

Mini Beach Handball

Spelregels en richtlijnen | E- en F-jeugd



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.

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 Mini 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. Mini 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 1: Het speeloppervlak

1.1 Het speeloppervlak

Het speeloppervlak (figuur 1) is een rechthoek van 25 meter lang en 12 meter breed en bestaat uit een speelveld en twee doelgebieden. De grootte van het veld wordt gemeten vanaf de buitenste rand van de grenslijnen.

Het originele veld wordt 1 meter ingekort, zie 'het doelgebied'.

1.2 Het doel

Het doel is 160-170 cm hoog x 200-240cm breed. Een Quickplay mini-handbal doel heeft de voorkeur. Je kunt ook bestaand doel verkleinen met doelverkleiners. Elk doel moet voorzien zijn van een net. Dit moet zodanig zijn bevestigd, dat een in het doel geworpen bal normaliter in het doel blijft liggen. Plaats het doel zodat het 5m van de doelgebiedlijn staat.

1.3 Het doelgebied

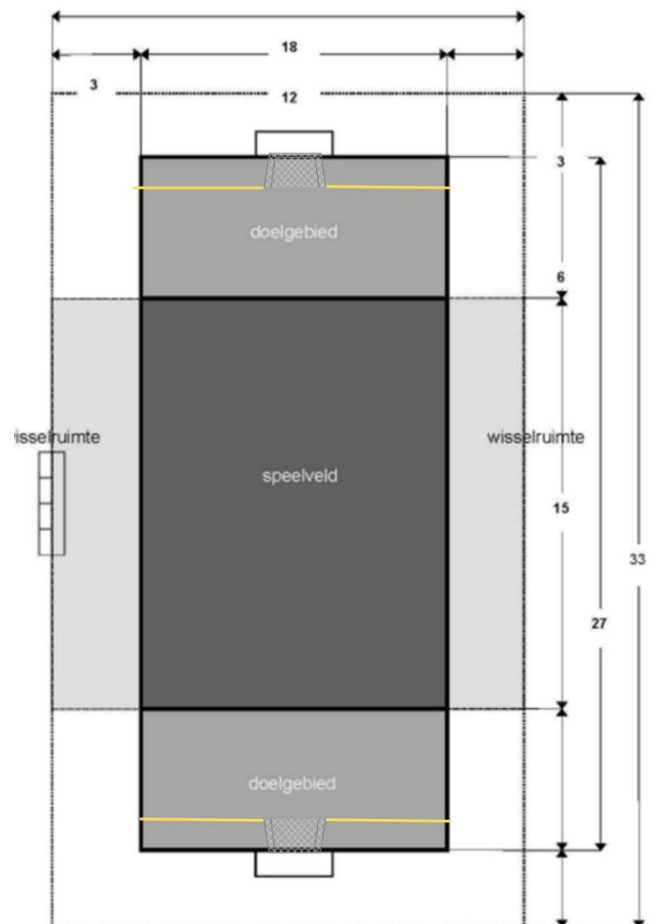
Voor elk doel bevindt zich het doelgebied. Het doelgebied bestaat uit een rechthoek van 5x12 meter. Creëer dit doelgebied door het doel naar voren te plaatsen of een klein doel in het veld te plaatsen voor het normale doel. Verplaats de achterlijn naar voren of trek vanaf het doel een streep in het zand of bevestig een lint tussen doel en zijlijn. (de gele lijn in de afbeelding)

1.4 Wisselruimte

De wisselruimte bevindt zich aan beide zijde naast het speelveld en is ongeveer 3m breed. Elk team heeft één zijde als wisselruimte, wisselers nemen zittend of geknield plaats in de wisselruimte.

Als een team de bal verliest (dat kan zijn door schot op doel, score, balverlies) wisselen alle spelers* uit en komen er nieuwe spelers in het veld.

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



Regel 2: De speeltijd

2.1 Het begin van de wedstrijd

De speelhelften beginnen met een scheidsrechtersworp.

2.2 De speeltijd

Beide sets duren 5 minuten. Daarna volgt de shoot-out voor alle spelers.

Regel 3: De bal

3.1 De bal

Er wordt gespeeld met een zachte bal, maat 0, bij voorkeur een GOALCHA bal.

Regel 4: Het team, wisselen, de uitrusting

4.1 Het team

Je speelt met 4 spelers

4.2 De uitrusting

Alle spelers van een team dragen gelijke speelkleding.

4.3 Het wisselen van spelers

Wanneer een team op doel heeft gegooid of de bal verliest dienen alle vier de spelers te wisselen. Het is de doelverdediger en de veldspelers toegestaan via de kortste weg het veld te verlaten aan de zijde van hun wisselzone. Dit betekent dat spelers langs de zijlijn van het speelveld en alsook de zijlijn van beide doelgebieden mogen wisselen, uitsluitend aan de kant van het speelveld waar de wisselruimte van dat team ligt.

De doelverdediger moet het speelveld betreden over de zijlijn binnen het eigen doelgebied aan dezelfde zijde als de eigen wisselruimte.

Spelers starten dus in de dekking, gaan daarna samen aanvallen en wisselen na de aanval uit.

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

De keeper gaat ook altijd als veldspeler meespelen, waardoor een overtal kan ontstaan (3 tegen 4). *Keeper/Specialist draagt geen afwijkend tenue*

Regel 6: Het doelgebied

6:1 Het doelgebied

Het doelgebied mag door alle veldspelers worden betreden, maar doelgebied mag slechts door één speler gelijktijdig bezet worden. Het doelgebied, inclusief de doelgebied lijn, is betreden zodra het door een veldspeler met een deel van het lichaam wordt aangeraakt. De eerste veldspeler die het doelgebied betreedt is de doelverdediger tijdens die aanval.

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.

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

Een 'gewoon' doelpunt wordt beloont met 1 punt.
Spectaculaire doelpunten worden beloont met 2 punten:

- Pirouette (elke succesvolle poging)
- Vlieger (vangen van de bal is niet noodzakelijk)
- Kikkersprong doelpunten

- Achter-de-rug doelpunten
- 5-meter worp
- Doelgebied naar doelgebied doelpunten

9.3 Scorebord

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

Regel 10: De scheidsrechtersworp

Bij het begin van de speelhelpt 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 scheidsrechters worp 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

12.2 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

Het maken van (technische) fouten door het aanvallende team, zoals lopen, 3-secondenregel, foute uitvoering van een worp, wordt bestraft met een vrije worp. De jeugdscheidsrechter geeft (indien nodig) kort uitleg aan de speler die de fout maakte. Het spel gaat verder met een wisseling van balbezit.

Overtredingen van verdedigende partij die leiden tot balverlies kunnen leiden tot een vrije worp. Tijdens de uitvoering van een vrije worp moeten de tegenstanders minstens 1 meter van de werper verwijderd zijn.

Regel 14: De 5-meter worp

Een 5-meterworp wordt toegekend zoals deze ook in het volwassen Beach Handball wordt toegekend als 6-meter worp, zie spelregels.

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

In deze leeftijdscategorie wordt de tijdelijke uitsluiting nog niet gehanteerd. 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. 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.

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

Na elke wedstrijd volgt een shoot-out. Alle spelers ondernemen één poging als speler en als keeper*. De keeper die de bal aanspeelt mag beginnen op de doelgebied lijn. De bal mag één keer het zand raken (voor of na het vangen van de bal).

**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