

Skole:	Trinn:	Elevnummer	Kjønn:	Det første språket du lærte:
	7	n 611x	jente gutt	norsk annet

HÅNDBALL

På skolen i friminuttene om sommeren, pluss, vi noen ganger å spille håndball. Håndball er en morsom sport med mye fart som krever litt sprøhet og styrke. Hvis du vil prøve å spille det, men ikke kan reglene, så kan jeg forklare deg hvordan håndball fungerer.

Når man skal spille håndball må man deles inn i to lag. På hvert lag skal man være 7 spillere. Det er seks utespillere, og en keeper. Nå gjør ikke jeg på håndball, og jeg kan ikke mye om det. Men jeg har forstått det som om at utespillerene er ving, bekk, midt og strek. Og så keeperen da. Jeg kan jo ta å forklare reglene etter på, men jeg begynner med utstyret.

håndball

Av utstyr, trenger man i håndball så klart! Man trenger mål, håndballsko og knebeskyttere.

Utstyret er det egentlig ikke så veldig mye mer å si om. Så da går vi bare videre på sted og årstid.

Håndball kan man spille inne i en gymsal eller ute på asfalt. (Hver mål) Det er mange som tror at man kan spille håndball ute i hagen, eller på en gressplass eller på fotballbane men man må spille på hard bakke, eller sprer ikke ballen. Jeg skal tegne en skisse av banen, men først tar jeg reglene.

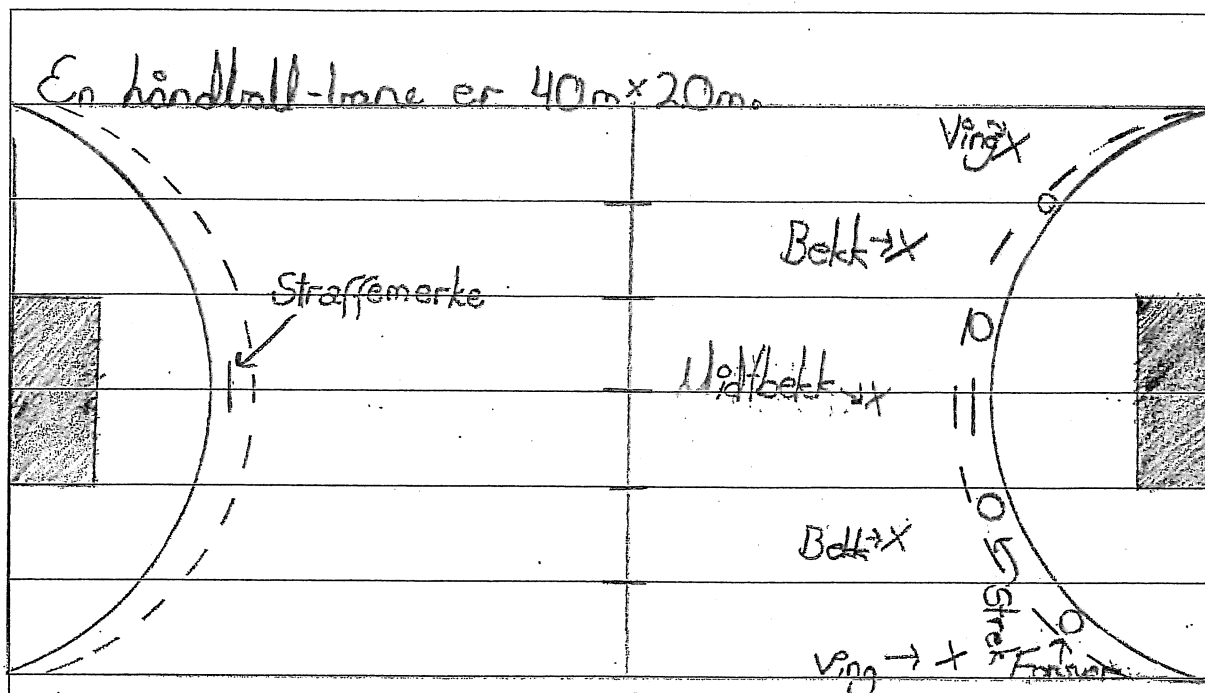
Laget som starter med ballen, løper vingene opp.

De andre sentrer og drar ballen til hverandre til de er ved 9 meteren. Hver landslag står i forsvar, og prøver å få tak i ballen. Poenget med hele spillet er jo å få ballen i mål. Så da prøver man selvsagt å hoppe opp og skyte i mål. Spillerene kan gå bak 9 og 7 meteren, men på 6 meteren kan bare keeperen.

nbatt

Når man går opp, drapper man ballen, men man kan IKKE ta dobbeldrop. Dobbeldrop er hvis man drapper ballen går med den, og drapper igjen. Og man kan bare bruke hendene. (Uttatt keeper) Blir det spark, blir det straffe. Da må den som tar spark stille seg opp i forsvar, og motstanderne velger en til å skyte. Den som skyter stiller seg på straffemerket. Man kan også bare ha ballen i 3 sek uten å droppe eller sentre. Og man kan bare ta tre skritt med ballen, da blir man raddt til å gå den fra seg. Vanligvis er det jenter som spiller håndball. Men gutten spiller også.

På neste onk skal jeg tegne en skisse av en håndball. Bare, så du kan se hvordan den ser ut.



Her er håndbold-banen ↑

Det lærte med spille er at man altid er i farts
mens man er på banen, og holder sig i aktivitet.

Alle rollerne på banen er vigtige, og jeg
personlig liker best å spille ving. Nå har jeg
egentlig ikke så mye mer å si om spillet,
og jeg håper du får resten forklaringen min av
håndball.