. .