

D-JEUGD

Spelregels & richtlijnen

**PLEZIER & GROEI
DAT IS JEUGDHANDBAL**

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	1
Regel 1: Het speeloppervlak.....	3
1:1 Het speeloppervlak.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
1:2 Het doel	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
1:3 Het doelgebied	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 2: De speeltijd	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
2:1 Time out	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 3: De bal	3
Regel 4: Het team, het wisselen, de uitrusting, blessure speler	3
4:1 Het team.....	3
4:2 De uitrusting	3
4:3 Schoeisel.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
4:4 Blessure speler	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 5: De doelverdediger	3
Regel 6: Het doelgebied	3
Regel 7: Het spelen van de bal	3
Regel 8: Overtredingen en onsportief gedrag	3
Het is toegestaan:.....	3
Het is niet toegestaan:.....	4
Regel 9: Het maken van een doelpunt	4
Regel 10: De beginworp	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 11: De inworp	4
Regel 12: De uitworp	5
Regel 13: De vrije worp	5
Regel 14: De beslissing voor een 7-meterworp.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 15: Algemene aanwijzingen voor de uitvoering van worpen ..	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 16: De straffen	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
16:1 Waarschuwing	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
16:2 Tijdelijke uitsluiting.....	5
16:3 Open hand gebaar	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Regel 17: De scheidsrechters.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
17:1 Afspraken voor de wedstrijd.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
17.2 Time out	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
17:3 Spelplezier	5
Regel 18: De tijdwaarnemer en de secretaris	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

De bal

Er wordt gespeeld met een zachte bal, maat 0.

Het team

Het team

Een team bestaat uit 5 veldspelers en 1 keeper.

De uitrusting

Alle veldspelers van een team dienen gelijke speelkleding te dragen. De combinatie van kleur en ontwerp van de kleding van beide teams moet zodanig zijn, dat de teams duidelijk te onderscheiden zijn. De keeper draagt een shirt met een afwijkende kleur.

De doelverdediger

Het is de doelverdediger toegestaan om bij het afweren in het doelgebied de bal met alle lichaamsdelen aan te raken. In het doelgebied mag hij zich met de bal bewegen, los van de aan veldspelers opgelegde beperkingen.

Het doelgebied

Het doelgebied mag alleen door de doelverdediger worden betreden. Het doelgebied, inclusief de doelgebiedlijn, is betreden zodra het door een veldspeler met een deel van het lichaam wordt aangeraakt. Bij het betreden van het doelgebied door een veldspeler met bal volgt er een uitworp.

Het spelen van de bal

Het spelen van de bal

Het is toegestaan de bal met gebruikmaking van handen (open of gesloten), armen, hoofd, bovenbeen en knieën, te werpen, te vangen, te stoppen, te stoten of te slaan.

Het is toegestaan met de bal hoogstens 3 passen te maken; een pas is gemaakt wanneer: a) een met beide voeten op de grond staande speler een voet optilt en deze weer neerzet of een voet van een plaats naar een andere plaats beweegt; b) een speler met slechts één voet de grond raakt, de bal vangt en daarna met de andere voet de grond raakt; c) een speler na een sprong met één voet de grond aanraakt en daarna met dezelfde voet een sprong uitvoert of de grond met de andere voet aanraakt; d) een speler na een sprong met beide voeten tegelijk de grond aanraakt en daarna een voet optilt en weer neerzet of een voet van een plaats naar een andere beweegt.

Het tippen of stuiten van de bal begint wanneer de speler met enig lichaamsdeel de bal aanraakt en naar de grond speelt. Wanneer de bal een andere speler of het doel geraakt heeft, is opnieuw tippen of stuiten en vangen toegestaan.

Overtredingen en onsportief gedrag

Het is toegestaan:

Met gebogen armen lichaamscontact te maken met een tegenstander en hem zo te controleren en te begeleiden;

De romp te gebruiken om een tegenstander te sperren in een strijd om positie.

Het is niet toegestaan:

De bal uit de handen van een tegenstander te trekken of te slaan;
De tegenstander te sperren met armen, handen of benen of hem weg te dringen door het gebruik van het lichaam. Hiertoe behoort ook het gevaarlijke gebruik van de elleboog bij het innemen van een uitgangspositie of tijdens een beweging;
Den tegenstander vast te houden (bij het lichaam of het shirt), zelfs als hij gewoon verder kan spelen;
Tegen de tegenstander aan te lopen of tegen hem aan te springen.

Het maken van een doelpunt

Een doelpunt is gemaakt wanneer de bal in volle omvang de doellijn is gepasseerd mits voor of tijdens de worp door de werper, een medespeler of teamofficial geen overtreding is gemaakt. De scheidsrechter bevestigt door middel van twee korte fluitsignalen en het gebaar zoals hiernaast afgebeeld, dat een doelpunt is gemaakt.

Het team dat meer doelpunten heeft gescoord dan de tegenstander is de winnaar. Hebben beide teams een gelijk aantal doelpunten of geen doelpunten gescoord, dan is de wedstrijd onbeslist.



De inworp



Een inworp moet worden toegekend, wanneer de bal de zijlijn volledig is gepasseerd of wanneer een veldspeler van het verdedigende team de bal het laatst heeft aangeraakt, voordat deze de achterlijn van zijn team passeert. Een inworp wordt ook toegekend als de bal het plafond of een voorwerp boven het speelveld raakt.

De inworp wordt zonder fluitsignaal van de scheidsrechters uitgevoerd door het team, waarvan de spelers de bal niet als laatste hebben aangeraakt voordat deze over de lijn ging of het plafond of voorwerp boven het speelveld raakte.

De inworp wordt uitgevoerd van de plaats waar de bal de zijlijn gepasseerd is. Indien de bal de achterlijn is gepasseerd dient de

inworp op de plaats waar de zijlijn en doellijn samenkomen aan die betreffende zijde te worden genomen. Nadat de bal het plafond of een voorwerp boven het speelveld heeft geraakt, wordt de inworp genomen op de dichtstbijzijnde plaats van de dichtstbijzijnde zijlijn in relatie met het punt waar de bal het plafond of het voorwerp boven het speelveld raakte.

De werper moet met een voet op de zijlijn staan en de juiste positie aanhouden, tot de bal zijn hand heeft verlaten. Er zijn geen beperkingen voor het plaatsen van de andere voet.

De spelers van het andere team mogen zich bij het nemen van de inworp niet dichterbij dan 3 meter van de werper bevinden. Zij mogen zich echter altijd direct aan de eigen doelgebiedlijn opstellen, ook wanneer de afstand tussen hen en de werper minder dan 3 meter bedraagt.

De uitworp



Een uitworp wordt toegekend indien een tegenstander het doelgebied betreedt, de doelvverdediger de bal onder controle heeft in het doelgebied of de bal stil ligt op de grond in het doelgebied; een tegenstander de bal aanraakt als deze door het doelgebied rolt of wanneer de bal over de achterlijn is gegaan, nadat deze het laatst is aangeraakt door de doelvverdediger of een speler van het aanvallende team. Dit betekent, dat in al deze gevallen de bal beschouwd wordt niet meer in het spel te zijn en dat de wedstrijd wordt hervat met een uitworp. Indien een overtreding plaatsvindt nadat de uitworp is toegekend en voordat deze is uitgevoerd, heeft dit tot gevolg dat het spel wordt hervat met een uitworp.

De uitworp wordt uitgevoerd door de doelvverdediger vanuit het doelgebied zonder een fluitsignaal van de scheidsrechter.

De vrije worp



Het maken van (technische) fouten, zoals lopen, 2x stuiten, 3-secondenregel, foute uitvoering van een worp, wordt bestraft met een vrije worp. De jeugdscheidsrechter geeft met het daarbij horende gebaar de overtreding aan. Het spel gaat verder met een wisseling van balbezit. Als een speler twee keer achter elkaar dezelfde overtreding maakt dient de coach deze speler te wisselen zodat rustig uitgelegd kan worden wat de gewenste actie is.

Tijdens de uitvoering van een vrije worp moeten de tegenstanders minstens 3 meter van de werper verwijderd zijn.

Bij de D-jeugd mag je contact maken met de balbezitter volgens de handbalregels: frontaal met gebogen armen zonder vast te pakken. Bij het niet naleven van deze spelregel zoals genoemd in regel 8, volgt een vrije worp voor de tegenstander.

Tijdelijke uitsluiting

Net als in het volwassen handbal kunnen overtredingen worden bestraft met een tijdelijke uitsluiting. Dit is een persoonlijke straf, het moment moet ingezet worden door de coach om de speler de gewenste handeling uit te leggen. Er mag direct een andere speler het veld in, zodat er er géén overtal situatie ontstaat.

Spelplezier

Leren handballen op een laagdrempelige en veilige manier zorgt ervoor dat kinderen zich op een speelse wijze kunnen ontwikkelen. De scheidsrechter en coaches dienen dit altijd als leidraad te gebruiken om ervoor te zorgen dat spelplezier de boventoon voert