HANDBALL - EIN SPORT FÜR FLINKE HÄNDE UND FÜSSE

Handball ist ein Mannschaftssport, in dem zwei Mannschaften mit je 6 Feldspielern und einem Torhüter gegeneinander spielen. Ziel ist es, mehr Tore als der Gegner zu erzielen. Zeit, um Tore zu werfen haben die beiden Mannschaften zwei Mal 30 Minuten. Handball ist nicht nur bei den Jungs beliebt, auch Mädchen mögen diese aktive Sportart.

DIE REGELN

Auf einer Spielfläche von 40 Metern Länge und 20 Metern Breite spielen die beiden Mannschaften gegeneinander. Gespielt wird der Ball mit den Händen. Um sich auf dem Spielfeld fortzubewegen, darf der Spieler, der den Ball in den Händen hält, maximal drei Schritte gehen, bevor der den Ball einem Teammitglied zuwerfen muss oder aufs Goal schiessen kann. Auch prellen und laufen ist erlaubt. Auf dem Spielfeld gibt es an jedem Ende einen Halbkreis. Dieser Halbkreis darf nur vom Torhüter betreten werden. Der Torhüter ist auch der einzige, der den Ball mit den Füssen berühren darf. Das Tor hat eine Grösse von drei Metern Breite und zwei Metern Höhe.

WIE WIRD GESPIELT

Es ist immer eine Mannschaft im Angriff und eine in der Verteidigung. Die Mannschaft, die im Angriff ist, versucht, mittels Sprünge, Täuschungen oder Spielzügen an der gegnerischen Verteidigung vorbeizukommen und aufs Goal zu schiessen. Die Angreifer müssen flinke Beine und Füsse haben! Die Verteidigung setzt aber alles daran, dass die Angreifer nicht auf das Tor schiessen können. Dies machen sie, indem Sie die Hände in die Höhe halten, damit man nicht einfach über sie hinweg schiessen kann. Auch Festhalten des Spielers ist erlaubt, aber nur von vorne. Von der Seite oder gar von hinten zu halten oder zu schubsen, ist streng verboten und wird mit einer sogenannten 2-Minuten-Strafe bestraft. Dann muss der Spieler, der unfair gespielt hat, das Feld für zwei Minuten verlassen. Oft gibt es dann auch noch einen Penalty, der von sieben Metern Distanz zum Goal geschossen wird.

Handball ist ein sehr schnelles und manchmal hartes Spiel. Es macht aber Spass, vor allem, wenn man zusammen mit seinen Teamkollegen einen Match gewinnt oder etwas Tolles erlebt! Handballmannschaften und erfolgreiche Teams gibt es in der ganzen Schweiz. Im Januar 2019 war die Handballweltmeisterschaft der Männer in Deutschland und Dänemark. Weltmeister wurde Gastgeber Dänemark. Bei den Frauen ist übrigens Norwegen mit Abstand die stärkste Mannschaft und auch Europameister 2016. Der aktuelle Weltmeister im Frauenhandball ist Frankreich.

Von hinten hineinzugreifen ist strengstens verboten. Dieses Vergehen wird mit einer roten Karte bestraft. Wird der Spieler von einer klaren Torchance abgehalten, wird vom Schiedsrichter sogar noch ein Penalty gegeben.

Bei dieser Täuschung, einem «Schlänzer», wirft der Gegner den Ball in Hüfthöhe des Gegenspielers ins gegnerische Tor.

Geschossen wird in hohem Bogen über den Kopf.

Vorne in blau die Mannschaften, die versuchen, ein Tor zu schiessen, indem sie durch Täuschungen, Durchbrüche oder Spielzüge versuchen, die gegnerische Abwehr, in Weiss, zu durchbrechen.