

Handball	REGELKUNDE	Datum:
GK	ERSTMAL GAAANZ EINFACH	Name:

Wenn Du den Ball hast, ...



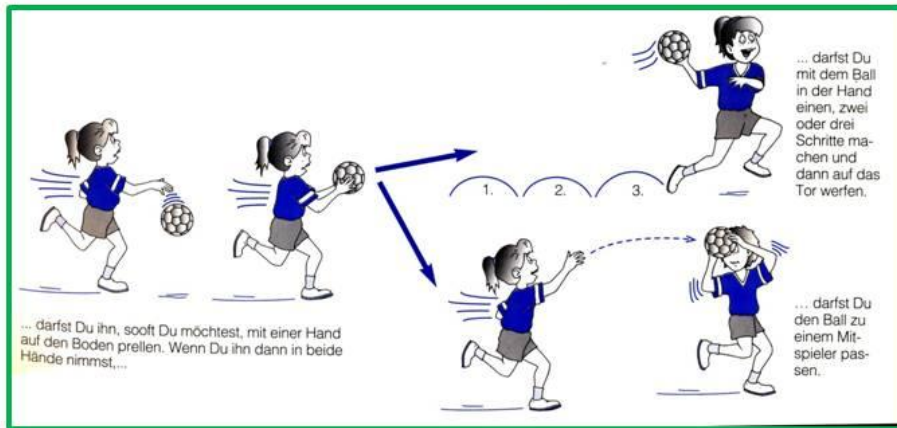
...darfst Du ihn, sooft Du möchtest, mit einer Hand auf den Boden prellen. Wenn Du ihn dann in beide Hände nimmst,...



... darfst Du ihn nicht länger als drei Sekunden halten. Sonst pfeift der Schiedsrichter!



... darfst Du ihn nicht noch einmal auf den Boden prellen. Sonst pfeift der Schiedsrichter!



... darfst Du ihn, sooft Du möchtest, mit einer Hand auf den Boden prellen. Wenn Du ihn dann in beide Hände nimmst,...

... darfst Du mit dem Ball in der Hand einen, zwei oder drei Schritte machen und dann auf das Tor werfen.

... darfst Du den Ball zu einem Mitspieler passen.

Wenn Du auf das Tor wirfst,



... darfst Du mit dem Ball in den Torraum hineinfliegen, wenn Du vor dem Torraum abspringst.



... darfst Du nicht mit dem Ball in der Hand in den Torraum treten. Sonst pfeift der Schiedsrichter!



... darfst Du den Ball mit Deinem Körper schützen. Du darfst aber nicht...



... den Ball zum Gesicht Deines Gegners führen. Sonst pfeift der Schiedsrichter!



... mit dem Ball in Deinen Gegenspieler hineinlaufen. Sonst pfeift der Schiedsrichter!



Wenn Du Abwehrspieler bist, ...



... darfst Du Deinem Gegenspieler den Ball nicht aus den Händen schlagen.



... darfst Du Deinem Gegenspieler den Ball nicht aus den Händen reißen.



... darfst Du Deinen Gegenspieler nicht mit den Füßen behindern.



... darfst Du Deinen Gegenspieler, wenn er den Ball hat, nicht stoßen oder halten.



... darfst Du Deinen Gegenspieler, auch wenn er den Ball nicht hat, nicht stoßen oder halten.



... darfst Du bei Deiner Abwehraktion nicht im Torraum stehen oder durch den Torraum laufen.



So bist Du ein guter Abwehrspieler:



Versuche, immer zwischen Deinem Gegenspieler und Deinem Tor zu sein und einen Torwurf Deines Gegenspielers mit beiden Händen zu blocken.

Wenn Du Torwart bist, ...



... darfst Du aus dem Torraum herauslaufen, den Ball fangen und mitspielen.



... darfst Du den Ball mit dem ganzen Körper abwehren.



... darfst Du aus dem Torraum heraus den Ball zu einem Mitspieler passen.



... darfst Du den Ball nicht in den Torraum hineinholen. Du darfst auch, wenn Du im Torraum stehst, keinen Ball fangen, den Dir ein Mitspieler zupaßt. Sonst pfeift der Schiedsrichter.



... darfst Du aber nicht mit dem Ball in der Hand vom Torraum ins Feld gehen.



... darfst Du aber nicht mit dem Ball in der Hand aus dem Feld in den Torraum zurücklaufen.

Handball	REGELKUNDE	Datum:
GK		Name:

1. DAS SPIELFELD

Hat die Form eines Rechtecks (40m x 20m) und wird durch die Mittellinie in zwei Hälften geteilt.

Besonderheiten des Handballfeldes:

- **Torraumlinie** ⇒ durchgezogener Kreisbogen jeder Spielhälfte (6m Abstand zum Tor)
- **gestrichelte Freiwurflinie** (9m Abstand zum Tor)
- **Strafwurflinie/ 7-Meter –Linie** ⇒ vergleichbar mit Elfmeterpunkt beim Fußball.
- **Torwartgrenzlinie** (4m Abstand zum Tor) ⇒ hat nur beim 7-m-Wurf eine Bedeutung, denn der Torwart darf in diesem Fall nicht weiter als bis hierhin aus dem Tor herauskommen.
- **Auswechselzone** 4.5 m ab Mittellinie in die eigene Hälfte hinein . Nur hier darf die Ein-/Auswechslung von Spielern erfolgen.

2. DIE SPIELZEIT

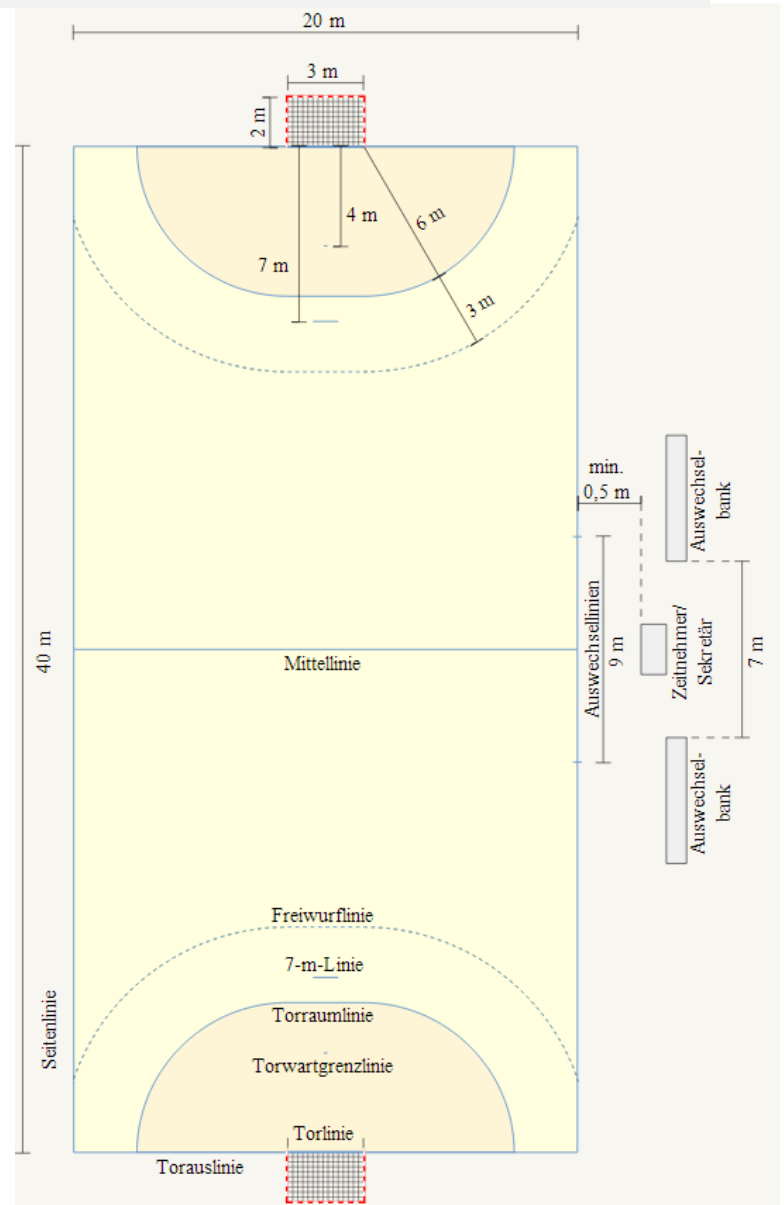
Spieler ab 16 Jahren: 2 x 30 Minuten; Halbzeitpause 10 Minuten. Bei unentschieden Verlängerung 2x5 Minuten mit 1 Minute Halbzeitpause. Zweite Verlängerung um gleiche Zeit, wenn immer noch unentschieden; danach 7m-Werfen zur Entscheidungsfindung.

3. MANNSCHAFT

Pro Mannschaft 12 Spieler. Gleichzeitig auf Spielfläche höchstens **7 Spieler**, die anderen sind Auswechselspieler. **Torwart** kann jederzeit die Position eines Feldspielers einnehmen. **Feldspieler** kann jederzeit die Position des Torwarts einnehmen.

4. ANWURF

- Wird immer vom Mittelpunkt der Mittellinie ausgeführt.
- Wird bei Spielbeginn durch das Los entschieden (Losgewinner entscheidet sich für Angriff oder Verteidigung) Nach der Halbzeit wirft die andere Mannschaft an.
- Nach jedem Tor erfolgt ein Anwurf durch die Mannschaft, die das Gegentor kassiert hat (innerhalb von 3 s nach Anpfiff).
- Der Anwurfausführende muss mit einem Fuß die Mittellinie berühren, bis der Ball seine Hand verlassen hat.
- Beim Anwurf **zu Beginn jeder Halbzeit** (und eventueller Verlängerungen) müssen sich alle Spieler **in der eigenen Hälfte der Spielfläche** befinden. Beim **Anwurf nach einem Tor** können sich die Gegenspieler des Werfers **jedoch in beiden Hälften** der Spielfläche aufhalten.
- Gegenspieler dürfen nicht näher als **3 m** an den Anwurfausführenden herantreten.



5. SPIELERWECHSEL

Auswechslung jederzeit und wiederholt möglich. Das Verlassen und Betreten der Spielfläche darf **nur über die eigene Auswechselschranke** erfolgen. Dies gilt auch für den Torwartwechsel. Ein Wechselfehler ist mit einer **Hinausstellung für den betreffenden Spieler** zu ahnden. Das Spiel wird mit **Freiwurf** für die gegnerische Mannschaft fortgesetzt.

6. TORRAUM

Der Torraum darf **nur vom Torwart** betreten werden. Der Torraum, einschließlich Torraumlinie, ist betreten, wenn er von einem Feldspieler mit **irgendeinem Körperteil berührt** wird. Beim Betreten des Torraums durch einen Feldspieler ist wie folgt zu entscheiden:

- **Freiwurf**, wenn Feldspieler mit dem Ball den Torraum betritt.
- **Freiwurf**, wenn Feldspieler ohne Ball den Torraum betritt und dadurch ein Vorteil entsteht.
- **7-m-Wurf**, wenn ein Abwehrspieler durch das Betreten des Torraums eine klare Torgelegenheit vereitelt.

Im **Torraum gehört der Ball dem Torwart**. Jedes Berühren des im Torraum liegenden, rollenden oder vom Torwart festgehaltenen Balls durch einen Feldspieler ist nicht erlaubt. Ein sich über dem **Torraum in der Luft befindender Ball darf jedoch gespielt werden**, ausgenommen beim Abwurf.

Wenn der Ball in den eigenen Torraum gespielt wird ist wie folgt zu entscheiden:

- Tor, wenn der Ball in das Tor gelangt.
- **Freiwurf für Gegner**, wenn der Ball im Torraum liegen bleibt oder wenn der Torwart den Ball berührt und dieser nicht in das Tor gelangt.
- **Einwurf**, wenn der Ball die Torauslinie überquert.
- Weiterspielen, wenn der Ball den Torraum durchquert und ins Spielfeld zurückgelangt, ohne dass ihn der Torwart berührt.

7. EINWURF, FREIWURF, 7-M

Entscheidung auf **Einwurf**, wenn:

- Ball die Seitenlinie **vollständig überquert**
- Feldspieler der abwehrenden Mannschaft den Ball zuletzt berührt hat, bevor dieser die **Torauslinie der eigenen Mannschaft** überquert hat.
- Ball die **Decke oder über die Spielfläche** befestigte Vorrichtungen berührt.



Ausführung: von dort, wo der Ball die Seitenlinie überquert hat, bei Toraus wird vom Eckpunkt der Seiten- und Torauslinie eingeworfen. Werfer **muss** mit einem Fuß auf der Linie stehen; Gegner muss **mind. 3 m** entfernt stehen.

Freiwurf erfolgt an der Stelle, an der die **Regelwidrigkeit begangen wurde** (niemals aber innerhalb des Feldabschnittes zwischen Torraumlinie und Freiwurflinie). Abwehrende Spieler müssen **mindestens 3 m vom Werfer** entfernt sein

Vor der Ausführung eines Freiwurfs dürfen die **Spieler der angreifenden Mannschaft** die Freiwurflinie weder berühren noch überschreiten bevor Ball Hand des Werfers verlassen hat (sonst **Freiwurf** für die abwehrende Mannschaft).



Auf **7-m-Wurf** wird entschieden beim Vereiteln einer klaren Torgelegenheit auf der gesamten Spielfläche durch einen Spieler oder Mannschaftsoffiziellen der gegnerischen Mannschaft.

Es handelt sich um eine "klare Torgelegenheit", wenn:

- ein Spieler unter voller Ball- und Körperkontrolle die **Gelegenheit zum Torwurf** bekommt, **ohne dass ein Gegenspieler in der Lage wäre, den Wurf mit zulässigen Mitteln zu verhindern**.




Ausführung:

- Der 7-m-Wurf ist nach Pfiff **innerhalb von 3 Sekunden** als Torwurf auszuführen
- Werfer darf **7-m-Linie weder berühren noch überschreiten**, bevor der Ball seine Hand verlassen hat.
- **Mitspieler des Werfers müssen sich außerhalb der Freiwurflinie befinden**, bis der Ball die Hand des Werfers verlassen hat (ansonsten **Freiwurf** gegen die Mannschaft, die den 7-m-Wurf ausführt).
- **Spieler der gegnerischen Mannschaft müssen sich außerhalb der Freiwurflinie** befinden und mindestens 3 m von der 7-m-Linie entfernt sein, bis der Ball die Hand des Werfers verlassen hat (ansonsten ist der **7-m-Wurf zu wiederholen**, wenn der Ball nicht in das Tor gelangt)
- Nach Ausführung des 7-m-Wurfs darf der Ball erst dann wieder vom Werfer oder einem seiner Mitspieler gespielt werden, wenn er einen gegnerischen Spieler oder das Tor berührt hat
- **Überschreitet Torwart die Torwartgrenzlinie**, d.h. die 4-m-Linie, bevor der Ball die Hand des Werfers verlassen hat, ist der 7-m-Wurf zu wiederholen, sofern kein Tor erzielt wird.

8. TORWART

Es ist dem Torwart <i>erlaubt</i> :	Es ist dem Torwart <i>nicht erlaubt</i> :
<ul style="list-style-type: none"> • bei der Abwehr im Torraum den Ball mit allen Körperteilen zu berühren. • sich im Torraum mit dem Ball ohne Einschränkungen zu bewegen. • den Torraum ohne Ball zu verlassen und im Spielfeld mitzuspielen. • den Torraum mit dem nicht unter Kontrolle gebrachten Ball zu verlassen und ihn im Spielfeld weiterzuspielen. 	<ul style="list-style-type: none"> • bei der Abwehr den Gegenspieler zu gefährden • den Torraum mit dem unter Kontrolle gebrachten Ball zu verlassen¹ ⇒ Freiwurf Gegner • nach Abwurf den Ball außerhalb des Torraums erneut zu berühren, bevor dieser einen anderen Spieler berührt hat ⇒ Freiwurf Gegner • den außerhalb des Torraums am Boden liegenden oder rollenden Ball zu berühren, solange er sich selbst im Torraum befindet ⇒ Freiwurf Gegner • den außerhalb des Torraums am Boden liegenden oder rollenden Ball in den Torraum hereinzuholen ⇒ Freiwurf Gegner • mit dem Ball vom Spielfeld in den Torraum zurückzugehen ⇒ Freiwurf Gegner • bei der Ausführung eines 7-m-Wurfs die Torwartgrenzlinie (4-m-Linie) zu überschreiten, bevor der Ball die Hand des Werfers verlassen hat. ⇒ Wiederholung 7 m

9. SPIELEN DES BALLE

Es ist <i>erlaubt den Ball</i> :	Es ist <i>nicht erlaubt den Ball</i> :
<ul style="list-style-type: none"> • unter Benutzung von Händen (offen oder geschlossen), Armen, Kopf, Rumpf, Oberschenkel und Knien zu werfen, zu fangen, zu stoppen, zu stoßen oder zu schlagen. • maximal 3 Sekunden zu halten, auch wenn dieser auf dem Boden liegt • sowohl am Ort als auch im Laufen zu tippen (prellen) • kniend, sitzend oder liegend weiterzuspielen. 	<ul style="list-style-type: none"> • mehr als einmal zu berühren, bevor dieser inzwischen den Boden, einen anderen Spieler oder das Tor berührt hat • mit Fuß oder Unterschenkel zu berühren, ausgenommen der Spieler wurde von einem Gegenspieler angeworfen • sich mit dem Ball in der Hand mehr als 3 Schritte zu bewegen. <p>im Besitz der eigenen Mannschaft zu halten, ohne dass ein Angriffsversuch oder ein Versuch, zum Torwurf zu gelangen, erkennbar ist. Dieses passive Spiel wird mit Freiwurf gegen die ballbesitzende Mannschaft geahndet.</p>
	 <p>Fang-, Prell- oder Tippfehler</p>
	 <p>Schrittfehler</p>
	 <p>Passives Spiel</p>

¹ (kann aber Mitspieler anspielen und dann den Torraum verlassen)

10. REGELWIDRIGKEITEN UND VERGEHEN

Es ist <i>erlaubt</i> :	Es ist <i>nicht erlaubt</i> :
<ul style="list-style-type: none"> Arme und Hände zu benutzen, um den Ball zu blocken oder in Ballbesitz zu gelangen. dem Gegenspieler mit einer offenen Hand den Ball aus jeder Richtung wegzuspielen. 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. 	<ul style="list-style-type: none"> dem Gegenspieler den Ball aus den Händen zu entreißen oder ihn herauszuschlagen ⇒ Freiwurf Gegner den Gegenspieler mit Armen, Händen oder Beinen zu sperren oder ihn wegzudrängen ⇒ Freiwurf Gegner Gegenspieler zu klammern, festzuhalten, zu stoßen, ihn anzurennen oder anzuspringen ⇒ je nach Schwere gelbe Karte oder Zeitstrafe (2min.) ; Freiwurf Gegner. den Gegenspieler mit oder ohne Ball regelwidrig zu stören, zu behindern oder zu gefährden ⇒ je nach Schwere gelbe Karte und/ oder Zeitstrafe (2min.) oder rote Karte ; Freiwurf Gegner oder 7-m

11. STRAFEN

Verwarnung (Gelbe Karte)

Eine Verwarnung ist zu geben bei **unsportlichem** Verhalten durch einen Spieler oder Mannschaftsoffiziellen.

Unsportliches Verhalten kann beispielsweise sein:

- dem Spieler, der den 7-m-Wurf ausführt, etwas zurufen;
- Wegstoßen des Balls mit dem Fuß bei Spielunterbrechung, damit der Gegenspieler den ihm gewährten Wurf nicht sofort ausführen kann;
- Beschimpfung des Gegenspielers oder eines Mitspielers;
- Nichtherausgabe eines ins Seitenaus gelangten Balls oder Nichtfreigabe des Balls durch den Torwart bei einer 7-m-Entscheidung
- Festhalten eines Gegenspielers an der Spielkleidung;
- wiederholtes Abwehren des Balls mit Unterschenkel oder Fuß durch einen Feldspieler; Abwehrspieler betritt wiederholt den eigenen Torraum
- Spieler täuscht eine Regelwidrigkeit (z.B. Schwalbe) seitens eines Gegenspielers vor.



Hinausstellung (2 Minuten)

Während der Hinausstellungszeit darf der hinausgestellte Spieler nicht am Spiel teilnehmen und die Mitspieler dürfen ihn nicht auf der Spielfläche ersetzen (Mannschaft spielt also dann in Unterzahl). Bei dritter **Hinausstellung** desselben Spielers = **Disqualifikation**.

Eine Hinausstellung ist zu geben bei:

- Wechselfehler oder regelwidrigem Betreten der Spielfläche.
- wiederholtem unsportlichen Verhalten eines Spielers
- Nichtfallenlassen oder Nichtniederlegen des Balles bei Freiwurf-Entscheidung gegen die Mannschaft in Ballbesitz







Disqualifikation (Rote Karte)





Disqualifikation gilt für Rest der Spielzeit. Betroffene muss Spielfläche und Auswechselraum verlassen. Darf in keiner Form mehr Kontakt zur Mannschaft haben. Disqualifikation während Spielzeit immer mit Zeitstrafe für Mannschaft verbunden (Unterzahlspiel für 4 min)




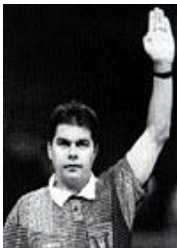
Eine Disqualifikation ist auszusprechen bei:

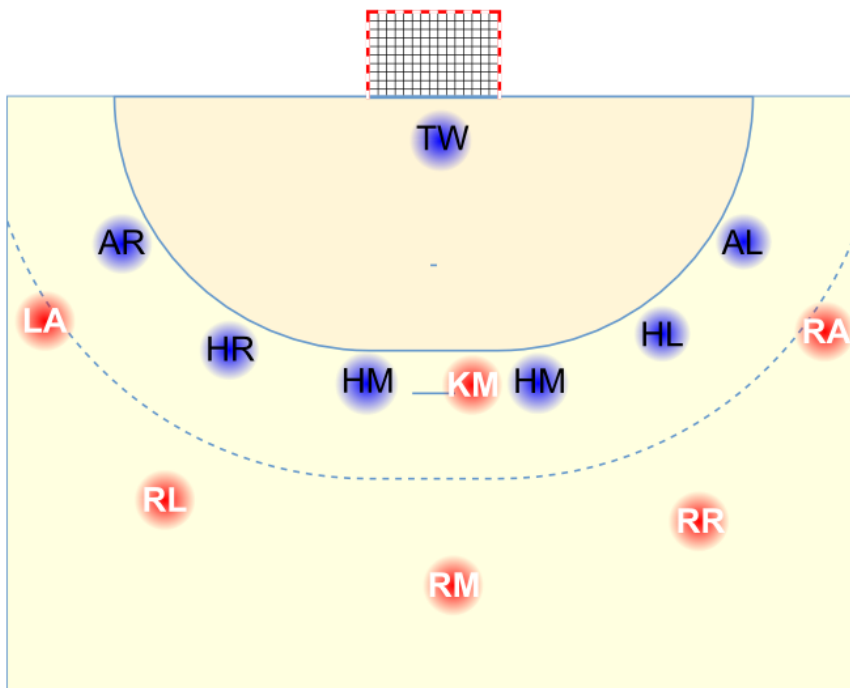
- Betreten der Spielfläche durch einen nicht teilnahmeberechtigten Spieler
- Regelwidrigkeiten, welche die Gesundheit des Gegenspielers gefährden
- Einer dritten Hinausstellung desselben Spielers
- Grob unsportlichem Verhalten** auf oder außerhalb der Spielfläche (Beleidigung durch Sprache, Gestik, Mimik und Körperkontakt; Revanche nach Foul auch als Reflexhandlung; den Ball auf Gegner werfen)
- Tätlichkeit außerhalb der Spielzeit, d.h. vor Spielbeginn oder während einer Pause;

Schiedsrichterzeichen

			
Betreten des Torraums	Fang-, Prell- Tippfehler	Schritt- oder Zeitfehler	Stürmerfoul

			
Umklammern, Halten Stoßen	Schlagen	Einwurf – Richtung	Abwurf

			
Freiwurf – Richtung	3-Meter-Abstand	Passives Spiel	Torgewinn Verwarnung



- Angriffsspieler
 - Abwehrspieler
- | | | |
|--------------------|---------------------|-----------------|
| LA= Linksaußen | RM= Rückraum Mitte | RA= Rechtsaußen |
| RL= Rückraum Links | RR= Rückraum Rechts | KM= Kreis Mitte |
| AR= Außen Rechts | HM= Hinten Mitte | AL= Außen Links |
| HR= Halb Rechts | HL= Halb Links | TW= Torwart |