

تاریخچه ورزش هندبال و خلاصه ای از خطاها و قوانین این بازی

ورزش هندبال

ورزشی گروهی است که دو تیم هر کدام دارای هفت بازیکن رو بروی یک دیگر (Handball: به انگلیسی) هندبال رقابت می کنند، از این هفت بازیکن ، یک نفر به عنوان دروازه بان جلوی دروازه می ایستد. در این ورزش بر خلاف ورزش فوتبال به جای پا از دست برای پاس دادن و شوت کردن استفاده می شود. در هندبال تیمی برنده است که تعداد گل بیشتری بزند

تاریخچه هندبال

تاریخ نویس مشهور یونان در کتاب معروف خود اودیسه، از ورزش هندبال با نام «اورانیا» یاد کرده است. نقش های مربوط به این بازی که در سال ۶۰۰ قبل از میلاد روی یکی از دیوارهای آتن جاری شده بود، در سال ۱۹۲۶ کشف شد

قوانین هندبال

مدت بازی

در دو زمان ۳۰ دقیقه ای برای بزرگسالان – ۲۵ دقیقه ای برای جوانان – ۲۰ دقیقه ای برای نوجوانان و ۱۵ دقیقه ای برای نونهالان می باشد با زمان استراحت ۱۰ دقیقه ای بین دو نیمه

تعداد بازیکن

۱۲ نفر که ۷ نفر بازیکن اصلی می باشند و در مینی هندبال ۵ نفر اصلی می باشند

دروازه بان

دروازه بان می تواند در منطقه ۶ متری مانور دهد و هر زمان از منطقه بیرون آید به عنوان بازیکن زمین محسوب می شود. هیچ بازیکنی حق ندارد توپ را در منطقه ۶ متری به دروازه بان پاس بدهد

بازیکن زمین

بازیکنان اجازه دارند توپ را با پاس یا دریبل به زمین حریف انتقال دهند، مشروط به اینکه مرتکب تخلف نشوند (رانینگ – دبل) هر بازیکن حق استفاده از دو تا سه گام را دارد. یک سه گام قبل از دریبل و سه گام دوم بعد از دریبل که باید بلافاصله توپ را پاس دهد و یا شوت بزند

بازیکن ذخیره

بازیکن ذخیره در هر لحظه و به دفعات می تواند وارد زمین بازی شود مشروط به اینکه ابتدا بازیکن از زمین خارج شود و سپس بازیکن ذخیره وارد زمین گردد

انواع هندبال

هندبال روی چمن

در این بازی که قوانین آن شبیه به هندبال است طول زمین بین ۹۰ تا ۱۱۰ متر و عرض زمین بین ۵۵ تا ۶۵ متر است. شعاع دایره محوطه جریمه ۱۳ تا ۱۴ متر است. در هر تیم ۱۱ بازیکن و ۲ بازیکن ذخیره وجود دارد و هر نیمه ۳۰ دقیقه است. این بازی کم کم رو به فراموشی است آخرین جام جهانی که برای این رشته برگزار شد سال ۱۹۶۶ بود

هندبال داخل سالن

هندبال ساحلی (شِنبال)

این هندبال در ساحل برگزار می‌گردد در این بازی که در دو یا سه ست برگزار می‌گردد بازیکنان باید توپ را با دست وارد دروازه حریف کنند. بیشتر قوانین این بازی همانند هندبال است. در این بازی گل بازیکن ۱ امتیاز و گل دروازه بان ۲ امتیاز دارد

هندبال چکی

ورزشی از دسته ورزش های هندبالی است که پیدایش آن مربوط به کشور چک است. این ورزش یکی از ورزش‌های بیرون از سالن (اوت دور) برشمرده می‌شود. هندبال چکی در سال ۱۹۰۵ در پراگ (پایتخت جمهوری چک) ابداع شد. اندازه زمین آن ۴۵ در ۳۰ متر است. دروازه‌ها نیز هر کدام دارای ۲/۴ متر بلندا و پهنایی به اندازه ۲ متر هستند

هندبال آمریکای

هندبال گیلی

هندبال فریسک

ورزشی از دسته ورزش‌های هندبالی می‌باشد. این ورزش از ورزش‌های سنتی فریسلاند محسوب شده و ورزشی محبوب در آن منطقه است. اولین حضور این ورزش در سال ۱۹۲۸ در بازی‌های المپیک تابستانی آمستردام بود

خطاهای هندبال

در صورتی که داور بازیکن خطاکار را با یک دست نشان دهد با دست دیگر در بالای سر و به وسیله دو انگشت علامت ۲ راه نشان دهد یعنی بازیکن ۲ دقیقه اخراج شده است. بازیکنی که ۳ بار ۳ دقیقه اخراج شود، کارت قرمز گرفته و حق بازی کردن ندارد، یا اصطلاحاً دیسکافیله شده است، بعد از دو دقیقه یک بازیکن دیگر می‌تواند جایگزین بازیکن اخراجی شود

توهین به داور، خطای اکسلود نامیده می‌شود که باعث اخراج بازیکن از زمین و محل ذخیره ها شده و بازیکن، دیگر حق ورود به زمین را ندارد

در هنگام تعویض، اگر بازیکن زودتر از بازیکن تعویضی وارد زمین شود، مجازات دو دقیقه شامل هر دو بازیکن می‌شود

در صورتی که هنگام زدن پنالتی، پس از سوت داور، بازیکن پنالتی زننده توپ را به زمین بزند، خطا محسوب شده و حق زدن پنالتی از آن تیم گرفته می شود

در صورتی که بازیکن مدافع در هنگام دفاع، داخل قوس شود و مزاحمت ایجاد نماید خطای پنالتی گرفته می شود