



ТЕМА: «ГАНДБОЛ»



Выполнила ученица 9в класса
Пономарёва Анна

История возникновения гандбола

- Гандбол примерно таким, каким мы его знаем сегодня, был изобретен датскими футболистами приблизительно в конце XIX столетия. Игру в футзал тогда еще не придумали, а зимой тренироваться как-то надо было. Вот и возникла игра, в которой противники — это две команды по 6 полевых игроков и вратарь. И играют в нее, перебрасывая друг другу мяч с помощью рук, а не ног.

Основоположник игры в гандбол – Хольгер Нильсен, участник олимпийских игр, а позже преподаватель физкультуры в училище датского городка Ордруп. На своих уроках он практиковал игру «хаандболд» (от слов «рука» и «мяч»). Девочки делились на 2 команды по 7 человек, каждая из которых старалась закинуть мяч в сетку противника, а между собой его игроки перебрасывали руками (отсюда и название).

- В течение следующих двадцати лет гандбол перекочевал из Дании на юг — в Германию, где в 1917 году берлинец Макс Хейзер создал новую его разновидность для женщин и назвал «ручной мяч».

Правила гандбола

Площадка для игры

Размер игрового поля составляет 40 (боковые линии) на 20 метров (линии ворот). Все линии на площадке имеют ширину 5 см., кроме внутренней линии ворот – она равна ширине стоек ворот 8 см.



Ворота имеют размеры 3 метра (длина) на 2 метра (высота).

Чтобы начертить площадь ворот, перпендикулярно от линии ворот отмеряют 6 метров и проводят параллельную им черту такой же длины (3 метра). Затем от каждой из стоек по внешней линии ворот отмеряют 6 метров, и с таким же радиусом проводят черту до места соединения с нарисованной параллельной линией (см. схему площадки).

Прерывистая линия бросков находится на расстоянии 3 метра от линии площади ворот.

Гандбольный мяч не должен скользить в руках и блестеть. Правила игры в гандбол выдвигают ряд требований к его окружности и весу, в зависимости от возраста участников и их пола:

- Мальчики 8-12 лет и девочки 8-14 лет – вес мяча 290-330 грамм, окружность 50-52 см.
- Мальчики 12-16 лет, девочки 14 лет и старше – вес мяча 325-375 грамм, окружность 54-56 см.
- мужские взрослые команды – вес 425-475 грамм, окружность 58-60 см.

Каждая команда состоит из 14 игроков, из которых 6 полевых, 1 вратарь и 7 человек являются запасными. Количество замен никак не ограничивается.

Длительность матча в гандболе также зависит от возраста участников:

- детские команды 8-12 лет – два 20-минутных тайма;
- подростковые 12-16 лет – два 25-минутных тайма;
- юношеские и взрослые – два 30-минутных тайма.

Время перерыва составляет 10 минут, и по его истечению производится смена сторон.

Согласно правилам соревнований по гандболу, в случае кубковых игр, когда основное время завершается вничью – проводятся два дополнительных 5-минутных тайма. Если и в этом случае победителя нет – еще два 5-минутных тайма. После них – серия 7-метровых бросков.

В каждом из таймов основного времени команды могут взять по одному минутному тайм-ауту (только когда владеют мячом).

В игре действует правило трех секунд и трех шагов, после которых мяч надо передать партнеру, ударить им об пол или выполнить бросок.

Полевым игрокам запрещается ступать в пределы площади ворот.

В гандболе есть три вида наказаний:

- • предупреждение;
- • двухминутное удаление;
- • дисквалификация.



Размеры площадки

