

Handballregeln – 24 Fragen zum Thema Handball

Handball ist ein komplexer Sport. Noch komplexer und umfangreicher sind allerdings die dazugehörigen Handballregeln, die man zu Beginn erst einmal verstehen muss.

Dass der Ball rund ist und dass das Runde ins Eckige muss, kann man sich vielleicht noch selber zusammenreimen. Aber wann zum Beispiel das Zeitspiel aufgehoben wird oder wann der Ball im Aus ist – das wissen selbst einige Spieler mit jahrelanger Erfahrung nicht. Deshalb findet ihr zu den wichtigsten Fragen, die einem unter den Fingernägeln brennen, die passenden Antworten:

1. Wann darf man beim Handball auswechseln?

Wechseln darf man beim Handball zu fast jedem Zeitpunkt. Im Angriff, in der Abwehr oder beim Team-Timeout, ist ein Wechsel möglich. Ausnahmen gibt es im Jugendbereich. Hier kann teilweise nur im Angriff, also während des Ballbesitzes, gewechselt werden. Die einzige Ausnahme bei den Frauen und Männern ist nach Halbzeit- und Spielende, wenn noch ein Freiwurf ausgeführt werden muss. Hier darf die verteidigende Mannschaft nicht mehr auswechseln.

2. Wie oft darf man beim Handball auswechseln?

Die Antwort ist kurz und knapp: Beim Handball darf so oft gewechselt werden, wie man möchte. Eine Regel, wie beim Fußball, die das Auswechseln auf drei Wechsel begrenzt, gibt es nicht. Durch die Möglichkeit, so oft und (fast) immer auswechseln zu können, ergeben sich viele taktische Möglichkeiten. So können Spieler zu Spezialisten ausgebildet werden, die nur im Angriff oder in der Abwehr eingesetzt werden (Angriff-Abwehr-Wechsel).

3. Wie lange dauert eine Halbzeit und wie viele Halbzeiten gibt es beim Handball?

Im Frauen- und Männerbereich dauert eine Halbzeit 30 Minuten und die reguläre Spielzeit beträgt 60 Minuten. In Pokal- oder Finalspielen, in denen es einen Gewinner geben muss, sehen die Handballregeln maximal vier weitere Halbzeiten von jeweils fünf Minuten vor.

4. Wie lange dauert ein Handballspiel und wie lange dauert die Halbzeitpause im Handball?

Die Pause beim Handball ist laut Handballregeln zehn Minuten lang. In der möglichen Verlängerung bei Pokalspielen eine Minute. Die reine Spielzeit beträgt beim Erwachsenen-Handball normalerweise sechzig Minuten. Mit Pausen, Team-Timeouts und Spielunterbrechungen, kann ein Handballspiel bis zu 90 Minuten dauern.

5. Ab wann wird Zeitspiel beim Handball geahndet?

Ab wann beim Handball passives Spiel, umgangssprachlich auch Zeitspiel genannt, gilt liegt im Ermessen des Schiedsrichters. Wenn er meint, es erfolgt kein Drang zum Tor bzw. es gibt keinen erkennbaren Versuch ein Tor zu erzielen, dann hebt er den Arm und das Zeitspiel beginnt.

6. Wie lange oder wie oft darf man im Handball beim Zeitspiel noch spielen?

Früher lag es im Ermessen des Schiedsrichters, wann er das Zeitspiel aufhebt und es Ballbesitz für die andere Mannschaft gibt. Zum 1. Juli 2016 wurde diese Handballregel geändert. Nun dürfen nur noch maximal sechs Pässe gespielt werden. Wenn das Spiel durch Einwurf oder Freiwurf unterbrochen wird, gibt es immer noch ein Pass dazu, um diesen auszuführen. Auch wenn der

Angreifer nach dem 6. Pass geblockt wird und die angreifende Mannschaft im Ballbesitz bleibt, gibt es einen weiteren Pass geschenkt.

7. Wann wird das Zeitspiel beim Handball aufgehoben?

Aufgehoben wird das Zeitspiel bei Wüfren die das Tor oder den Torwart berühren und bei Fouls die progressiv (Gelb, 2 Minuten, Rot) bestraft werden. Außerdem ist das Zeitspiel mit einem abgeschlossenen Angriff automatisch beendet. Erfolgt kein Torabschluss, pfeift der Schiedsrichter nach sechs Pässen ab und der Angriff ist damit beendet. Das gegnerische Team ist dann im Ballbesitz.

8. Wann wird beim Handball die Zeit angehalten?

Im Handball gibt es diverse Spielsituationen in denen die Zeit angehalten wird. Hier die häufigsten Situationen auf einen Blick:

bei progressiver Bestrafung mit 2 Minuten oder einer roten Karte,

bei Verletzungen von Spielern,

beim Team-Timeout und wenn

der Wischer zum Einsatz kommt.

Zusätzlich kann der Schiedsrichter im eigenen Ermessen die Zeit anhalten, um jegliche Situationen mit Spielern, Trainern und Kampfgericht zu klären. Somit ergibt sich am Ende eine effektive Spielzeit von sechzig Minuten und es gibt keine Nachspielzeit, wie man sie zum Beispiel vom Fußball kennt.

9. Ab wann ist der Handball im Aus?

Im Handball ist der Ball im Aus, wenn er mit vollem Durchmesser über der Seiten-, Grund- oder Torlinie ist. Zusätzlich gibt es Ballbesitz für die andere Mannschaft, wenn der Ballführende die Grund- oder Seitenlinie übertritt. Wenn der Torwart den Ball beabsichtigt oder unbeabsichtigt über die Grundlinie des Torraums befördert (zum Beispiel nach einem Torwurf), dann gibt es keine Ecke, sondern Abwurf.

10. Wann bekommt man beim Handball eine rote Karte?

Es gibt einige Gründe, wofür in den Handballregeln eine rote Karte vorgesehen ist. Am häufigsten gibt es die rote Karte für „dreimal 2 Minuten“. Wer dreimal für ein Foul mit 2 Minuten bestraft wird, der bekommt nach der dritten Zeitstrafe zusätzlich die Rote Karte gezeigt und muss auf der Tribüne Platz nehmen. Des Weiteren gibt es für Aktionen, die gesundheitsgefährdend, besonders rücksichtslos und besonders gefährlich sind, die Disqualifikation. Hierzu gehört das Stoßen von hinten im Sprung oder das grobe in den Wurfarm greifen. Aber auch für grobe Unsportlichkeiten gibt es die Rote Karte. Hierzu gehören: Beleidigungen, Nachtreten und Nachschlagen. Wer denkt nur Feldspieler können eine Rote Karte bekommen, der liegt falsch! Wenn es zum Beispiel bei einem Tempogegenstoß, zu einem Zusammenstoß zwischen Angreifer und Torwart – außerhalb des Torraums – kommt, ist der Torwart zu disqualifizieren.

11. Wann gibt es beim Handball einen Siebenmeter?

Der Siebenmeter ist der Strafwurf im Handball. Er ist mit dem Elfmeter im Fußball zu vergleichen und wird bei rüdem Spiel in der Abwehr gewährt. „In der Abwehr“ bedeutet aber nicht zwangsläufig, dass das Foul im Neunmeterraum stattfinden muss. Wird ein Spieler der frei aufs Tor zu läuft, bei einem Tempogegenstoß, an der Mittellinie unfair gestoppt, dann kann der Schiedsrichter auch hier auf 7m entscheiden. Aber auch allgemeine Fouls, das Greifen in die Arme und andere Vergehen können zu

einem Siebenmeter führen. Das Betreten des Kreises durch Abwehrspieler ist ebenfalls ein Grund.

12. Wann gibt es beim Handball Freiwurf?

Der Freiwurf ist im Handball ein gern genutztes Mittel der Schiedsrichter um kleine Vergehen zu ahnden. Somit ist ein Freiwurf die Folge von Ballspielfehlern, von kleinen Fouls und auch vom verbotenen Fußspiel. Bei einem Foul innerhalb der 9-Meter-Linie, wird der daraus resultierende Freiwurf außerhalb der 9-Meterlinie ausgeführt. Alle Gegenspieler müssen bei einem Freiwurf (auch bei einem Siebenmeter) drei Meter Abstand einhalten. Wird dieser Abstand nicht eingehalten, kann progressiv bestraft werden (Gelb, 2 Minuten, Rot).

13. Wie groß ist ein Handball?

Ein Handball muss zu Spielbeginn rund sein und festen Normen bei der Größe entsprechen. Diese sind in den Handballregeln klar definiert. Die Größe orientiert sich am Spielbereich – Damen, Herren und Jugend. Bälle gibt es in den Größen 0, 1, 2 und 3.

14. Wie spielt man Handball?

Handball wird von zwei Mannschaften mit sieben Spielern gespielt, davon ist ein Spieler als Torhüter im Einsatz. Während der Spielzeit versuchen beide Mannschaften die meisten Tore zu werfen. Der Torwart darf dabei als einziger Spieler den 6-Meter-Raum betreten, die Würfe der Angriffsspieler müssen von Außerhalb oder mit einem Sprungwurf erfolgen.

15. Wie viele Halbzeiten gibt es im Handball?

Wie es der Name bereits deutlich macht, gibt es zwei Halbzeiten von jeweils 30 Minuten Länge. In der Verlängerung gibt es maximal vier weitere Halbzeiten mit jeweils fünf Minuten Spielzeit. Die Länge der Halbzeiten ist als reine Spielzeit zu verstehen, da die Zeit bei Pfiffen des Schiedsrichters angehalten wird.

16. Wie viele Spieler sind beim Handball auf dem Feld? Und wie viele sitzen auf der Bank?

Handball wird mit zwei Mannschaften mit jeweils sieben Spielern gespielt, die zeitgleich auf dem Feld stehen. Insgesamt 14 Spieler sind somit zur gleichen Zeit involviert. Mindestens fünf Spieler einer Mannschaft müssen zu Spielbeginn auf dem Feld stehen. Auf der Ersatzbank dürfen jeweils weitere sieben Spieler auf ihren Einsatz warten.

17. Wie schnell fliegt ein Handball?

Der schnellste aufgezeichnete Wurf im deutschen Handball kam von Lars Kaufmann, der einen Ball mit einer Geschwindigkeit von 122 km/h in die Maschen warf. Aber auch normal ist ein Handball meist schnell unterwegs, wobei die Geschwindigkeit deutlich variieren kann.

18. Wie groß ist ein Handball Spielfeld?

Das Spielfeld ist beim Handball laut offiziellen Handballregeln zwanzig Meter breit und vierzig Meter lang. In der Vergangenheit, beim Feldhandball, konnte ein Handballfeld auch schon einmal 100 Meter lang sein – dann standen – wie beim Fußball – aber auch elf Spieler je Team auf dem Feld.

19. Wie groß ist ein Handball Tor?

Das Tor ist im Handball der Damen, Herren und Jugendlichen drei Meter breit und zwei Meter hoch. Ausnahmen gibt es hier beim Kinder-Handball (Minis / E-Jugend), die meist auf kleinere Tore spielen.

20. Wie ist die Punkteverteilung beim Handball?

Beim Handball erhält die Mannschaft für einen Sieg zwei Punkte, ein Unentschieden addiert bei jedem Team einen Punkt hinzu. Für eine Niederlage erhält man keinen Punkt. Dabei werden die Punkte im Handball in einer Bilanz gelistet. Zwei Siege und eine Niederlage sorgen in der Tabelle also für einen Punktestand von 4:2.

21. Wie lange darf man den Ball halten im Handball?

Laut Handballregeln darf der Ball im Handball maximal drei Sekunden von einem Spieler gehalten werden, ehe er abgegeben werden muss oder ein Torwurf durchgeführt wird.

22. Wie lange geht die Verlängerung beim Handball?

Die Verlängerung dauert im Handball zehn Minuten, die sich in zwei Halbzeiten mit je fünf Minuten Spielzeit unterteilt. Die Verlängerung kann zwei Mal hintereinander stattfinden, wodurch sich eine Zeit von bis zu 20 Minuten für die Verlängerung ergibt.

23. Wie oft darf man dribbeln / prellen?

Das Pellen, Dribbeln oder Tippen ist beim Handball unbegrenzt oft erlaubt. Das gilt allerdings nur, wenn der Ball dauerhaft geprellt wird. Nachdem der Ball mit einer oder beiden Händen aufgenommen wurde, darf nicht erneut geprellt werden und der Ball muss nach maximal drei Schritten abgegeben oder geworfen werden.

24. Wie viele Handballregeln gibt es beim Handball?

Insgesamt gibt es im Handballregelwerk 18 Handballregeln, die sich auf das Spiel, die Spielzeit und auch auf Strafen und Zeitnehmer beziehen. Innerhalb der 18 Regeln gibt es allerdings noch zahlreiche Unterpunkte, die zahlreiche Spielabläufe regeln und klare Vorgaben für alle Beteiligten schaffen.

Fazit: Wie Du siehst, gibt es eine Vielzahl an Handballregeln, die in einem Handballspiel mehrmals in der Minute richtig ausgelegt werden müssen. Nicht ohne Grund gehören Handballschiedsrichter zu den meist geforderten Schiedsrichtern in der Welt. Neben der Vielzahl an Entscheidungen, die ein Handballschiedsrichter treffen muss, ist Handball ein sehr schneller Sport, was dazu führt, dass ein Handballschiedsrichter ca. 10 mal so viele Entscheidungen treffen muss, wie ein Fußballschiedsrichter.