

ULTIMATE BEACH HANDBALL

Spelregels en richtlijnen | D-jeugd



1. Voorwoord

Deze spelregels zijn met ingang van 1 juli 2025 van kracht. Daarnaast zijn voor enkele spelregels ook "Richtlijnen" beschreven. Deze richtlijnen zijn specifiek voor deze leeftijdscategorie. Indien noodzakelijk zullen deze richtlijnen worden uitgebreid en of bijgesteld. Ten behoeve van de leesbaarheid wordt in dit document slechts gebruik gemaakt van de mannelijke schrijfvorm als gesproken wordt over spelers, officials, scheidsrechters en andere personen. De spelregels gelden echter voor mannelijke en vrouwelijke deelnemers. Als in deze spelregels wordt gesproken van een wedstrijdformulier wordt hiermee ook het digitale wedstrijdformulier bedoeld.

Dit document is een aangepaste versie van de officiële spelregels zoals gebruikt door het Nederlands Handbal Verbond. Het is een vereenvoudigde versie waarin we richtlijnen vastleggen voor Ultimate Beach Handball. De regels zijn aangepast aan de belevingswereld en vaardigheden van de spelers in deze leeftijdscategorie.

Door het volwassen handbalspel aan te passen kunnen kinderen op een plezierige en laagdrempelige manier kennis maken met de handbalsport. Ultimate Beach Handball gebeurt in een veilige omgeving waarbij er sprake is van het opdoen van een veelzijdige bewegingservaring. Dit gebeurt door middel van een aangepaste speelwijze en materiaal dat aansluit bij de ontwikkelingsleeftijd van het kind.

De filosofie van Beach Handball is gebaseerd op de beginselen van "fair play". Elke beslissing moet worden genomen in overeenstemming met deze principes.

"Fair play" betekent:

- Respecteren van de gezondheid, de integriteit en het lichaam van de spelers
- Respecteren van de geest en filosofie van het spel
- Respecteren van de flow van het spel, maar nooit het tolereren van een voordeel ontstaan door schending van de regels
- Het promoten van echte sportiviteit en het nastreven van de culturele en atletische missie van het evenement

Volgens de filosofie van Beach Handball (aantrekkelijk spel – gemotiveerd en op volle kracht), worden alle straffen gegeven aan de overtredende spelers (als individuen) en niet aan het team.

Ben je benieuwd naar de officiële spelregels? Deze zijn terug te vinden op www.handbal.nl

Regel 3: De bal

3.1 De bal

Er wordt gespeeld met een stroeve rubberen bal, maat 0. Bij elke wedstrijd dienen minstens 4 ballen aanwezig te zijn, die voldoen aan de regels.

Regel 4: Het team, wisselen, de uitrusting

4.1 Het team

Een team bestaat uit maximaal 10 spelers. Op het speelloppervlak mogen zich gelijktijdig hoogstens vier spelers van elk team bevinden (drie veldspelers en één doelverdediger/specialist)

4.2 De uitrusting

Alle spelers van een team dragen gelijke speelkleding. De keeper/specialist draagt een hesje (één per team op het speelveld).

4.3 Het wisselen van spelers

Als een team scoort of het balbezit verliest, dan dienen alle vier de spelers* te wisselen (inclusief de specialist). Spelers starten dus steeds in dekking, gaan in aanval en dan het veld uit. Aanvallers verlaten het veld via de zijlijn naar de eigen wisselzone.

**bestaat een team uit minder spelers bijvoorbeeld 7, dan wisselen 3 spelers*

De doelverdediger/specialist mag alleen wisselen met de andere doelverdediger/specialist in het team. Het is de doelverdediger uitsluitend toegestaan het speelveld te betreden via de zijlijn van zijn eigen doelgebied en wel aan dezelfde zijde waar zijn eigen team wisselt.

Regel 5: 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.

5:1 Doelverdediger is veldspeler/specialist

De keeper gaat ook altijd als veldspeler/specialist meespelen. Na aanval verlaat keeper/specialist het veld en start een nieuwe keeper in het eigen doelgebied.

Keeper/specialist draagt een afwijkend tenue

Regel 6: Het doelgebied

6:1 Het doelgebied

Het doelgebied mag alleen door de keeper worden betreden. Het doelgebied, inclusief de doelgebied lijn, is betreden zodra het door een veldspeler met een deel van het lichaam wordt aangeraakt.

Regel 7: Het spelen van de bal

7:1 Toegestaan

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 duiken naar een op de grond liggende bal is toegestaan.

Regel 8: Handelen in strijd met de regels

8.1 Het is toegestaan

Armen en handen te gebruiken om de bal te blokkeren of in het bezit van de bal te komen vanuit elke richting de bal met een geopende hand uit de handen van de tegenstander te spelen

8.2 Het is niet toegestaan

- a) de tegenstander de bal uit de handen te trekken of te slaan;
- b) de tegenstander met armen, handen of benen te sperren of hem weg te duwen;
- c) de tegenstander te omklemmen, vast te houden, te duwen, tegen hem aan te lopen of te springen;
- d) de tegenstander met of zonder bal in strijd met de regels te storen, te hinderen of in gevaar te brengen

Regel 9: Het maken van een doelpunt

9.1 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.

9.2 2 punten

Spectaculaire doelpunten worden beloont met 2 punten:

- Pirouette (360 niet vereist, afzet met 2 benen wel)
- Vlieger (vangen van de bal is niet noodzakelijk)
- 6-meter worp
- Doelpunt van doelverdediger/specialist

9.2 Scorebord

Tijdens de wedstrijd zijn de gemaakte doelpunten zichtbaar op een scorebord.

9.3 Golden Goal

Indien beide teams in een speelhelft evenveel punten hebben behaald, wordt de speelhelft beslist door middel van een 'Golden Goal'.

Regel 10: De scheidsrechtersworp

Bij het begin van de speelhelft wordt de scheidsrechtersworp uitgevoerd op het midden van het veld. Eén scheidsrechter gooit de bal loodrecht omhoog na het fluitsignaal van de andere scheidsrechter. De bal mag pas worden gespeeld, nadat deze het hoogste punt heeft bereikt. Bij de uitvoering van de scheidsrechtersworp moeten alle spelers met uitzondering van één speler van ieder team minstens 3 meter verwijderd zijn van de scheidsrechter die de worp uitvoert. De beide om de bal strijdende spelers moeten naast de scheidsrechter gaan staan, ieder aan de kant van het eigen doel.

Regel 11: De inworp

11.1 Toekenning 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.

Regel 12: De uitworp

12.1 Toekenning uitworp

Een uitworp moet worden toegekend,

- Als een speler van de tegenpartij het doelgebied heeft betreden
- Als de tegenpartij een doelpunt heeft gemaakt
- Als de bal over de achterlijn gaat

12.1 Uitvoering uitworp

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

De uitworp dient altijd te worden uitgevoerd door de doelverdediger die het veld verlaat. Hij mag alleen zijn doelgebied verlaten nadat hij de uitworp heeft genomen.

Regel 13: De vrije worp

In principe onderbreken de scheidsrechters de wedstrijd en laten hem middels een vrije worp voor het andere team weer hervatten, wanneer:

- het balbezittende team handelt in strijd met de regels, zodat dit tot verlies van balbezit moet leiden
- het verdedigende team handelt in strijd met de regels, zodat dit leidt tot verlies van de bal door het balbezittende team

Bij het nemen van de vrije worp dienen de tegenstanders een afstand van 1 meter in acht te nemen van de werpen.

Regel 14: De 6-meter worp

Een 6-meterworp wordt toegekend bij:

- het verhinderen van een vrije doelkans op het gehele speeloppervlak door een speler; of een teamofficial van de tegenpartij;
- een onterecht fluitsignaal bij een vrije doelkans;
- het verhinderen van een vrije doelkans door het ingrijpen van een niet aan de wedstrijd deelnemend persoon

De 6-meter worp wordt uitgevoerd achter de 6 meter lijn binnen 3 seconden na het fluitsignaal van de scheidsrechter. De werper mag de lijn niet aanraken of overschrijden voordat de bal de hand verlaten heeft. De doelverdediger en tegenstanders bevinden zich op minimaal 1 meter afstand van de werper.

Regel 15: Algemene aanwijzingen voor de uitvoering van worpen

Het betreft hier de inworp, uitworp, vrije worp, 5-meterworp: zie regels 10 t/m 14.

Regel 16: De straffen

16:1 Waarschuwing

Een waarschuwing is de juiste straf bij:

- a) Overtredingen, die progressief bestraft moeten worden;
- b) Onsportief gedrag, dat progressief bestraft moet worden;

16:2 Tijdelijke uitsluiting

Wordt er een overtreding begaan die in het volwassen handbal wordt bestraft met een tijdelijke uitsluiting? Dan legt de scheidsrechter het spel stil en legt de speler uit wat het gewenste gedrag is. Het spel wordt vervolgd met balbezit voor de andere partij. De scheidsrechter waarschuwt dat hij een volgende keer in gelijke situatie een uitsluiting moet geven. Als de wedstrijd wordt begeleid door een jeugd Beach Handball scheidsrechter wordt van de coaches verwacht dat zij de speler uit het veld halen om vervolgens de gewenste handeling uit te leggen. Eventueel is een tweede waarschuwing mogelijk, zeker wanneer het een andere speler betreft, wederom met uitleg. Een volgende keer geeft de scheidsrechter de uitsluiting, nogmaals met duidelijke uitleg betreft waargenomen gedrag.

Regel 17: Spelplezier

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

Regel 18: Shoot-out

De shoot-out is een vast onderdeel van de wedstrijd. Beide doelverdedigers staan in hun eigen doelgebied en mogen deze niet verlaten. De veldspeler start met één voet op het kruispunt van de eigen doelgebiedlijn en linker of rechter zijlijn. Na fluitsignaal van de scheidsrechter speelt de veldspeler de bal naar de doelverdediger. Na ontvangst moet de doelverdediger de bal binnen 3 seconden of naar medespeler spelen of op het doel werpen. Alle spelers* moeten een poging ondernemen.

**Wanneer de teams niet even groot zijn neemt/nemen één of meerdere spelers een extra shoot out totdat van beide teams iedereen aan de beurt is geweest.*

הח