



**SPIELREGELN**

# **SOFTHANDBALL**

# SPIELREGELN SOFTHANDBALL

## Das Einstiegsspiel mit dem weichen Spielball

### Organisation

Spielball	Softhandball (Grösse Umfang 46 cm oder 42 cm) <i>Der Ball muss korrekt in der Hand liegen. Die Ballanpassung erfolgt an die „kleinsten“ Hände.</i>
Tore	2 Unihockey-Tore <i>Alternativ: Matte oder Schwedenkasten</i>
Torraum	ca. 3 – 3.5 m Distanz zum Tor <i>Bestehende Linie oder Kreislinie (z.B. Basketball- oder Unihockeyfeld) nutzen oder 5 Bodenmatten oder Bodenmarkierungsband verwenden.</i>
Team	U9/U11: 4:4 inkl. Torhüter/in U7: 3:3 inkl. Torhüter/in <i>Es gibt keine/n fixe/n Torhüter/innen. Die Kinder organisieren sich selber.</i>
Spielaufgaben	Am Angriff beteiligen sich alle Spieler/innen (inkl. Torhüter/in). Offensives Deckungsverhalten. Ab 5 Tore Differenz nimmt der Führende einen Spieler vom Feld.
Rangliste	Es wird keine Rangliste geführt.

### Spielregeln

- Der Ball darf max. 3 Sekunden gehalten werden.
- Mit dem Ball darf max. 3 Schritte gelaufen werden.
- Der Ball darf nicht mit dem Fuss oder Unterschenkel (unterhalb Knie) gespielt werden.
- Foulspiel ist generell nicht erlaubt.
- Nach einem Tor erfolgt die Spielfortsetzung durch einen Abwurf.  
Der Abwurf führt den/die Spieler/in aus, der/die als Torhüter/in fungierte.
- Torwürfe hinter der Feldmitte (Mittellinie) zählen nicht.
- Betreten des Torraums (oder der Kreislinie) ist nicht erlaubt.
  - Angreifer/in im Kreis: Abwurf durch Torhüter/in.
  - Deckungsspieler/in bei Ballabwehr im Kreis: Freiwurf für das angreifende Team.
- Linienbegrenzungen zählen (Seite, Kreis, Toraus).
  - Für Einwurf: Einen Fuss auf die Seitenlinie setzen.
  - Bei Toraus gilt generell Abwurf durch den/die Torhüter/in.

# ERLÄUTERUNGEN SOFTHANDBALL

Mit Softhandball werden die Kinder vielseitig gefordert: Beim Laufen, Springen und Werfen werden motorische und koordinative Fähigkeiten entwickelt. Das gemeinsame Herausspielen bzw. Verhindern von Torchancen fordert die Kinder sowohl spielerisch wie auch kognitiv und verstärkt die sozialen Interaktionen. Das Zweikampfverhalten, der faire, regelkonforme Umgang mit- und gegeneinander, enthält zudem wertvolle pädagogische Chancen. Bis etwa 15 Jahren kann problemlos geschlechtergemischt gespielt werden.

## Verteidigung/Ballgewinnung

- Offensive Deckung auf dem gesamten Feld.

## Angriff

- Nach 3 Sekunden muss der Ball abgespielt werden. Angreifende, welche nicht mehr „vorwärts“ kommen, weil Verteidigende sie mit Körper und Armen in Hochhalte daran hindern, werden nicht mit Freistoss „belohnt“. Sie sollen lernen, sich zu drehen, nach hinten zu lösen bzw. eine/n sich freilaufende/n Mitspieler/in anzuspülen.
- SchrittregeIn: Das Nichteinhalten der 3-Schrittregel wird nur dann geahndet, wenn mit den zu vielen Schritten ein wesentlicher Raumgewinn erzielt bzw. ein Torwurf (= gespielter Vorteil aufheben) ermöglicht wird.
- Mehr als zweimal nacheinander Festhalten des Balles („Doppel“) wird geahndet. Im U7 aber nur dann, wenn daraus ein wesentlicher Vorteil entsteht.
- Die Torhüter/innen spielen im Softhandball stets im Angriff mit (das Überzahlspiel soll von Beginn an konsequent verfolgt werden). Deshalb zählen Torwürfe hinter der Mittellinie nicht.
- Freiwurf, Verwarnung und Strafen: Freiwurf-Abstand ca. 2-3 Meter nach Angabe der Spielleitung. Ermahnungen und Verwarnungen nur mündlich.

# SOFTHANDBALL-FORMEN

## Softhandball auf dem Hartplatz, Rasen, Sand oder als Street-Softhandball

Softhandball kann problemlos auch auf anderem Untergrund gespielt werden.

### Bolz-Softhandball (Hartplatz)

Tore	Unihockey-Tore Handballtore (Höhe durch Blachen oder Markierungen reduzieren) Zäune mit Markierungen
Feldlinien	Linien meist vorhanden (z.B. Basketball- oder Unihockeykreis) Kreide

### Rasen-Softhandball (Rasenplatz)

Tore	Unihockeytore Fussballtore (Höhe und Breite mit Markierungen reduzieren) Zäune mit Markierungen
Feldlinien	Mit Sägemehl kennzeichnen Nylonbänder Markierungsspray/Kreidespray

### Beach-Softhandball (Sandplatz)

Tore	Unihockeytore Stäbe und Gummiband Beachhandballtore (Höhe durch Blachen oder Markierungen reduzieren)
Feldlinien	Mini-Beachhandballfeldlinien Absperrbänder Nylonbänder

## Street-Softhandball (1/2-Feld Indoor/Outdoor)

Das selbstorganisierte Einstiegsspiel mit dem weichen Ball in begrenztem Raum. Die Spielregeln sind aufgrund des begrenzten Raumes adaptiert. Street-Softhandball ist auf jedem Untergrund spielbar.

### Organisation

Spielball	Softhandball (Grösse Umfang 46cm oder 42 cm) <i>Der Ball muss korrekt in der Hand liegen. Die Ballanpassung erfolgt an die „kleinsten“ Hände.</i>
Tor	1 Unihockey-Tor <i>Alternativ: Matte, Schwedenkasten, Zaun, etc.</i>
Torraum	ca. 3 – 3.5 m Distanz zum Tor <i>Bestehende Linie oder Kreislinie (z.B. Basketball- oder Unihockeyfeld) nutzen oder 4 Bodenmatten oder Bodenmarkierungsband verwenden.</i>
Team	3:3 bis 5:5 inkl. Torhüter/in
Spielaufgabe	Offensives Deckungsverhalten
Rangliste	Es wird keine Rangliste geführt.

### Spielregeln

Ergänzend zu den «Spielregeln Softhandball».

- Der erste Ballbesitz wird durch «Schere-Stein-Papier» entschieden.
- Nach dem Tor, einer Balleroberung, einem/r Angreifer/in im Kreis, bei Toraus, einem Aus oder einem Foul erfolgt die Spielfortsetzung durch den Ballwechsel (= das verteidigende Team wird sogleich zum angreifenden Team):
  - Torhüterwechsel,
  - das neu angreifende Team überquert eine vordefinierte Linie (bspw. Mittellinie) und
  - einen Doppelpass von der überquerten Linie aus mit einem/r Gegenspieler/in
- Foulspiel: Alle Fouls werden vom foulenden Kind selbst angezeigt. Bei Unstimmigkeiten müssen sich die beiden Teams um eine Einigung bemühen. In Zweifelsfällen erhält das angreifende Team den Ball.