



Totalhåndbold U7 og U8

Info om særregler i U7 og U8 - Trænere der deltager med hold forventes at have sat sig ind i dette punkt.

Jydske Håndbold Forbund

Adelgade 54, 1. sal

9500 Hobro

Tel.: +45 5075 7000

E-mail: jhf@dhf.dk

www.håndbold.dk

[Udgangspunktet for stævner i U7 og U8 er DHF totalhåndbold](#)

Totalhåndbold er begejstring, boldføling, rummelighed, fællesskab og fokus på udvikling i introduktionen til håndbolden for de yngste spillere.

Totalhåndbold er bygget op om 'du kan'-regler og tænkt til at understøtte spillernes succesoplevelser. En ramme hvor de voksne: vejleder, træner og tilskuer fokuserer på glæden ved kamp og den gode oplevelse og ikke fortaber sig i resultater.

De overordnede retningslinjer

Bane: Minibane 20 x 13 (på tværs af stor bane)

Bold: U-7: Streetbold (gerne str. 47 cm). U-8: Blå Trio Soft (OBS ikke overpumpet – gerne max. 47 cm)

Spillere: Der anbefales max. 6 spillere pr. hold. 4 starter på banen fra hvert hold, hvoraf 1 er målvogter. Målvogter behøver ikke særskilt trøje og opfordres til at gå med i angreb.

"Du må" regler

- Du må score mål
- Du må spille de andre
- Du må røre de andre
- Du må dække op uden for frikastlinjen
- Målvogteren må deltage i angrebet

I totalhåndbold ønskes der flow i spillet, og at der opbygges en kultur, hvor alle spillerne er med til at underbygge dette. Fokus på gennem bold, begejstring og bevægelse at holde gang i kampen og undgå de mange spilstop, som nemt kan opstå, hvis man bliver meget regelfast.

Få spillere på banen giver flere boldberøringer og mere rum til den enkelte spiller.

Kampen startes – Ved at førstnævnte hold starter med bolden. Efter en scoring sættes spillet i gang fra mål. Ved indkast og målkast sættes bolden i spil, ligesom vi kender det fra spillet på stor bane.



Returløb – Når et angreb afsluttes ved, at der er skudt på mål, eller bolden er mistet, skal alle spillere fra holdet, der netop har været i angreb, hurtigt tilbage og berøre eget målfelt, før de må begynde at forsvare. Efter berøring af målfeltet er det tilladt at dække op på hele banen.

Særregel kreds 2: Rotation/udskiftning: Efter afslutning skal der roteres. Skytten løber ud til udskiftningsområdet - Så snart spilleren er ude, løber indskifteren på banen som målvogter.

Returbold – Returbolde fra en målvogterredning eller fra et stolpeskud kan samles op af begge hold.

”Intimsfære” – Er ca. 1 meter for den boldbesiddende spiller. Det betyder, at man ikke må omklamre spilleren. Ved tæt spil på modstanderens målfelt under forsøg på scoring er det for en forsvarsspiller acceptabelt at søge kropskontakt. Stoppes spillet genoptages det med et frikast til angriberen.

Frikast – Bruges til at sætte spillet i gang igen efter et spilstop, som er foranlediget af en modstander, der ikke har overholdt ”intimsfære”, har lavet dobbeltdribling eller taget for mange skridt.

Der må skydes på mål — når bolden er på modstanderens banehalvdel.

Retningslinjer gradueres — alt efter årgang, række og niveau se yderligere på de enkelte årganges sider.

Før tilmelding til børneudvalgets stævner er det vigtigt at alle sætter sig ind i reglerne og vi opfordrer kraftigt til at alle trænere der skal deltage i en totalhåndboldkamp er bekendt med de vejledninger, der er beskrevet ovenfor.