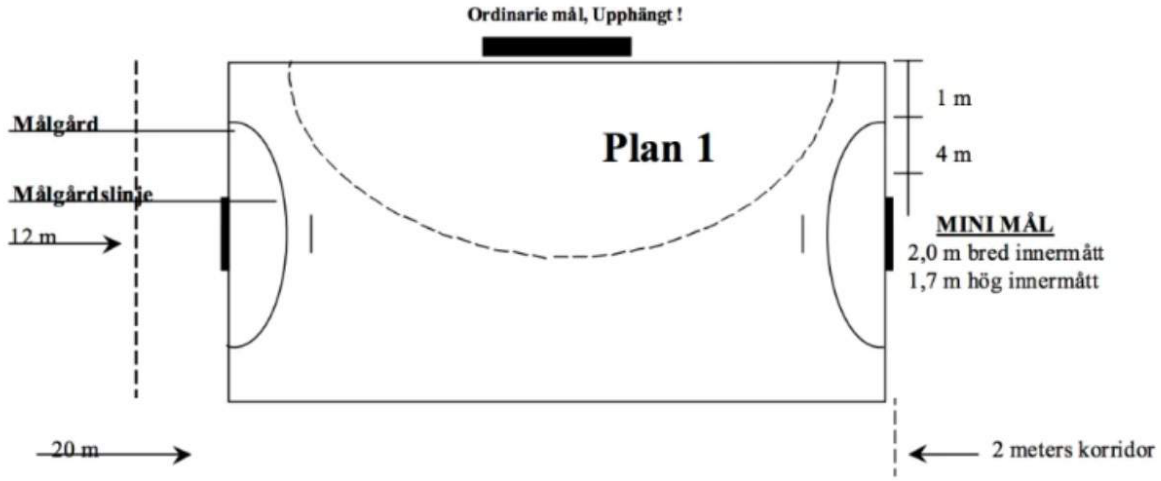
Minihandboll

Grunderna för vad minihandboll är, hur det spelas och vilka regler som gäller för just minihandboll.



Grunderna för Minihandboll är följande:

- Man spelar med 4+1 spelare. Vem som helst får agera målvakt. Men bara en spelare får vara i målgården åt gången.
- Storleken på planen är 20x12m.
- Längden på matcherna: 2x10 minuter är det vanligaste. Men kolla vad som gäller i just ert distrikt om det har andra regler.
- Boll: Minihandboll spelas med en så kallad softboll, denna skall vara gjord i skumgummi och kan ha ett överdrag på sig. Minihandboll ska inte spelas med Beachbollar!

Specialregler för Minihandboll:

1. **Tresekunders regeln** används inte. Utan låt spelarna försöka passa bollen

2. **Dubbelstuds -** gå tillbaka till startplatsen och behåll bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.

3. För många **steg** - gå tillbaka till startplatsen och behåll bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.

4. **Farligt spel** - personlig utvisning i två anfall. Laget får sätta in en annan spelare och blir inte drabbat. Matchledare (domaren) förklarar för spelaren vad hen gjorde för fel innan den går av planen.

5. **Avkast** eller **hörnkast** (det vill säga inkast ifrån hörnet) ersätts istället med Målvaktskast.

6. Vid **Målvaktskast** skall icke bollförande lag springa hem till egen målgårdslinje. Laget får ej gå upp i offensivt försvar, förrän då det bollförande laget har genomfört två passningarna (utkastet inräknat), eller då bollen kommit över på offensiv planhalva.

7. Inga **omfamningar** (det vill säga låsningar) eller knuffar tillåts. I försvaret vill vi att spelarna ska träna på fotarbete och att placera sig rätt samt att erövra bollen. Spelarnas perceptionsförmåga är för dåligt utvecklad i denna ålder för att spela anfallsspel där man tillåter fullkontakt som man gör vid spel på stor plan.

Viktiga saker för domare att tänka på när du dömer miniplans handboll:

1. Domarna är där för att lära spelarna reglerna.
   Förklara varför du dömer och hur spelarna kan göra rätt nästa gång.

2. Så länge ett regelfel inte leder till ett mål, så kan man vara mer förlåtande.

3. Man ska redan här börja lära spelarna att spela juste och med det våga bestraffa när någon spelar fult.

4. Man ska tänka på att antalet spelare och bytena i minihandboll ser lite annorlunda ut, ofta gör man så kallade hockeybyten vilket är helt okej.

5. Bra om domaren prata med spelarna under matchen och leder dem hela tiden. Till exempel om någon står med bollen lite länge, så kan man säga till; ”nu är det dags att passa”.

6. Olika spelare kommer kunna olika mycket. Domarens uppgift är att döma efter spelarens nivå, inte lagets.



Viktiga saker för ledare att tänka på kring reglerna för miniplans handboll:

1. Ofta är domarna 14-15 år och man måste förstå att ledaren ofta är den ”vuxna” i rummet. Med det sagt, vill man uppmana ledaren att prata med domarna på rätt sätt kring spelsituationer.

2. Hjälp domaren och ge hen förutsättningar till att vara en bra matchledare.

3. I reglerna för minihandboll är det utrymme för spelarna att utvecklas individuellt och detta är svårt för domaren med sin unga ålder att tillämpa.

4. Finns det en domaransvarig i föreningen så prata gärna med hen kring domarskapet.