

Nya regler i Minihandboll Säsongen 2020-21

1. Dubbelstuds beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.
2. För många steg beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.
3. avkast eller hörnkast (=inkast i hörnet) ersätts av Målvaktsutkast.
4. Försvararna tvingas springa hem och nudda egen 6m-linje innan de får börja försvara med fritt försvarsspel
5. Inga omfamningar (=låsningar) eller knuffar tillåts.
6. Farligt spel beivras med personlig utvisning i två anfall. Laget får sätta in en annan spelare och blir inte drabbat.

Vinster med regel 1 och 2:

Du gör det lättare för spelaren att lära sig handboll, men hen gynnas inte av felaktigt beteende. Det ska gå att försvara sig.

Vinster med regel 3:

Du nyttjar speltiden effektivare. Det går inte åt en massa speltid till att fundera på om det ska vara inkast, avkast eller målvaktskast. Barnen har lättare att lära sig regeln och spelet blir snabbare.

Grundläggande orsak till regel 4-6:

En majoritet av barnen i denna ålder 6-9 år behöver mer tid för att upptäcka medspelare och ta beslut. Barnens perceptionsförmåga är inte tillräckligt utvecklad för att spela anfallsspel mot fullkontaktförsvar.

Vinster med regel 4:

Anfallande målvakt får tid på sig att passa ut bollen.

-Försvararna lär sig att springa hem direkt vid avslut. (det kommer sitta i ryggmärgen på försvararna när de blir vuxna. På samma sätt som vi lär kontrare att sticka så fort skottet går)

Vinster med regel 5:

I försvaret tränar spelarna på fotarbete och att placera sig rätt samt tränar sig att erövra bollen genom att skära bollvägar.

Vinster med regel 6:

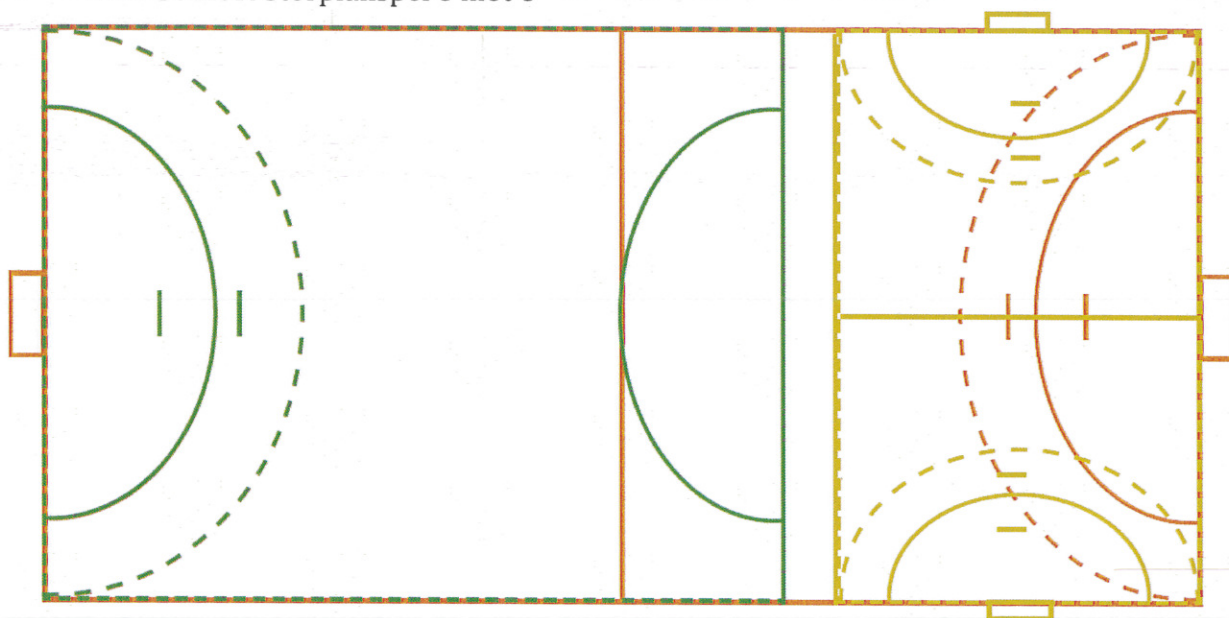
Farligt spel ska beivras. Barnet lär sig fort att detta inte är tillåtet.

Föräldrar ska inte ta bort sina barn från handbollen för att det är farligt.

Farligt spel ska inte vara lönsamt resultatmässigt.

Rekommenderade Spelformer i olika åldersklasser 2020-21

- **U6-U8:** Välj mellan Handbollsfestival, Minihandboll
- **U9:** Välj mellan Minihandboll o kortplanespel
- **U10-11 :** Kortplanespel eller 5 mot 5 spel på Storplan.
- **U12-Senior:** Storplanspel 6 mot 6



Gul plan: Minihandboll 12*20m
Grön plan: Kortplanespel 26*20m
Röd Bana: Storplanspel 40*20m

Stockholm 24 februari 2020
Lennart Söderström SHF Utbildningskonsulent