

Spelregels E-Jeugd handbal



Zuid-Holland

Inleiding

Vanuit de Afdeling wordt ieder jaar een E-Jeugd kader bijeenkomst georganiseerd. Deze bijeenkomst vindt plaats aan het begin van de E-Jeugd competitie.

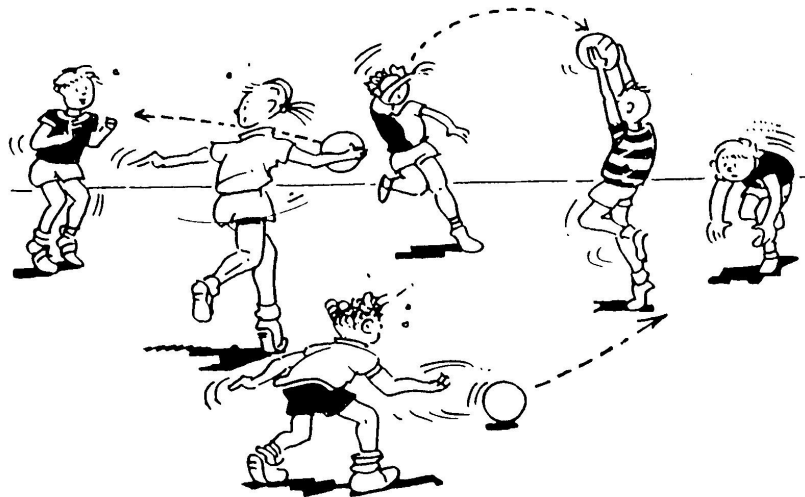
Waarom de bijeenkomst? Door wisselingen bij de verenigingen binnen de begeleiding van de E-Jeugd, zijn een aantal afspraken niet duidelijk of verwaterd.

De bedoeling van deze bijeenkomst is het op gelijke voet komen van allen, die bij het E-Jeugd gebeuren betrokken zijn.

Vaak blijkt dat tussen de begeleiders veel onbegrip bestaat. Een goede E-Jeugd competitie valt of staat bij een goede begeleiding. Luister naar elkaar en probeer voor beide teams er een leuke wedstrijd van te maken. E-Jeugd handbal is vooral voor het plezier. Iedere wedstrijd is vriendschappelijk en we kennen geen kampioenen of degradanten. Denk daaraan.

Het is aan te bevelen om de regels aangaande de E-Jeugd competitie ook door te spelen aan diegene binnen de vereniging die verantwoordelijk is voor het aanstellen van de spelers. Bij de E-Jeugd hebben wij nu eenmaal andere regels.

Het N.H.V. wenst alle E-Jeugd teams een plezierige competitie toe en hoopt dat er binnen de begeleiding een leuke samenwerking onderling kan ontstaan. Bij problemen kunt u altijd contact opnemen met het afdelingsbureau, Nicolien de Wit en Mirjam Knaapen. Wellicht wordt één en ander dan sneller en plezieriger opgelost.



E-Jeugd handbal een spelletje voor kleine kinderen of een spelvorm?

Net als bij andere teamsporten kent ook elke soort handbal haar eigen regels.

Maar al te vaak worden wij tijdens handbaltoernooitjes geconfronteerd met het vastgeroeste idee dat de kinderen van hun coach/trainer moeten voldoen aan normen van het 7-handbal.

Bijvoorbeeld worden de kinderen in de verdediging allemaal teruggestuurd naar de cirkel om daar als schietschijf met de handen omhoog te gaan staan.

De grootte (het oppervlak) van het veld maakt E-Jeugd handbal ongeschikt voor de normale 7-handbalgebruiken.

E-Jeugd handbal is ook niet alleen een spelvorm voor kleine kinderen. Ook senioren van 20 tot 88 jaar kunnen E-Jeugd handbal spelen, zolang zij zich maar aan de regels houden die bij deze spelvorm horen.

Dat E-Jeugd handbal tot nu toe uitsluitend door de jongere jeugd wordt beoefend, komt omdat deze spelvorm zich bij uitstek leent om jonge spelers de grondbeginselen van het handbal bij te brengen zonder dat zij direct over dat grote veld heen en weer moeten rennen.

Vangen, werpen en vrijlopen zijn de beginselen van elke handbalvorm. Juist omdat het veld zo klein is kunnen de kinderen deze beginselen goed leren. Zij hoeven niet direct 10 of 20 meter ver te gooien. Over kleinere afstanden weten zij elkaar te vinden en leren zij de vaardigheden die zij later op het grote veld in de praktijk kunnen brengen. Jonge kinderen, en zij niet alleen, willen maar één ding: **SPELEN MET EEN BAL**

Er wordt op eigen helft verdedigd, dus bij een beginworp, een schot op -doel of balverlies wordt terug gegaan naar **eigen** speelhelft.

Laat hen dan ook proberen die bal over de gehele eigen veldhelft te veroveren. Hierdoor ontstaat een soort man op man verdediging waardoor ieder kind gedwongen wordt te kijken wie er vrij staat en de bal op de juiste wijze af te spelen. Later bij het spelen op een groot veld hebben zij daar alleen maar profijt van.

Mochten de verschillen tussen de teams erg groot zijn dan kan onderling overlegd worden om het betere team met één of twee kinderen te laten storen, zodat het andere team in de gelegenheid komt om de bal naar elkaar af te spelen.

**E-Jeugd handbal is een feest!!....
én dat moet het blijven ook!!**

Dit kan echter alleen maar met de hulp van ouders, begeleiders en trainers. Bij hen allen moet het plezier van het kind voorop staan.

Moedig het kind aan in zijn pogingen de bal te veroveren. Houdt het spel levendig, maak er geen statisch gebeuren van. Begin ook niet direct met een vaste keeper, maar laat ieder een keer in het doel staan.

Trainingen:

Ook de trainingen moeten afgestemd zijn op de mogelijkheden van het kind. Rondjes lopen en kniebuigingen zijn in zijn algemeenheid overbodige zaken bij kinderen in de leeftijd tot de B-jeugd. Een warming-up in de vorm van rekken en strekken van de spieren is medisch gezien bij deze leeftijdscategorie zelfs uit den boze. Spellen en spel-oefenvormen zijn er legio. Laat de kinderen zoveel mogelijk spelen met een bal.

Probeer zoveel mogelijk met zijn tweeën training te geven, zodat de één indien nodig extra aandacht kan schenken aan individuele kinderen.

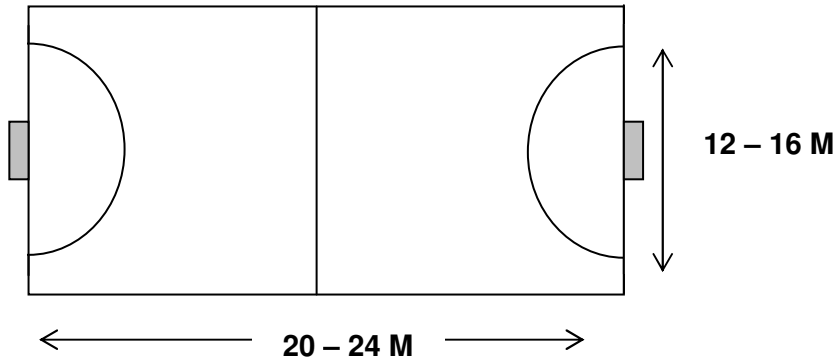
Probeer ook de training voor deze categorie kinderen tot een feest te maken. U zult zien dat ze het "spelletje" hierdoor veel sneller onder de knie krijgen. Het zal tevens andere kinderen uitnodigen het zelf ook eens te proberen.

Het speeloppervlak

Het speeloppervlak (zie figuur) bestaat uit een rechthoek van 12 (16) meter lang en 20 (24) meter breed en omvat een speelveld en 2 doelgebieden.

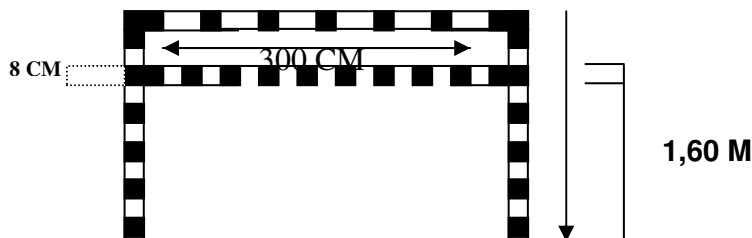
De lengtelijnen worden zijlijnen genoemd; de breedtelijnen heten achterlijnen en de lijnen tussen de doelpalen zijn de doellijnen.

Tussen haakjes staan de maximale afmetingen.



In het midden van de doellijn bevindt zich het doel dat goed verankerd moet zijn. Gemeten van de binnenkant van de doelpalen is het doel 1.60 meter hoog en 3 meter breed of 1.60 meter hoog en 2.00 meter breed.

Een doel van 2 X 3 meter kan door middel van een dwarslat, welke goed vast moet zitten, worden aangepast tot een hoogte van 1.60 meter.



De cirkel bij de E-Jeugd is 4.50 a 5.00 meter groot.

De vrijeworplijn en de strafworplijn blijven bij de E-Jeugd achterwege.

In een sporthal kunnen maximaal 3 velden worden uitgezet. Vaak kan men voor een deel gebruik maken van de lijnen van het basketbalveld.

De speeltijd

De speeltijd bedraagt voor de E-Jeugd 2 X 15 minuten met een rustpauze van 10 minuten. Ieder kind neemt na de wedstrijd een strafworp.

De bal

De bal bestaat uit een buitenbal van leder of kunststof en moet rond zijn en niet hard opgepompt.

Een E-Jeugdbal moet een omtrek hebben van 48 a 50 cm en een gewicht van 275 à 325 gram. (maat 0)

De spelregels

Een team kan zijn samengesteld uit jongens en of meisjes.

Op het speelveld mogen zich gelijktijdig een doelverdediger en vier of (in overleg met de andere partij) vijf veldspelers bevinden. De overige spelers zijn wisselers.

De wisselers mogen gedurende het spel op elk gewenst moment het speelveld betreden. De te wisselen spelers moeten echter eerst het speelveld hebben verlaten.

De doelverdedigers mogen onderling naast het doel wisselen. Wisselfouten van de E-Jeugd worden niet bestraft maar wel verbeterd.



T.a.v. de teams

Het 2 keer laten meespelen van potentiële leden voor de E-Jeugd is mogelijk door op het wedstrijdformulier in plaats van het registratienummer de tekst "gastspeler" te vermelden. Het betreffende aspirant-lid mag dan niet eerder geregistreerd hebben gestaan als lid van het Nederlands Handbal Verbond.

Verzocht wordt ook, kinderen die de E-Jeugd qua spel ontgroeid zijn, in te delen bij de D jeugd.

Het spelen van de bal

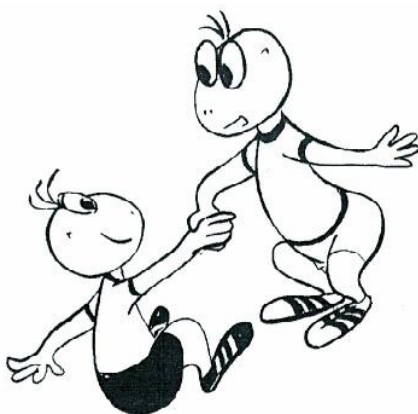
Hoe een bal gespeeld moet worden, dient men bij de E-Jeugd ruim op te vatten. Volgens een methodische opbouw behoort men de E-Jeugd het *juist* spelen van de bal aan te leren.

Bij te veel stuiten of te veel passen dient men dit niet te bestraffen, maar juist uit te leggen en goed over te laten doen.

Gedrag tegenover de andere partij

Het is verboden om met de handen om de tegenstander te staan, zodat het spelen van de bal belet wordt.

Bij het gedrag ten opzichte van de andere partij behoort men wel consequent te zijn. Onjuist gedrag door onnodig lichaamscontact, de bal uit handen slaan of trekken moet worden afgefloten. De overtreder wordt op zijn fout gewezen en het spel kan worden hervat. Bij vermeende opzet bij overtredingen laat men de E-Jeugd eventueel even wisselen.



Inworp, Uitworp en Beginworp

Bij de beginworp en inworp dienen de E-Jeugd 1 meter afstand te nemen.

Raakt de verdediger als laatste de bal aan voordat hij over de doellijn buiten het doel gaat, dan volgt er GEEN hoekworp, maar een gewone uitworp van de keeper.

Na een doelpunt wordt geen middenbal genomen, maar wordt het spel hervat met een uitworp door de keeper. Wij zijn van mening dat dit voor de teams met beginnende E-Jeugd beter is. Zij kunnen dan op eigen helft de bal nog samenspelen. Als er na elk doelpunt een middenbal genomen moet worden, komen deze spelers/sters niet aan bod.

Zodra E-Jeugd naar de D-Jeugd overgaat en daar wel met een middenbal geconfronteerd worden is de ervaring dat zij zich snel aan kunnen passen.

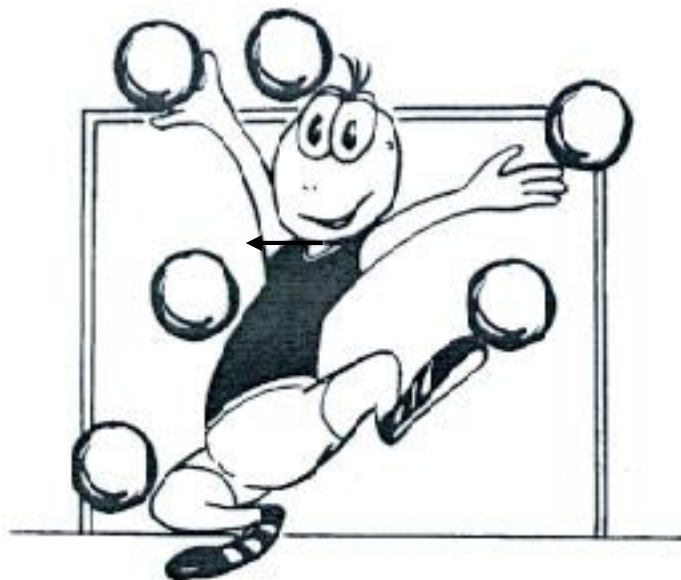
De spelleider

De scheidsrechter heet bij het E-Jeugd handbal eigenlijk spelleider en is iemand die toezicht houdt op een goed verloop van het spel.

De spelleider zal bij het leiden van het E-Jeugd handbal dan ook niet moeten werken met gebaren, maar juist moeten vertellen waarvoor hij of zij heeft gefloten.

Speciale regels voor het E-Jeugdhandbal

- De kinderen mogen niet met armen om elkaar heen staan.
- De onderlinge afstand moet ± 50 cm zijn.
- Een hoekworp bestaat niet.
- Als er met E-Jeugdlatten gespeeld wordt en de bal komt tegen de bovenlat van het normale doel, dan is het een achterbal. Als er een dichte plank gebruikt wordt, geldt doorspelen.
- 2 keer stuiten en lopen wordt ruim geïnterpreteerd. Kijk naar de mogelijk- en onmogelijkheden van het kind.
- Een spelleider / spelleidster mag ten alle tijden met coaches over het spel praten. Ze mogen aanbevelingen doen t.a.v. b.v. het spelconcept. Als een ploeg veel sterker is dan de andere kan de spelleider / spelleidster, de coach b.v. voorstellen om 5 tegen 4 te spelen of een sterke speler / speelster in het doel zetten.
- Na een doelpunt wordt geen middenbal genomen, maar wordt het spel hervat met een uitworp door de keeper.



Verschillen in lichamelijk ontwikkelingen en spelpeil

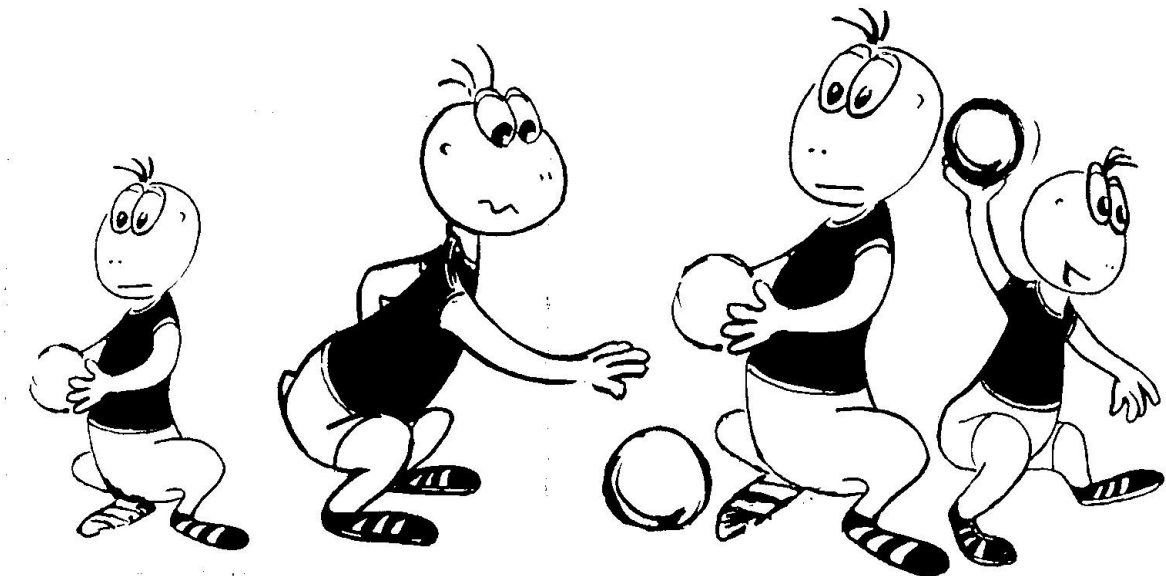
Hoewel bij E-Jeugd er vanuit wordt gegaan dat gemengd spelen weinig problemen oplevert wat de fysieke omstandigheden betreft, kunnen er niet alleen tussen jongens en meisjes, maar ook binnen de beide groepen nogal lichamelijke verschillen (lengte en kracht) optreden.

Daarnaast kan het spelpeil van de E-Jeugd enorm verschillen. Gevolg hiervan kan zijn dat enkele spelers (of één) het spel domineren en de overige spelers of speelsters totaal niet in het spel betrokken worden.

In beperkte mate kan de spelleider hier corrigerend optreden door wat strenger en sneller te fluiten, om op die manier zowel voor de betrokken spelers als voor de overige deelnemers voldoende spelvreugde te waarborgen.

Een spelleider zal bij duidelijke krachtsverschillen (fysiek of speltechnisch) contact moeten opnemen met de teamleider en adviseren de betrokken E-Jeugd speler een categorie hoger in te delen omdat deze de E-Jeugd is ontgroeid en er niets meer kan leren.

Eventueel kan men adviseren om duidelijk sterkere spelers bepaalde opdrachten te geven bijvoorbeeld keepen, een medespeler vrijspelen, etc.



Invloed van de ouders

Veel ouders die hun kind al zeer jong laten handballen, hebben dat vroeger zelf ook gedaan of doen het nog steeds en zien zichzelf terug, als hun kind in het veld staat bij de E-Jeugd.

De ouders vergeten echter dat het hier om een spel gaat en dat de prestaties en het resultaat op de 2^e plaats komen. Ze hebben dan ook vaak totaal geen begrip voor de soepele en tolerante wijze waarop het E-Jeugdhandbalspel wordt geleid en laten dit dan ook meestal door middel van opmerkingen richting spelleider merken. Naar onze mening ligt hier een taak van de teamleider en de vereniging om de ouders er nadrukkelijk op te wijzen dat de E-Jeugd een spel spelen en dat het spel winnen best mag, maar dat voorop moet staan dat het kind en ook hun kind, er plezier aan beleeft.

De begeleiding bij E-Jeugd

Eén van de belangrijkste aspecten bij de E-Jeugd is de begeleiding. De begeleiders zullen in ieder geval op de hoogte moeten zijn van de doelstellingen en het spelidee dat achter het E-Jeugdhandbalspel steekt.

Daarnaast zullen ze deze zaken praktisch in moeten vullen. In de praktijk blijkt dat dit zeker geen automatisme is en dat er voortdurend over de kwaliteit van de begeleiding gewaakt dient te worden.

Regelmatig blijkt dat de begeleiders meer moeite hebben om te verliezen dan de deelnemers. Maar nu het winnen niet meer centraal staat, komt verliezen natuurlijk ook voor! Als we dan toch voor hetzelfde doel staan, is het een kleine moeite om elkaar te ondersteunen in het spel!

De spelleider (scheidsrechter) zou tijdens het spelen een deeltaak van de begeleider (coach) in kunnen vullen, dat omdat hij / zij een direct contact met de kinderen heeft.

Probeer de sterkte van de ploeg af te stemmen op die van de tegenstander. Ook goede handballers / handbalsters mogen wisselen. Ook het wisselen van spelers of speelsters moet tot de mogelijkheden kunnen behoren.

De spelleiders moeten dus over een aantal vaardigheden beschikken. Hij / zij moet met de kinderen om kunnen gaan, de spelregels kennen, niet schromen om het spel te stoppen en uitleg te geven.

Tevens moet hij / zij op de hoogte zijn van het ontwikkelingsniveau van het kind.

De begeleiders (coaches) moeten op hun beurt de spelleiders op de hoogte houden van specifieke gegevens rondom het team. Afspraken die gemaakt kunnen worden rondom het team bij het spelen van wedstrijden zijn:

- Iedereen even veel laten spelen.
- Als je sterker bent dan je tegenstander kun je met één speler minder spelen.
- Je beste spelers / speelsters wisselen, met andere hand laten afronden, verplicht overspelen, etc.



VOOR MEER INFORMATIE KUNT U ALTIJD TERECHT BIJ:



Zuid-Holland

Mirjam Knaapen
Nicolien de Wit

tel.nr. 070 - 3652815
faxnr. 070 - 4155102

e-mail: bureau@nhvzuidholland.nl

website: www.nhvzuidholland.nl

Openingstijden afdelingsbureau:

maandag t/m donderdag	08.00 - 16.30 uur
vrijdag	08.00 - 14.30 uur