

# 6'er håndball

(9-10-åringer)

## Intensjonen med barnehåndball

- Det skal være inspirerende, motiverende og artig å spille håndballkamp.
- Rett fokus mot prestasjoner, innsatsvilje, fremgang og forsøk - ikke på resultat.
- Jevne kamper er artigst for begge lag, og ingen bør vinne med mer enn ti mål.
- Lagleder for det beste laget har ansvar for at kampen blir jevn og artig for begge lag.
- Begge lags lagledere har ansvar for at begge lag har skåret mål ved kampslutt.
- Det er en målsetting at hver enkelt spiller skal ha flere ballkontroller ved hvert angrep og at alle spillerne i løpet av kampen oppmuntres til å skyte mot mål.
- Stor dominans fra en eller to enkeltspillere bør begrenses. Gi heller slike spillere ekstra utfordringer/oppgaver som å spille fri andre, spille på nye spilleplasser, øve på finter og nye pasnings- og skuddvarianter.



## Retningslinjer for 6'er håndball

1. Spilletiden er 1 x 20 min
2. Det benyttes ballstørrelse 00 i 9-årsklassen, og størrelse 0 i 10-årsklassen.
3. Laget kan bestå av inntil 12 spillere, men vi anbefaler kun 8 spillere slik at alle får spille mest mulig.
4. Alle på laget skal spille tilnærmet like mye og alle på laget kan spille målvakt i løpet av kampen.
5. Det er avkast fra midten kun når omgangene starter.
6. Etter skåring settes ballen alltid i spill fra målfeltet av målvakten, og IKKE fra midten.
7. Kontringer er lov, men gjentatte kontringer bør begrenses.
8. Det er lov å spille både utgruppert og nedgruppert i forsvar, men alt forsvarsspill skal være ball- og ballbaneorientert begrunnet ut fra et ønske om at de yngste skal jobbe aktivt for å erobre ballen i forsvar.
9. Reglene om ballbehandling, tre skritt og tre sekunder, håndheves BARE når spilleren har hatt vesentlig fordel av aksjonen.
10. Det oppfordres til at spillerne får prøve seg i flest mulig angreps- og forsvarsposisjoner i løpet av en kamp.
11. I 6'er håndball KAN advarsel og utvisning benyttes ved regelbrudd i forhold til motspiller og ved usportslig opptreden. Diskvalifikasjon skal IKKE forekomme.
12. En utvisning i 6'er håndball er kun personlig. Dette betyr at lagledelsen umiddelbart kan sette inn en ny spiller til erstatning for den utviste. Den utviste spilleren er klar til ny deltakelse etter 2 minutter.

**Begeistring**  
**Innsatsvilje**  
**Respekt**  
**Fair Play**



Norges  
Håndballforbund  
Region Sør

Håndball for alle