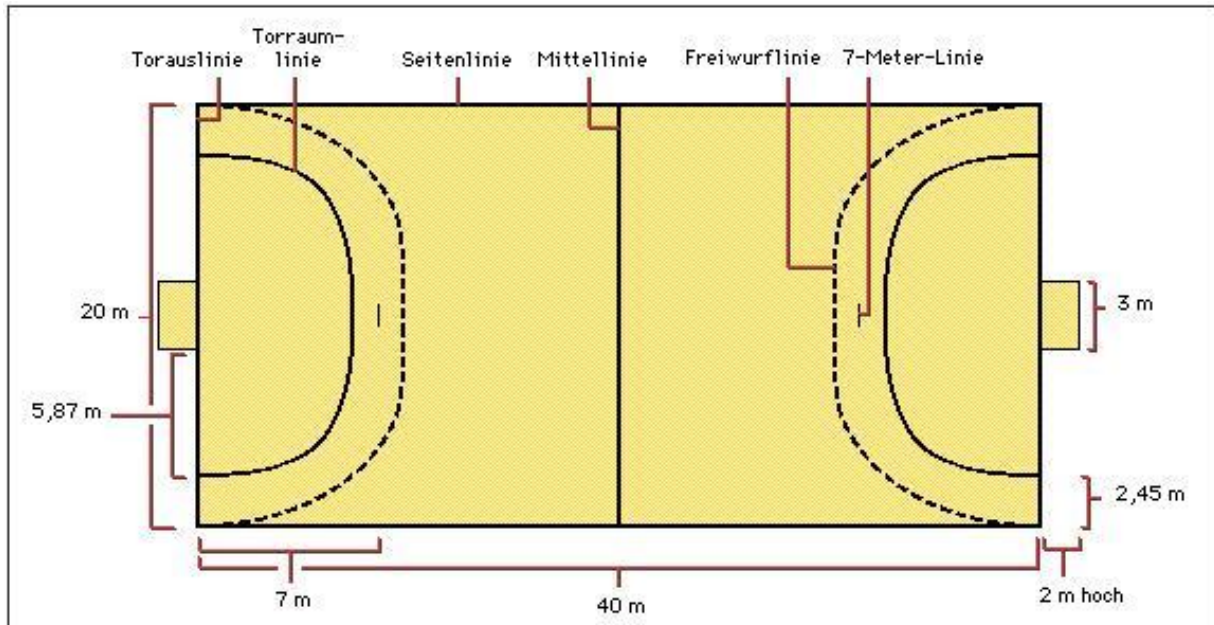




## Handball

### Das Spielfeld



<http://derblaueritter.de/wp-content/uploads/2015/01/handballfeld.jpg>

#### 1. Beschreibe den Aufbau und die Maße eines Handballfeldes!

- Länge: 40m
- Breite: 20m

#### 2. Erkläre den Begriff „Torraumlinie“!

- begrenzt den Torraum
- ist ca. 6 Meter vom Tor entfernt
- Form eines Halbkreises
- Torraum darf nur vom Torwart betreten

#### 3. Erkläre den Begriff „Freiwurflinie“?

- verläuft in einem Abstand von 9 Metern vor der Torlinie
- verläuft 3 Meter vor der Torraumlinie
- zeigt an, wo Freiwürfe ausgeführt werden müssen

#### 4. Welchen Abstand muss der Gegner beim Einwurf bzw. Freiwurf vom ausführenden Spieler haben?

- mindestens 3 Meter.

### **5. Aus wie vielen Spielern besteht eine Mannschaft?**

- 6 Feldspieler, ein Torwart
- 8 Auswechselspieler
- Spielerzahl kann in Jugendmannschaften abweichen

### **6. Was ist beim Auswechseln zu beachten?**

- Auswechseln im Wechselraum
- Spieler muss vor dem Auswechselspieler das Feld verlassen haben

### **7. Beschreibe, wie man den Ball spielen darf!**

- unter Benutzung von Händen, Armen, Kopf, Rumpf, Oberschenkel und Knie
- man darf den Ball werfen, schlagen, stoßen, fausten, stoppen und fangen

### **8. Erläutere die Folgen, die das Betreten des Torraums durch einen Feldspieler hat!**

- Freiwurf, wenn ein Angreifer mit dem Ball den Torraum betritt
- Freiwurf, wenn ein Angreifer ohne Ball den Torraum betritt und sich dadurch einen Vorteil verschafft
- Siebenmeter, wenn ein Feldspieler absichtlich seinen eigenen Torraum betritt, um sich gegenüber einem Angreifer einen Vorteil zu verschaffen

### **9. Darf ein Torwart im Spielfeld mitspielen?**

- Ja, er unterliegt in diesem Fall den gleichen Bedingungen wie ein Feldspieler.

### **10. Wie lange dauert normalerweise ein Handballspiel?**

- Männer/Frauen/Jugend über 16:      2 x 30 Minuten      +      10 Minuten Pause
- Jugend 12 bis 16 Jahre:              2 x 25 Minuten      +      10 Minuten Pause
- Jugend 8 bis 12 Jahre:                2 x 20 Minuten      +      10 Minuten Pause

### **11. Wie viele Schritte dürfen höchstens mit dem gehaltenen Ball gemacht werden?**

- 3 Schritte

### **12. Erkläre, wann auf Siebenmeter entschieden wird!**

- bei regelwidrigem Verhindern einer klaren Torgelegenheit
- bei absichtlichem Betreten des eigenen Torraums
- bei absichtlichem Spielen des Balles an den eigenen Torwart im Torraum
- wenn der Torwart mit dem Ball vom Spielfeld in den Torraum zurückgeht

### **13. Nenne die Grundregeln für die Ausführung eines Siebenmeters!**

- der Werfer darf die 7-m-Linie weder berühren noch überschreiten
- es darf sich kein Spieler zwischen Torraum und Freiwurflinie befinden

#### **14. Wie viele Schiedsrichter leiten im Normalfall ein Spiel?**

- es gibt zwei Schiedsrichter: Feldschiedsrichter und Torschiedsrichter
- beide Schiedsrichter sind gleichberechtigt
- im Zweifelsfall entscheidet der Feldschiedsrichter

#### **15. Erkläre den Begriff der „Zeitstrafe“!**

- persönliche Strafe für einen Spieler
- Dauer: 2 Minuten
- Mannschaft darf den Spieler nicht ersetzen
- nach der dritten Zeitstrafe wird Spieler ausgeschlossen (rote Karte)
- meckern
- Ball auf den Boden werfen oder nicht unmittelbar ablegen
- falsches Auswechseln

#### **16. Erkläre, was man unter einem „Stürmerfoul“ versteht!**

- angreifender Spieler läuft oder springt mit Kopf, Schulter oder Knie voraus in die Abwehr

#### **17. Erkläre den Unterschied zwischen Fall- und Sprungwurf!**

- Fallwurf: erfolgt aus Stand oder Hocke
- Sprungwurf: erfolgt aus dem Lauf oder aus dem Lauf mit Drehung und Sprung

#### **18. Erkläre, was man unter einem Gegenstoß versteht!**

- Schnellangriff
- nach Balleroberung oder gehaltenen Bällen des Torhüters

#### **19. Unterscheide 6 : 0 – und 5 : 1 – Deckung !**

- 6 : 0 – Deckung: Alle Abwehrspieler verteidigen an eigener Torraumlinie
- 5 : 1 – Deckung: 5 Feldspieler verteidigen an Torraumlinie  
1 Feldspieler verteidigt offensiv und vorgezogen

### **Quellenverzeichnis:**

- <http://www.tsv-meitingen.de/verein/Hauptverein/verein/Bilder/620.jpg>
- <http://www.stmusik.de/MSED/QualiSkriptSport.pdf>
- <http://www.sportunterricht.de/>
- <http://1001701001.customer.gaponline.de/sites/default/files/Skript-%20allgemeine%20Fragen-Gesundheit.pdf>
- [http://www.dfb.de/fileadmin/\\_dfbdam/34715-Regelheft\\_2014-15-DFB.pdf](http://www.dfb.de/fileadmin/_dfbdam/34715-Regelheft_2014-15-DFB.pdf)
- <http://www.soccerdrills.de/>