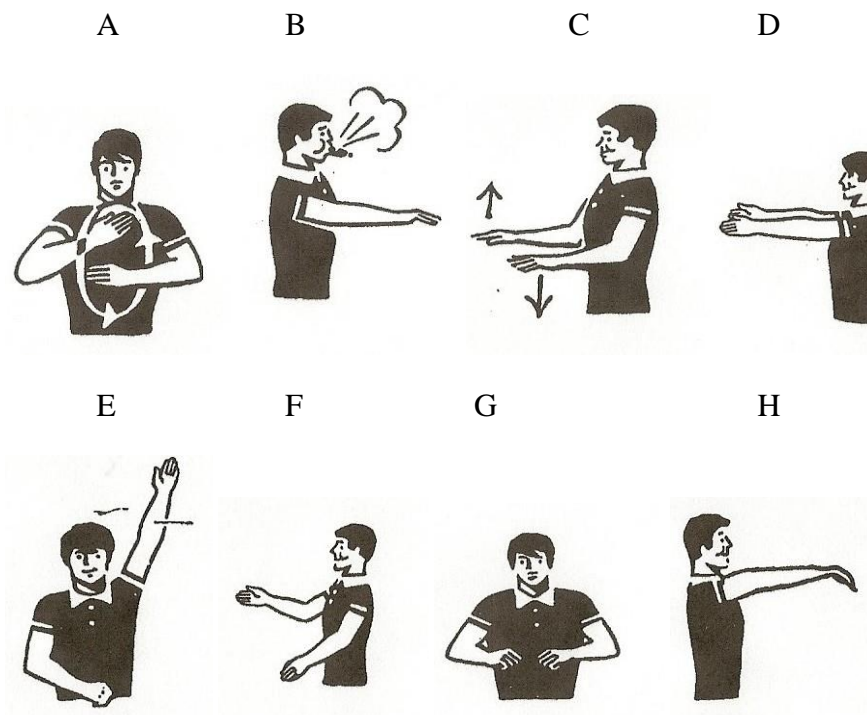


Handballtheorie

Fragen

1. Benennen Sie die Linien des Handballspielfeldes!
2. Wie darf der Ball im Handball gespielt werden?
3. Wie lange dauert ein Handballspiel, welche Dauer hat die Halbzeitpause?
4. Welche besonderen Regeln betreffen den Torwart im Handballspiel?
5. Wie groß ist eine Handballmannschaft?
6. Nennen Sie drei Aktionen, die zu einem Freiwurf führen können.
7. Welche Strafen gibt es beim Handball?
8. Welche Bedeutung hat der Torraum im Handballspiel?
9. Benenne die folgenden Schiedsrichterhandzeichen! Erläutere kurz, wann das Handzeichen benutzt wird und wie das Spiel weiter verläuft.



10. Was geschieht, wenn ein Abwehrspieler den Torraum betritt?
11. Wer darf einen durch den Torraum rollenden Ball aufnehmen?
12. Wie viele Sekunden darf ein Spieler den Ball in einer oder beiden Händen halten?
13. Wie viele Schritte darf ein Spieler mit dem Ball in einer oder beiden Händen ausführen?
14. Mit welchen Körperteilen darf der Ball gespielt werden?

Antworten

zu 1. Grundlinie/Torauslinie, Torraumlinie, Freiwurflinie, Mittellinie, Seitenlinie, Sieben-Meter-Linie

zu 2. Der Handball darf 3 Sekunden gehalten werden. Mit dem Ball darf der Spieler 3 Schritte gehen. Der Bodenkontakt beim Fangen zählt dabei nicht als Schritt (Nullkontakt). Der Ball darf beim Laufen mit der flachen Hand auf den Boden geprellt werden.

Mit dem Fuß oder dem Unterschenkel darf der Ball **nicht** gespielt werden.

zu 3. Ein Handballspiel dauert 2 x 30 min. Die Halbzeitpause ist 10 min lang.

zu 4. Der Torwart darf zur ballabwehr seinen ganzen Körper einsetzen. Er darf sich frei im Torraum bewegen (das heißt er muss den Ball im Torraum nicht dribbeln, um sich mit ihm zu bewegen). Er ist der einzige Spieler, welcher sich im Torraum befinden darf.

zu 5. Eine Handballmannschaft kann aus 12 Spielern bestehen, davon muss mindestens einer ein Torwart sein. Während des Spiels dürfen sich je Mannschaft 6 Feldspieler und ein Torwart auf der Spielfläche befinden. Die Mannschaftsmitglieder dürfen durchgehend aus- und eingewechselt werden.

zu 6. Bei Fehlern des Torwartes, bei Fehlern der Feldspieler im Torraum, bei passivem Spiel, bei unsportlichem Verhalten, u.a. ...

zu 7. Die erste Ermahnung im Handball ist die **Gelbe Karte**. Die nächst höhere Strafe ist die **2-Minuten-Strafe** (d.h. für ein besonderes Vergehen muss der betreffende Spieler für 2 min Spielzeit das Spielfeld verlassen, die Mannschaft spielt in Unterzahl). Die dritte 2-Minuten-Strafe führt gleichzeitig zu einer **Roten Karte**. Besonders harte Fouls werden gleich mit der roten Karte bestraft. Die Mannschaft muss dann 2 min in Unterzahl spielen und darf erst dann einen anderen Spieler einwechseln. Die rote Karte bedeutet Disqualifikation. D.h. der betreffende Spieler darf nicht mehr am Spiel teilnehmen.

zu 8. Der Torraum darf nur vom Torwart betreten werden. Das Betreten des Torraumes durch einen Spieler der anderen Mannschaft führt zum Freiwurf durch den Torwart. Er erfolgt von der Torraumlinie. Ein Fuß des Torwartes steht auf der Torraumlinie. Das Betreten des Torraumes durch einen Spieler der eigenen Mannschaft zum Abwehren eines Torwurfes wird mit einem Strafwurf geahndet (7-Meter-Wurf).

zu 9.

A „Schrittfehler“ - wenn ein Spieler den Ball länger als 3 Sekunden im Stand hält, oder er macht mehr als die gestatteten 3 Schritte mit dem Ball, danach gibt es Freiwurf

B „Betreten des Torraumes“ – wenn der Spieler der gegnerischen Mannschaft den Torraum betritt, um ein Tor zu werfen – Freiwurf durch den Torwart von der Torraumlinie

C „Fang, Prell, Dribbelfehler“ – nach dem Dribbling wird der Ball gehalten (mit einer oder beiden Händen) und erneut gedribbelt – Freiwurf durch die gegnerische Mannschaft

D „Einwurf-Richtung“ – der Ball hat mit vollem Umfang die Seitenlinie überschritten – Einwurf durch die andere Mannschaft, der Einwerfende steht mit einem Fuß auf der Seitenlinie

E „Torerfolg“ – Der Ball hat mit vollem Umfang die Torlinie überschritten – Anwurf vom Mittelpunkt durch die andere Mannschaft

F „Freiwurf“ – erfolgt nach einem Fehler der gegnerischen Mannschaft, oder einem Foulspiel

G „Umklammern, Festhalten, Stoßen“ – genannte Aktionen, die angewendet werden um das gegnerische Spiel zu behindern – Freiwurf (ist das Foul vor der Freiwurflinie erfolgt, wird der Freiwurf an der Freiwurflinie ausgeführt

H „Abwurf“ – hat der Ball der gegnerischen Mannschaft die Torauslinie überschritten, auch wenn er noch vom Torwart berührt wurde – der Torwart bringt den Ball aus dem Torraum ins Spiel

zu 10.

Freiwurf, wenn der Abwehrspieler dadurch einen Vorteil erlangt, jedoch nicht eine klare Torchance verhindert.

7-Meter-Wurf, wenn der Abwehrspieler eine klare Torchance verhindert.

zu 11.

Den durch den Torraum rollenden Ball darf nur der Torwart aufnehmen.

Nimmt ihn ein Abwehrspieler auf ist auf Freiwurf zu entscheiden.

Nimmt den rollenden Ball ein Angriffsspieler der gegnerischen Mannschaft auf, ist auf Abwurf zu entscheiden.

zu 12.

Der Spieler darf den Ball maximal drei Sekunden halten.

zu 13.

Mit dem Ball in der Hand darf der Spieler 3 Schritte ausführen. Der Bodenkontakt beim Fangen, oder aufnehmen des Balles zählt nicht zu den drei Schritten.

zu 14.

Der Ball darf mit allen Körperteilen vom Kopf bis zu den Oberschenkeln und Knien gespielt werden. Nicht gespielt werden darf der Ball mit dem Fuß oder dem Unterschenkel.

zu 15.

Der Anwurf wird zu Beginn der beiden Halbzeiten und nach einem Torgewinn ausgeführt.

Der Anwerfende muss dabei einen Fuß auf der Mittellinie haben und darf mit dem anderen Fuß die Mittellinie nicht überschreiten. Der Wurf darf in alle Richtungen ausgeführt und muss mindestens

1,5 m weit geworfen werden. Die Spieler der anderen Mannschaft müssen mindestens 3m entfernt stehen. Die Spieler der eigenen Mannschaft müssen sich alle in der eigenen Spielfeldhälfte befinden.

zu 16.

Der Freiwurf wird normalerweise ohne Anpfiff und an der Stelle ausgeführt an der das Spiel unterbrochen oder die Regelwidrigkeit begangen wurde. Der Freiwurf wird nicht im Torraum oder zwischen der Torraumlinie und Freiwurflinie ausgeführt.

Fragen

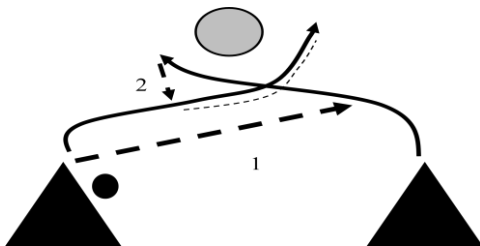
15. Wann und wie wird der Anwurf ausgeführt?
16. Wie wird ein Freiwurf ausgeführt?
17. Was versteht man unter einem Doppelpass. Welchen Sinn hat diese Angriffsvariante?
18. Was versteht man unter dem „Kreuzen“?
19. Wie nennt man die Positionen im Angriff des Handballspiels?
20. Welche Möglichkeiten ergeben sich aus der Angriffsordnung 4:2?
21. Was zeichnet das 6:0 Abwehrsystem aus? Wie verhalten sich die Abwehrspieler?
22. Was zeichnet das Abwehrspiel 5:1 aus?
23. Beschreiben Sie die Ausführung (a) des Schlagwurfes, (b) des Sprungwurfes!

Antworten

zu 17.

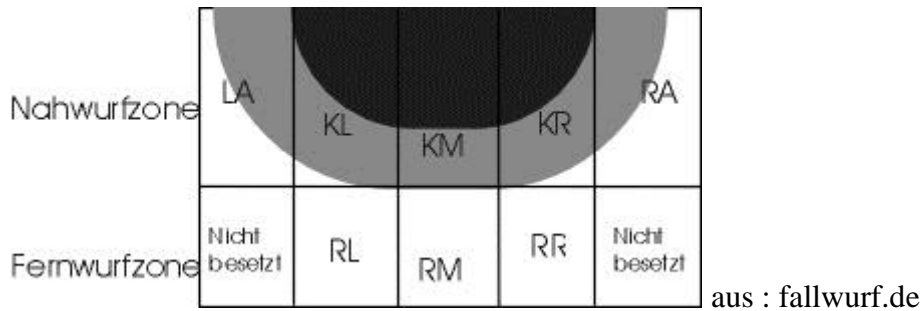
Ein Doppelpass ist eine direkte Passfolge mit Hin- und Rückpass zwischen zwei Spielern. Während der Ballführende den Verteidiger auf sich zieht, kann sein Partner den Verteidiger überlaufen und er wird danach, wenn es sich hinter dem Verteidiger freigelaufen hat, wieder von seinem Partner angespielt.

zu 18.



Um einen Verteidiger zu überlaufen oder sich einen freien Raum zu erspielen, kann das Kreuzen durchgeführt werden. Dabei kreuzen sich die Laufwege der beiden Angreifer der den Kreis zuerst anlaufende Spieler geht dabei mit dem Ball am Verteidiger vorbei und nimmt ihn mit, dadurch entsteht hinter ihm ein freier Raum, in welchen sein Partner eindringt. Er kreuzt hinter ihm und erhält dabei den Ball. In dem entstandenen freien Raum kann jetzt auf das Tor geworfen werden.

zu 19.



LA – Linksaußen

KL - Kreisspieler links (Kreisläufer links)

KM – Kreisspieler Mitte

KR – Kreisspieler rechts

RA – Rechtsaußen

RL – Rückraumspieler links

RM – Rückraumspieler Mitte

RR – Rückraumspieler rechts

Sechs dieser Positionen können durch die Angreifer besetzt werden. Dadurch entstehen verschiedene Angriffssysteme. Z.B. 5:1 Angriffssystem LA, KM, RA, RL, RM, RL.

zu 20. Bei der 4:2 Angriffsordnung wird mit 4 wurfstarken Rückraumspielern agiert. Diese agieren mit vielen Laufwegen und Positionswechseln, da sie viel Bewegungsraum haben. Bei diesem Wechselspiel suchen sie immer wieder Anspielmöglichkeiten zu beiden Kreisspielern (Kreisläufern).

zu 21.

Die 6:0 Abwehr kann als Sektorenabwehr angesehen werden. Von jedem Spieler wird ein bestimmter Raum/Sektor vor der eigenen Torraumlinie verteidigt. Wenn Angreifer auf die Lücken in dieser Formation zu laufen müssen die beiden angrenzenden Spieler der Verteidiger ihre Position um eine halbe Position verrutschen, dadurch die Lücke schließen. Es findet bei dieser Abwehrtaktik kein Positionswechsel statt. Querlaufende Verteidiger werden an den nächsten Verteidiger übergeben. Druck wird auf den Angriff dadurch ausgeübt, dass die vor dem Ballführenden stehenden Verteidiger aus der Formation austreten und auf den Ballbesitzenden zulaufen. Nach Abspiele des Angreifers treten die betreffenden Verteidiger in die Formation zurück (Ziehharmonika-Prinzip). Beim früheren Heraustreten kann auch der Ballweg am Kreisentlang schon gestört werden.

zu 22.

Beim 5:1 Abwehrspiel bleiben 5 Verteidiger an der Torraumlinie, genau wie in der 6:0 Formation. Ein Verteidiger tritt aus der Formation aus und agiert vorn in der Mitte (VM - Vorn Mitte). Die Spieler an der Torraumlinie agieren hierbei etwas defensiver, der Spieler VM dagegen sehr offensiv. Wobei er schon vor der Freiwurflinie versucht das Passspiel der Angreifer zu stören.

zu 23.

Für den Schlagwurf (als Kernwurf) ist die Beininstellung charakteristisch. Der letzte Schritt wird als Stemmenschritt ausgeführt (bei Rechtshändern links vorn). Der Arm wird mit einer Ausholbewegung von weit hinter dem Körper schlagartig am Kopf vorbei nach vorn geführt. Der Wurf wird mit einem starken Rumpfeinsatz ausgeführt. Beim Sprungwurf wird anstatt des Stemmens ein Sprung nach vorn oder oben (über die Abwehr) vollzogen.