

Aktivitetsserie

(11-åringer)

Intensjonen med barnehåndball

- Det skal være inspirerende, motiverende og artig å spille håndballkamp.
- Rett fokus mot prestasjoner, innsatsvilje, fremgang og forsøk - ikke på resultat.
- Jevne kamper er artigst for begge lag, og ingen bør vinne med mer enn ti mål.
- Lagleder for det beste laget har ansvar for at kampen blir jevn og artig for begge lag.
- Begge lags lagledere har ansvar for at begge lag har skåret mål ved kampslutt.
- Det er en målsetting at hver enkelt spiller skal ha flere ballkontroller ved hvert angrep og at alle spillerne i løpet av kampen opp muntres til å skyte mot mål.
- Stor dominans fra en eller to enkeltspillere bør begrenses. Gi heller slike spillere ekstra utfordringer/oppgaver som å spille fri andre, spille på nye spilleplasser, øve på finter og nye pasnings- og skuddvarianter.



Begeistring
Innsatsvilje
Respekt
Fair Play

Retningslinjer for Aktivitetsserie 11-årshåndball

1. Spilletiden er 2 x 20 min. Det SKAL spilles med nedsenket tverrligger.
2. Det benyttes ballstørrelse 0.
3. Laget kan bestå av inntil 12 spillere, men vi anbefaler kun 10 spillere slik at alle får mest mulig spilletid. Fem utespillere og mål vakt befinner seg på banen samtidig. Øvrige spillere er innbyttere.
4. Alle på laget skal spille tilnærmet like mye og alle på laget kan spille målvakt i løpet av kampen. Målvakt skal ha egen farge som skiller seg fra lagets øvrige draktfarge.
5. Omgangen starter med avkast fra banens midtpunkt, etter loddtrekking.
6. Etter skåring settes ballen i spill igjen ved at målvakten foretar utkast fra målfeltet
7. Kontringer er lov, men gjentatte kontringer bør begrenses slik at alle spillere får flest mulige ballkontroller.
8. Det er lov å spille både utgruppert og nedgruppert i forsvar, men alt forsvarsspill skal være ball- og ballbaneorientert begrunnet ut fra et ønske om at de yngste skal jobbe aktivt for å erobre ballen i forsvar.
9. Reglene om ballbehandling, tre skritt og tre sekunder, håndheves.
10. Det oppfordres til at spillerne får prøve seg i flest mulig angreps- og forsvarsposisjoner i løpet av en kamp.
11. Hvert lag kan be om lagstime-out én gang pr omgang. Et lag kan kun be om lagstime-out når de har ballkontroll.
12. I 11-årshåndball KAN advarsel og utvisning benyttes ved regelbrudd i forhold til motspill er og ved usportslig opptreden. Diskvalifikasjon skal IKKE forekomme.
13. En utvisning i 11-årshåndball håndball er kun personlig.
Dette betyr at lagledelsen umiddelbart kan sette inn en ny spiller til erstatning for den utviste. Den utviste spilleren er klar til ny deltakelse etter 2 minutter.

