

Olympic Team Sport



A Shortcut to the Rules

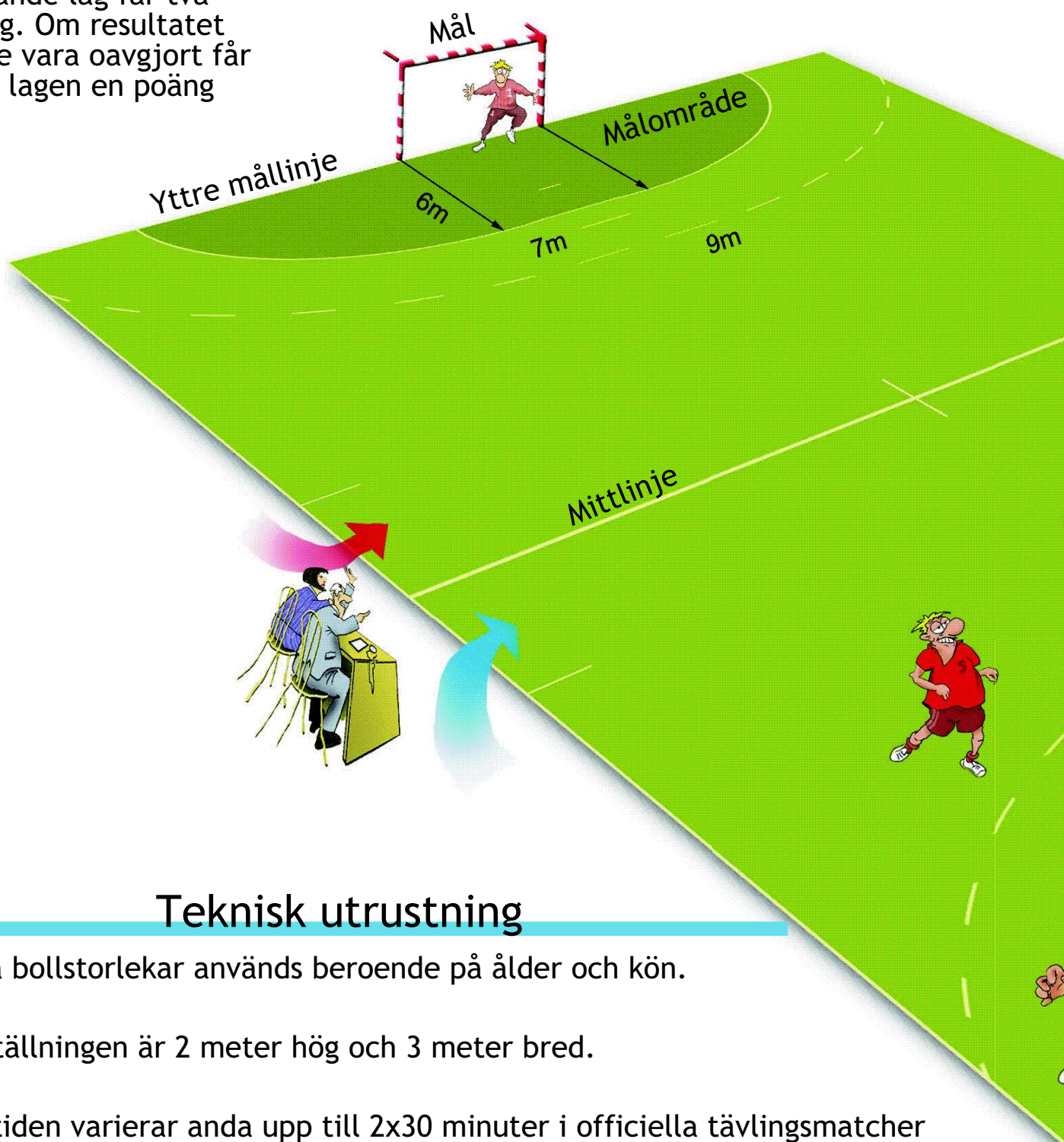
HANDBALL the game

Nu på svenska!



Grundregler för handboll

- Handboll är en lagsport baserad på "fair play".
- På plan finns två kvinnliga eller manliga lag som spelar mot varandra genom att försöka göra mål på varandra.
- Det lag som gjort flest mål när speltiden är slut har vunnit.
- Vinnande lag får två poäng. Om resultatet skulle vara oavgjort får båda lagen en poäng var.

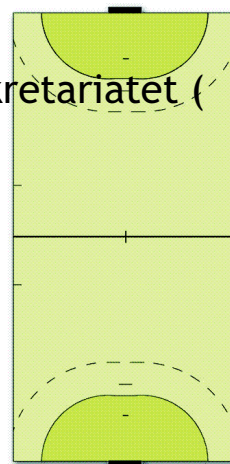


Teknisk utrustning

- Olika bollstorlekar används beroende på ålder och kön.
- Målställningen är 2 meter hög och 3 meter bred.
- Speltiden varierar anda upp till 2x30 minuter i officiella tävlingsmatcher

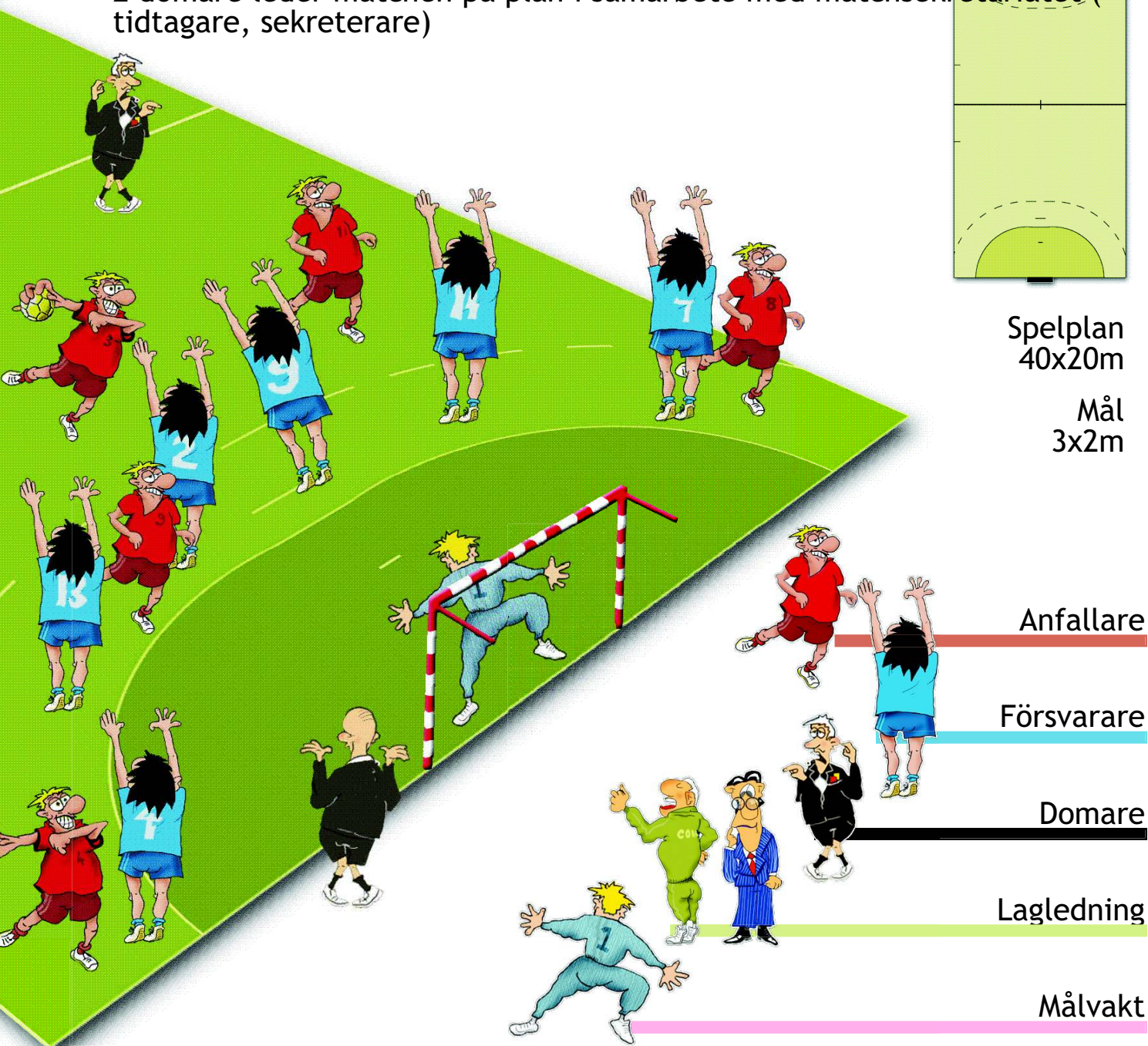
Lag/spelare/matchfunktionärer/domare

- Varje lag består av upp till 14 spelare.
- I varje lag är spelaren utbytbar under matchen.
- Alla utespelare i ett lag skall under match bära likadan spelardräkt. Målvakterna skall under match bära dräkt som skiljer dem från utespelarna.
- Spelare är inte tillåtna att bära kroppspynt som kan utgöra fara för med- eller motspelare (klockor, ringar, armband, halsband, piercing el.dyl.)
- Upp till 4 ledare är ansvariga för att leda laget.
- 2 domare leder matchen på plan i samarbete med matchsekretariatet (tidtagare, sekreterare)



Spelplan
40x20m

Mål
3x2m



Anfallare

Försvare

Domare

Lagledning

Målvakt

Anfallsspelare

TILLÅTET

Kasta och fånga bollen med händer och armar

Passa bollen till en lagkamrat

Studsas bollen med en hand och ta upp den igen

ta maximalt 3 steg med bollen

Röra sig utanför måområdet

Röra bollen i luften ovanför måområdet

Bryta sig igenom försvaret

Passa bollen för att försöka skapa en målchans

INTE TILLÅTET

Blockera eller sparka bollen med foten.

Hålla bollen mer än 3 sekunder

Studsas bollen, ta upp den och studsas den igen = dubbelstuds

Ta mer än 3 steg med bollen

Gå in i måområdet

Röra boll som ligger i måområdet

Knuffa motståndare eller springa in i en förvarare = offensivt fel

Behålla bollen inom laget utan att försöka skapa en målchans = passivt spel

KONSEKVENSER

Frikast till det försvarande laget.

Frikast till det försvarande laget

Frikast till det försvarande laget

Frikast till det försvarande laget

Målvaktkast

Målvaktkast

Frikast till det försvarande laget

Frikast till det försvarande laget



Försvarsspelare

TILLÅTET

Använda händer och armar för att försöka blockera bollen

Stoppa anfallaren med kroppen, framifrån

Befinna sig utanför målområdet

Befinna sig minst 3 meter ifrån en anfallare som utför ett kast för att fortsätta matchen

INTE TILLÅTET

Rycka eller slå bollen ur händerna på de anfallande spelarna

Hålla fast i den anfallande spelarens kropp eller tröja samt knuffa eller hoppa på densamme/a

Använda målområdet för att försvara ifrån eller förhindra en klar målchans

Angripa en anfallare som håller på att utföra ett kast för att fortsätta matchen

KONSEKVENSER

Frikast till anfallande lag

Frikast / progressiv bestraffning

Straffkast

Progressiv bestraffning

TILLÅTET

Röra bollen med vilken kroppsdel som helst inne i målområdet

Lämna målområdet och delta i spelet som utspelare

INTE TILLÅTET

Föra in bollen i målområdet efter att den varit utanför 6-meterslinjen

Lämna målområdet med bollen

KONSEKVENSER

Frikast till det anfallande laget

Frikast till det anfallande laget



Fair play och

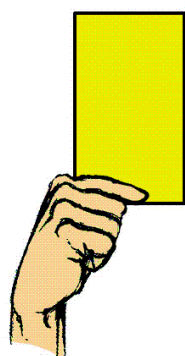
Det unika med handboll är andan av fair play.

Det är de två domarna som är ansvariga för att matchen genomförs. Deras uppgift är att se till att matchen genomförs enligt spelets ide.

Progressiv bestraffning döms mot spelare som inte följer spelets ide eller bryter mot spelets regler på något annat sätt.



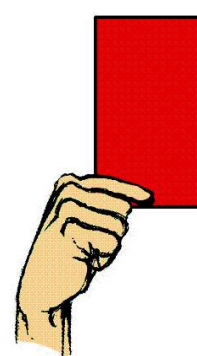
Progressiv bestraffning



Varning



2 minuters
utvisning



Diskvalifikation



Kast för att återuppta spelet

I handboll finns 5 olika typer av kast: frikast, straffkast, inkast, avkast samt målvaktskast.

Straffkast döms när en klar målmöjlighet förloras.

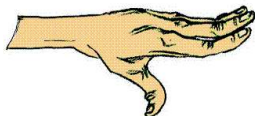
I början av varje halvlek startar spelet med avkast, även efter varje utförd mål startar spelet igen med avkast.

Domarens signaler



Frikast

Frikast utdöms antingen när försvarande spelare eller bollförande lag bryter mot spelreglerna



Målvaktskast

Målvaktskast utdöms när

- det anfallande laget beträder målområdet
- en anfallsspelare berör en boll som ligger eller rullar i målområdet.
- målvakten har kontroll på bollen i målområdet eller när bollen har passerat målgårdslinjen



Time-out

Speltiden stoppas när det av domarna bedöms nödvändigt.



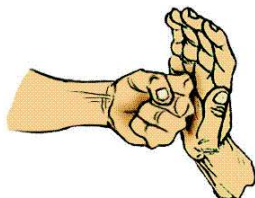
Steg

Att ta mer än 3 steg med bollen resulterar i frikast till det försvarande laget.



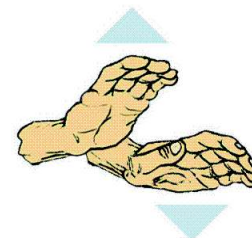
Offensivt fel

Ett offensivt fel resulterar i ett frikast till det försvarande laget.



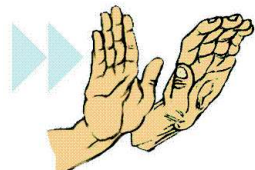
Dubbelstude

En dubbelstuds resulterar i ett frikast till det försvarande laget.



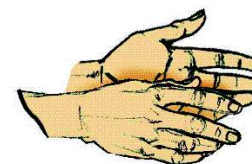
Hålla 3 meters avstånd

När ett kast skall utföras måste motståndarna befinna sig på minst 3 meters avstånd från bollen.



Inkast

Ett inkast döms när bollen hamnar utabför spelplanen.





EHF Competence
Academy & Network

Imprint:

European Handball Federation (EHF), Vienna/AUT, August 2008
www.eurohandball.com

Following a proposal by both the EHF Competitions Commission (CC) and the EHF Methods Commission (MC) the EHF Executive Committee approved the production of a "short rule version" of the handball rules for promotional purposes only. The work is based on the "Rules of the Game" by the International Handball Federation (IHF), for details and references please visit www.ihf.info

Editorial board:

EHF Working Group "Rule Simplifications & Modifications"
in cooperation with the EHF Youth Forum

Jan Tuik/EHF CC Chairman · Frantisek Taborsky/EHF MC Chairman · Allan Lund/EHF MC Member Development · Sandor Andorka/EHF CC Member Refereeing · Roland Bürgi/EHF Mentor Refereeing · Natasha Engberg/EHF Youth Forum Member · Cristina Nastase/EHF Youth Forum Member · Helena Crnojevic/EHF Youth Forum Member · Marcos Bestilleiro/EHF Office · Helmut Hörtsch/EHF Competence Academy & Network · Cartoons & artwork by Wanzi/ComixConcepts · Translation: Wiiland Anders



**SVENSKA
HANDBOLLFÖRBUNDET**