

# Гандбол. Правила игры

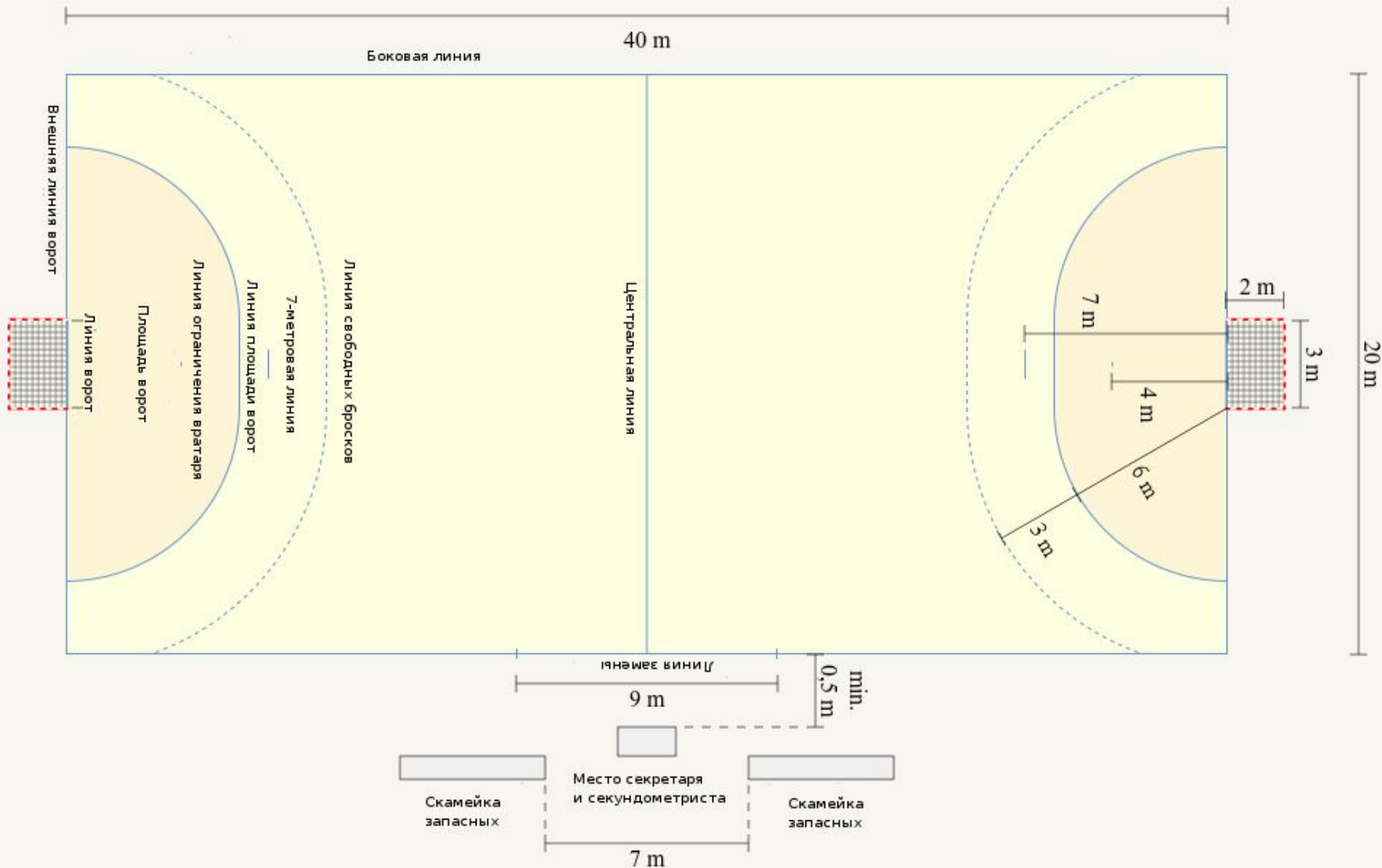


# Введение

- **Гандбол** (дат. *håndbold*, англ. *handball* от *hand* – рука и *ball* – мяч) – командная игра руками с мячом.
- **Цель игры** – как можно больше раз забросить мяч в ворота соперника.
- Гандбол появился в конце XIX века в Дании (параллельно в Чехии). В 1926 году признан международным видом спорта.
- Входит в программу Олимпийских игр у мужчин с 1972 г., у женщин с 1976 г.



# Площадка для игры



# Ворота

- Внутренние размеры: ширина 3 м, высота 2 м.
- Стойки и перекладина должны иметь квадратное сечение со стороной 8 см.
- С трёх видимых с площадки сторон должны быть попеременно окрашены в два контрастных цвета, отличающихся от цветов площадки.
- На воротах должна иметься сетка.





# Мяч

- Гандбольный мяч изготавливают из кожи или синтетического материала.
- Он должен быть круглым и не быть скользким или блестящим.
- Существует 3 размера гандбольных мячей:
  1. Окружность 50-52 см, масса 290-330 г для команд мальчиков 8-12 лет и девочек 8-14 лет;
  2. Окружность 54-56 см, масса 325-375 г для женских команд старше 14 лет и мужских команд 12-16 лет;
  3. Окружность 58-60 см, масса 425-475 г для мужских команд старше 16 лет.



# Команда

- Команда состоит из 14 человек, из которых одновременно на площадке могут находиться не более 7, остальные являются запасными.
- Один из находящихся на площадке игроков является вратарём.
- В начале игры в каждой из команд должно быть не менее 5 игроков.
- Запасной игрок может в любой момент выйти на площадку после того, как её покинет находившийся на ней игрок той же команды, который, в свою очередь, становится запасным. При этом выходить на площадку и покидать её игроки могут только через линию замены своей команды. Число замен не ограничивается.



# Вратарь в гандболе

- **Вратарь в гандболе** – игрок, который занимается охраной ворот своей команды во время гандбольного матча.
- Является единственным игроком, который может дотрагиваться до площадки в пределах площади своих ворот и касаться мяча любой частью тела после удара.
- Он не может принимать пас от своих игроков, находясь во вратарской, но может отдавать пас любым другим игрокам.
- Гандбольные вратари отличаются высоким ростом (до 2 м и выше), длинными руками и ногами. Они могут не только закрывать большую часть площади ворот, но и отбивать мячи руками и ногами.

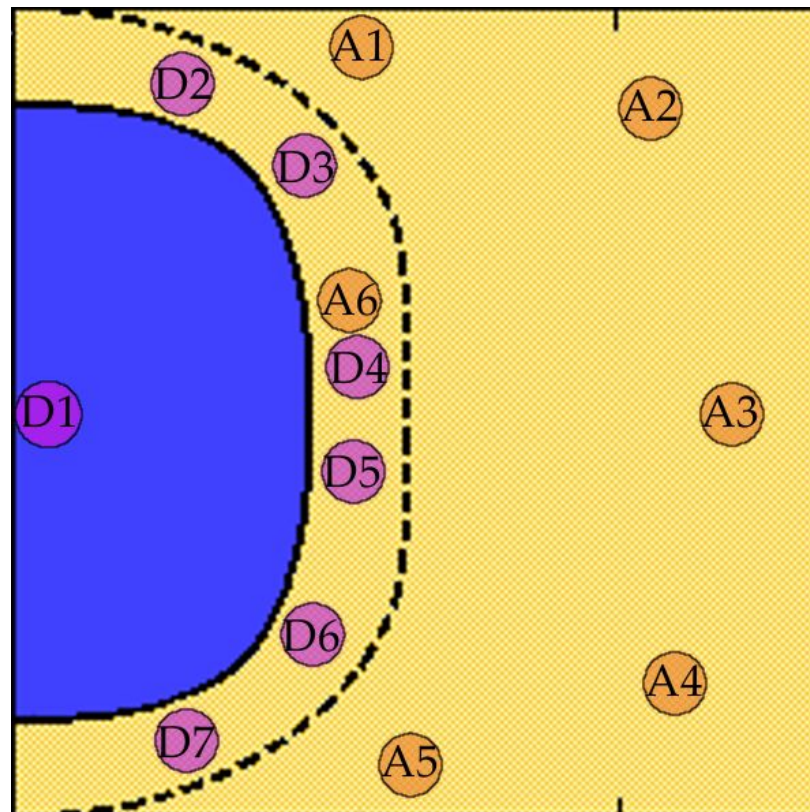




# Полевые игроки

- **Крайний в гандболе** – игрок, выступающий на самом краю левого или правого фланга. Крайний обязан помогать вратарю в обороне, а также развивать атаку.
- Как правило, левым крайним является правша, а правым крайним – левша.

**Крайние  
обороняющейся  
команды отмечены  
координатами D2 и D7,  
атакующей – A1 и A5**

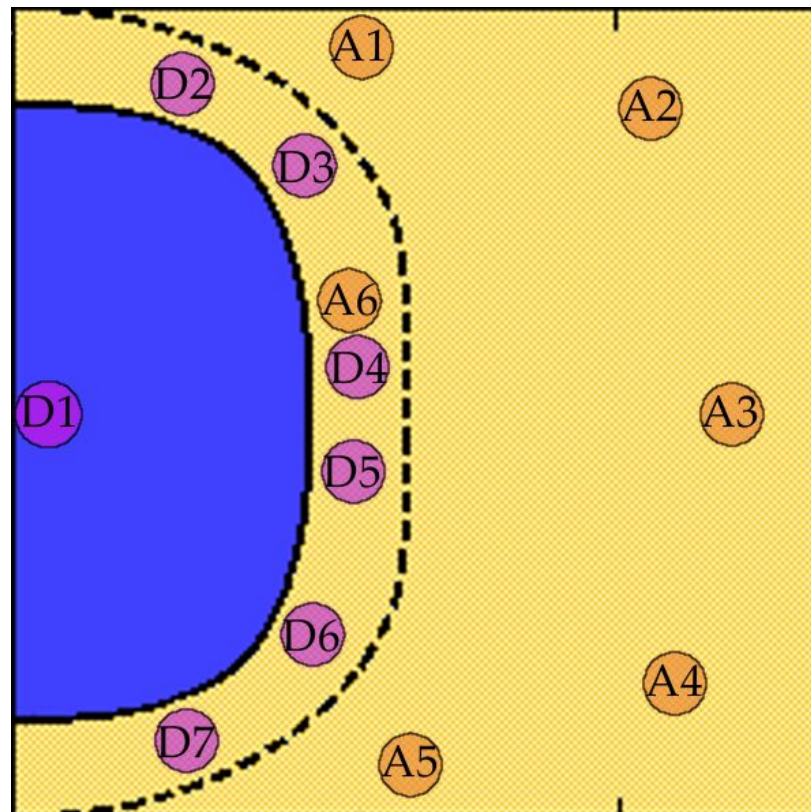




# Полевые игроки

- **Разыгрывающий в гандболе** – игрок, который играет в центральной части площадки (приблизительно в центре девятиметровой зоны);
- Помимо игры в обороне, отвечает за начало всех атак команды.

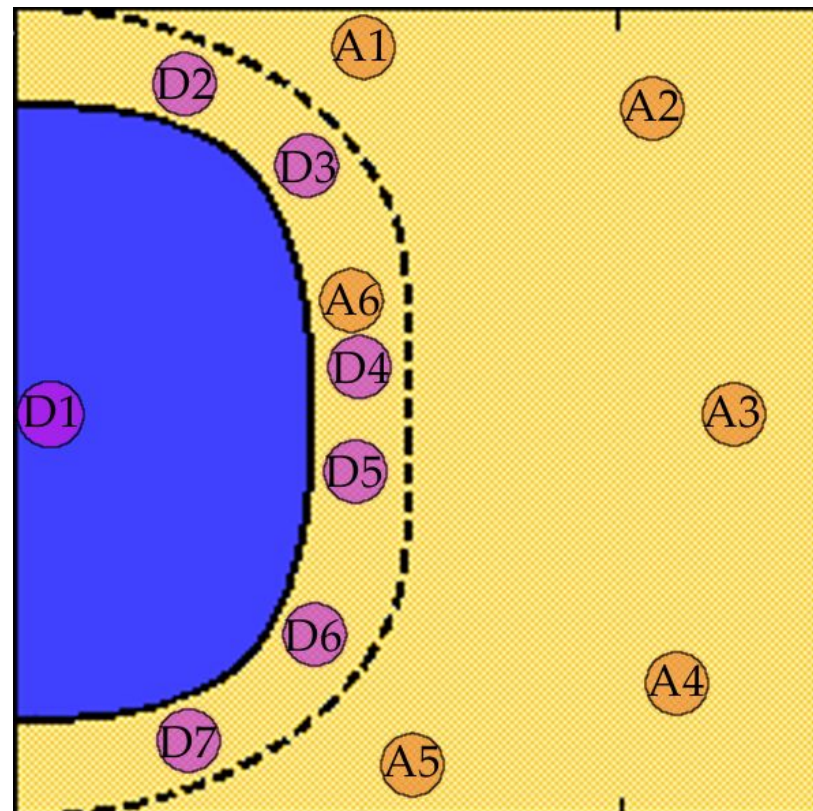
**Разыгрывающий  
обороняющейся команды  
отмечен координатой D4,  
атакующей – A3**



# Полевые игроки

- **Полусредний в гандболе** – игрок, который играет преимущественно в линии обороны на одном из флангов (правом или левом) и отвечает за начало атаки.
- Иногда роль полусреднего много совпадает с разыгрывающего.

**Полусредние  
обороняющейся команды  
отмечены координатами D3  
и D6, атакующей – A2 и A4**

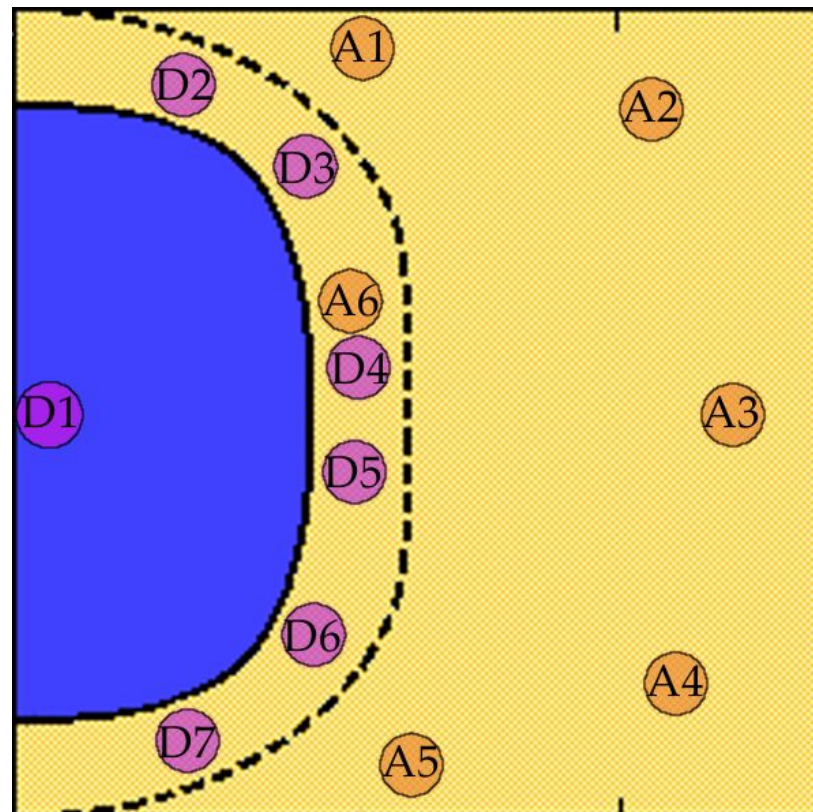




# Полевые игроки

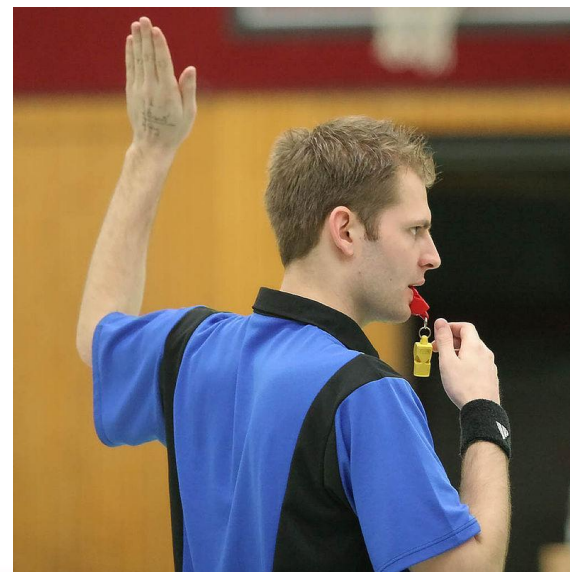
- **Линейный в гандболе** – игрок, который играет в центральной части площадки и относится номинально к группе атаки. У атакующей команды он находится ближе всего к 6-метровой зоне, у обороняющейся – дальше всего от ворот.
- Линейный является самым физически сильным игроком команды.

**Линейный  
обороняющейся  
команды отмечен  
координатой D5,  
атакующей – A6**



# Судьи

- Матч обслуживается двумя равноправными судьями, а помогают им секретарь и секундометрист.
- В случае разногласий решение принимается судьями совместно после совещания.
- Если оба судьи установили нарушение правил, но назначили за него различные наказания, действует более строгое из них.
- Для указания нарушений и возобновления игры используются свистки.





# Продолжительность игры

- Матчи взрослых команд (от 16 лет) состоят из 2-х таймов по 30 минут с 15-минутным перерывом (детских команд 8-12 лет состоят из 2-х таймов по 20 минут, а команд 12-16 лет – из 2-х таймов по 25 минут). После перерыва команды меняются сторонами площадки.
- В случае необходимости выявления победителя может быть назначено дополнительное время – два тайма по 5 минут с 1-минутным перерывом. При необходимости – еще 2 тайма, а затем и серия 7-метровых бросков.
- Отсчёт времени не прерывается при кратковременных остановках игры (выход мяча за боковую линию и др.). В случае более продолжительной остановки судьи останавливают секундомер (удаление игрока, совещание судей, тайм-аут).

# Игра

- Матч начинается с введения мяча в центр поля;
- Игроки могут смело касаться мяча любой частью тела, кроме ног;
- Прежде чем отдать передачу необходимо убедиться, что игрок находится на расстоянии более 3 метров;
- Игроки могут бросать, ловить, толкать и останавливать мяч, используя руки, голову, корпус, бёдра;
- Игрок может удерживать мяч не более 3 секунд, а также делать с ним не более 3 шагов, после чего должен передать мяч другому игроку, бросить его по воротам или ударить его об пол;





# Игра

- Касаться площадки в пределах площади ворот может только вратарь соответствующей команды. Однако пересекать границу площадки ворот в прыжке разрешено;
- Разрешается отбирать мяч у соперника открытой ладонью, контролировать перемещение соперника согнутыми руками при контакте с ним, блокировать соперника корпусом;



# Игра

- Замена игроков может проводиться неограниченное количество раз. Заменяющий член команды может выйти на поле только после того, как заменяемый гандболист его покинет;
- Не разрешается разыгрывать мяч пассивно, без видимых попыток атаковать;
- Гол засчитывается, если мяч полностью пересёк линию ворот, и при этом атакующая команда не нарушила правила, а судья не дал сигнала к остановке игры. Судьи могут засчитать гол, если мяч не попал в ворота в результате постороннего вмешательства (столкновение с брошенным на площадку предметом, действия постороннего лица и т. п.), но должен был туда попасть, не будь этого вмешательства;



# Игра

- Каждая команда имеет право один раз в течение тайма взять 1-минутный тайм-аут. Тайм-аут разрешается брать, когда команда владеет мячом;
- Матч выигрывает команда, забросившая больше мячей, чем противник.
- Ничьи допускаются, но в случае необходимости выявить победителя игры может быть назначено дополнительное время и/или серия 7-метровых бросков (в зависимости от регламента соревнования).



# Правила для вратаря

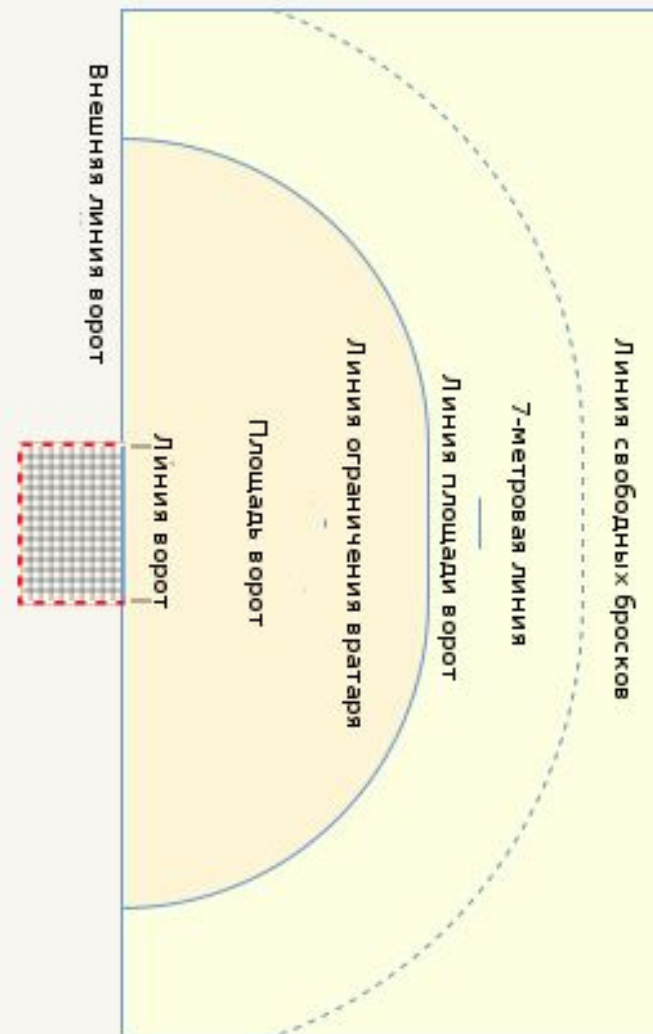
- Вратарь – единственный игрок, который может касаться площадки в пределах своей площади ворот;
- Вратарь в пределах своей площади ворот может при защите ворот касаться мяча любой частью тела;
- Вратарь может передвигаться с мячом по своей площади ворот без ограничений на время владения мячом или число шагов (однако затягивать время при броске вратаря не допускается);





# Правила для вратаря

- Вратарь может выйти из своей площади ворот без мяча; за её пределами рассматривается как обычный игрок;
- Вратарь не может выходить из площади ворот с мячом в руках, однако выходить с мячом, не находящимся под контролем вратаря, разрешено;
- Вратарь не может возвращаться в свою площадь ворот с мячом;
- Вратарь не может, находясь в площади ворот, касаться мяча, находящегося за её пределами.



# Броски

- **Начальный бросок** – способ начала игры, а также её возобновления после заброшенного гола.
- Одна из команд получает право на начальный бросок в начале первого тайма в результате жеребьёвки, другая команда выполняет начальный бросок в начале второго тайма.
- Начальный бросок после заброшенного гола выполняет команда, пропустившая мяч.
- Игрок, выполняющий начальный бросок, должен находиться в центре площадки (допускается отклонение от центра вдоль центральной линии на расстояние около 1,5 м). Одна стопа игрока должна находиться на центральной линии, вторая – на центральной линии или за ней.



# Броски

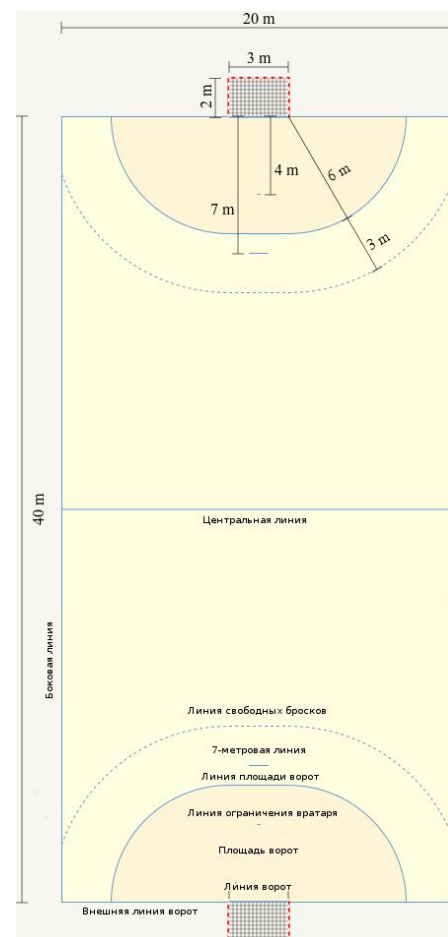
- Начальный бросок выполняется по свистку судьи в течение 3-х секунд в любом направлении. Бросок считается выполненным, когда мяч покидает руку игрока.
- Другие игроки команды, выполняющей начальный бросок, должны находиться на своей половине площадки до свистка судьи. Соперники выполняющей бросок команды должны находиться на своей половине площадки при броске в начале тайма, а при броске после заброшенного мяча могут находиться на любой половине площадки. Однако расстояние между выполняющим бросок игроком и соперниками в любом случае не должно быть меньше 3 м.



# Броски

**Бросок из-за боковой линии** выполняется когда:

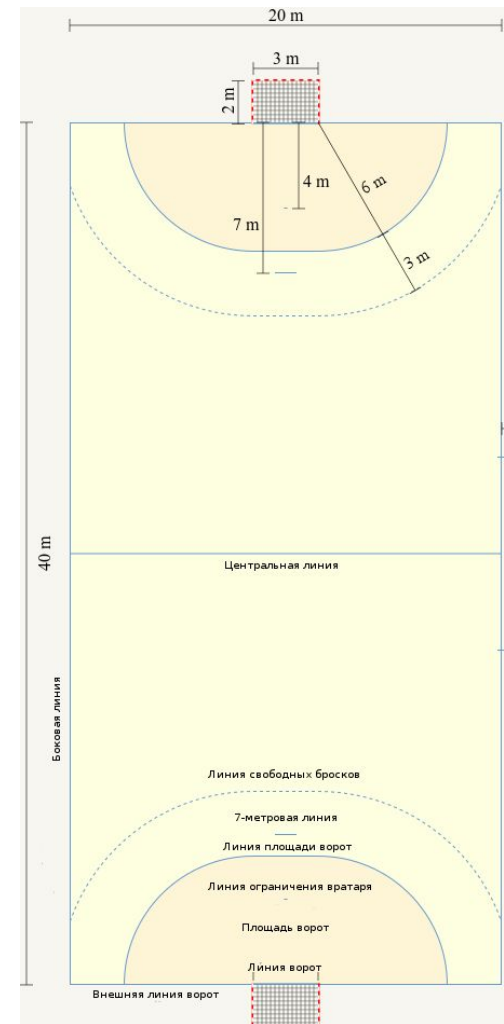
- Мяч полностью пересёк боковую линию – бросок выполняется с места, где мяч пересёк линию;
- Мяч полностью пересёк внешнюю линию ворот, а последним его коснулся полевой игрок защищающейся команды – бросок выполняется с места соединения боковой линии с внешней линией ворот;
- Мяч коснулся потолка или конструкций над площадкой – бросок выполняется с ближайшей к месту касания точки боковой линии.





# Броски

- Бросок из-за боковой линии выполняют соперники команды, игрок которой последним коснулся мяча.
- Выполняющий бросок игрок должен поставить одну стопу на боковую линию, положение второй стопы не регламентируется.
- Соперники выполняющего бросок игрока должны находиться не менее чем в 3 м от него, а если линия площади ворот проходит менее чем в 3 м от места выполнения броска – они могут находиться непосредственно у этой линии.



# Броски

**Бросок вратаря** выполняется, когда:

1. Мяч полностью пересёк боковую линию – бросок выполняется с места, где мяч пересёк линию;
2. Мяч полностью пересёк внешнюю линию ворот, а последним его коснулся полевой игрок защищающейся команды – бросок выполняется с места соединения боковой линии с внешней линией ворот;
3. Мяч коснулся потолка или конструкций над площадкой – бросок выполняется с ближайшей к месту касания точки боковой линии.



# Броски

- Бросок выполняется вратарём защищавшейся команды.
- Вратарь, выполняющий бросок, должен находиться в площади ворот и направить мяч так, чтобы он пересёк линию площади ворот.
- Бросок считается выполненным, когда мяч полностью пересечёт линию площади ворот.
- Соперники могут находиться непосредственно у площади ворот, но им не разрешается касаться мяча, пока бросок не будет выполнен.
- Гол, заброшенный в собственные ворота непосредственно после броска вратаря, не засчитывается.



# Броски

- **Свободный бросок** назначается при нарушениях правил, а также как способ возобновления игры после её остановки, даже если нарушения не было (например, после тайм-аута).
- Свободный бросок исполняет команда, против которой были нарушены правила или которая владела мячом перед остановкой игры.
- При назначении свободного броска против команды, владеющей мячом, её игрок обязан немедленно отпустить мяч или положить его на пол.
- Свободный бросок исполняется с места, где произошло нарушение правил или где находился мяч в момент остановки игры.



# Броски

- Если свободный бросок должен быть исполнен из пределов площади ворот команды, исполняющей бросок, или из зоны, ограниченной линией свободных бросков соперников, то он исполняется с ближайшей точки за пределами этих зон.
- Свободный бросок выполняется без свистка судьи (исключение – бросок при возобновлении игры без нарушения правил).
- Соперники должны находиться на расстоянии не менее 3 м от игрока, исполняющего бросок (исключение – линия площади ворот находится менее чем в 3 м от него; в этом случае допускается находиться непосредственно у этой линии).
- При назначении свободного броска судья жестом показывает, в какую сторону он назначен.

# Броски

**7-метровый бросок** назначается, когда в результате запрещённых действий игроков или официальных лиц соперника, а также действий посторонних лиц или форс-мажорных ситуаций (например, поломки освещения) команда лишается верной возможности забросить гол.

- К таким возможностям в частности относятся :
- Нахождение игрока с мячом у линии площади ворот соперника, причём соперник уже не может разрешёнными способами помешать ему совершить бросок по воротам;
  - Выход игрока с мячом один на один с вратарём соперника;
  - Выход вратаря из площади ворот, когда игрок, владеющий мячом, может беспрепятственно забросить его в пустые ворота.



# Броски

- Нарушение, наказываемое 7-метровым броском, может произойти в любом месте площадки.
- Игрок, выполняющий бросок, находится за 7-метровой линией на расстоянии не более 1 м от неё, не касаясь линии.
- Вратарь соперников находится между линией ворот и линией ограничения вратаря.
- Остальные игроки располагаются за линией свободных бросков, причём соперники выполняющего бросок игрока должны находиться не менее чем в 3 м от него.
- Игроки команды, выполняющей бросок, не могут касаться мяча после броска, пока мяч не коснётся игрока соперника или ворот.



# Наказания

- **Предупреждение** выносится за нарушения, направленные против игрока соперника или неспортивное поведение (демонстрация недовольства решением судьи, нарушение правила 3 метров при выполнении соперником стандартного броска, активная блокировка броска или паса ногой ниже колена, «театральное представление» с целью ввести судей в заблуждение и т.п.).
- Вынесение предупреждения сопровождается предъявлением жёлтой карточки.





# Наказания

- Максимальное количество предупреждений в течение одной игры:
  - Все игроки одной команды – 3 предупреждения;
  - Все официальные лица одной команды – 1 предупреждение.
- По достижении максимального количества предупреждений за дальнейшие нарушения назначаются более строгие наказания.
- Предупреждение также не выносится игроку, уже удалявшемуся в данной игре на 2 минуты. За дальнейшие нарушения он также получает более строгие наказания.

# Наказания

- **Удаление на 2 минуты** назначается за нарушения, опасные для здоровья соперника (большой интенсивности, против быстро движущегося соперника, физическое воздействие в область головы или шеи, сильные удары и т.п.), более серьёзное неспортивное поведение (протесты, выражающиеся громкими выкриками, жестами или провокационными действиями, неоставление мяча при решении судьи, блокировка доступа к мячу в зоне запасных), выход на площадку лишнего игрока, вмешательство в игру запасного игрока, неспортивное поведение удалённого игрока.
- Кроме того, удаление назначается за менее серьёзные нарушения, когда игрок, команда или официальные лица получили максимальное число предупреждений.



# Наказания

- Удаление сопровождается жестом судьи – поднятием руки с двумя выпрямленными пальцами.
- При этом наказании удалённый игрок покидает площадку на 2 минуты игрового времени, команда играет это время в неполном составе. Удалённый игрок находится на скамейке запасных своей команды. При применении этого наказания к официальному лицу команды, оно остаётся на скамейке запасных, а срок удаления отбывает один из игроков.
- Третье 2-минутное удаление одного игрока в течение матча влечёт его автоматическую дисквалификацию. Все официальные лица одной команды могут получить лишь одно 2-минутное удаление, дальнейшие нарушения наказываются дисквалификацией.



# Наказания

- **Дисквалификация (удаление до конца игры)** назначается за грубые нарушения правил, грубое неспортивное поведение (демонстративная откидка мяча после свистка, отказ вратаря отражать 7-метровый бросок, бросок мяча в голову соперника при свободном или 7-метровом броске, умышленный бросок мяча в соперника во время остановки игры и т.п.).
- В случае особо грубых нарушений дисквалификация сопровождается написанием рапорта в спортивные структуры (оскорбление или нападение на другого игрока, судью, зрителя, официальное лицо; вмешательство официального лица в игру и т.п.).
- Дисквалификация также назначается, если игрок получает 3-е 2-минутное удаление в течение одной игры или если официальные лица команды получают 2-е и последующие 2-минутные удаления в течение игры.



# Наказания

- Дисквалификация сопровождается предъявлением красной карточки.
- Дисквалифицированный игрок или официальное лицо обязаны покинуть площадку и зону запасных и не имеют права поддерживать какие-либо контакты с командой до конца игры.
- Дисквалификация всегда сопровождается 2-минутным удалением. Через 2 минуты после дисквалификации команда может выпустить игрока на замену дисквалифицированному.
- Если дисквалификация будет сопровождаться написанием рапорта в спортивные структуры, то она сопровождается предъявлением синей карточки.





**Будьте здоровы**

**И**

**играйте в гандбол!!!**