

# Zweimal 3gegen3

## (Vorteile)

### Im Angriff:

- Mehr Ballkontakte für jeden Spieler.
- Dynamisches Spielverhalten aller Spieler ohne Ball (erhöhtes Laufspiel).
- Permanente Entscheidungssituationen im Spiel 1gegen1 (lernintensives Spiel).
- Einfache und damit erfolgreiche Entscheidungsfindung durch größere Räume und überschaubare Lösungsalternativen (Wahrnehmung erleichtert).

### In der Abwehr:

- Permanente Notwendigkeit der situativen Zuordnung zum Gegenspieler (Manndeckung).
- Mehr Entscheidungssituationen im 1gegen1.
- Betonung einer ballorientierten Spielweise.
- Vereinfachung der Entscheidungsfindung.

### Allgemein:

- Hochintensive Spielphasen (auf der Ballseite) wechseln mit regenerativen Phasen (auf der ballfernen Seite).
- Im 3gegen3 können die Kinder, ohne in taktische Systeme gepresst zu werden, die Grundlagen der Manndeckung und des Angriffs dagegen erlernen.

# Offensiv das Spiel erlernen

Im Kinderhandball dürfen nicht die gleichen Maßstäbe wie in den älteren Jugendklassen oder bei den Aktiven angewendet werden.

Wettspiele im Kinderhandball müssen sich an den entwicklungsgerechten Trainingsinhalten orientieren - Basis ist dabei das offensive Abwehrspiel mit folgenden Vorteilen:

- das Spiel wird in Breite und Tiefe geöffnet,
- ein ausgeprägtes Mittelfeldspiel entsteht,
- das Spiel 1gegen1 ohne/mit Ball steht im Vordergrund,
- die Grundlagen der individuellen Spielfähigkeit werden ausgebildet,
- Flexibilität und Kreativität werden entwickelt,
- motivierende Lern- und Spielerlebnisse stehen im Vordergrund,
- Erfolgserlebnisse für alle Spieler/innen werden geschaffen und
- das offensive Abwehrspiel bietet einen Schutz gegen ausschließlich erfolgsorientierte Trainer!

Der Hessische Handball-Verband e.V. führt deshalb in dieser Saison verbindliche Vorgaben für die Spiele im Kinderhandball ein, die auf der Basis der Vorgaben des Deutschen Handball-Bundes (DHB) beruhen.

Hessischer Handball-Verband e.V.  
Otto-Fleck-Schneise 4  
60528 Frankfurt/M.  
Fon: 069 - 6789302  
Fax: 069 - 6789217  
Internet: [www.hessen-handball.de](http://www.hessen-handball.de)  
E-Mail: [lehrwesen@hessen-handball.de](mailto:lehrwesen@hessen-handball.de)



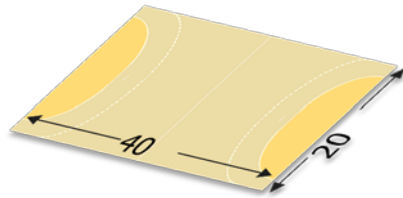
# Hessischer Handball- Verband e.V.



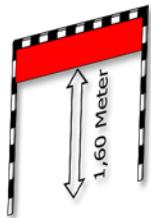
# Informationen zur Spielform Zweimal 3gegen3 E-Jugend

## E-Jugend – Vorgaben (allgemein)

- In der ersten Halbzeit wird Zweimal 3gegen3 und in der zweiten Halbzeit 6gegen6 mit Manndeckung mindestens ab der Mittellinie im eigenen Halbfeld gespielt.
- Es wird auf das normale Handballfeld (20 m x 40 m) gespielt.



- Die Torhöhe ist auf 1,60 Meter abgehängt.



- Es wird mit Ballgröße 0 gespielt.



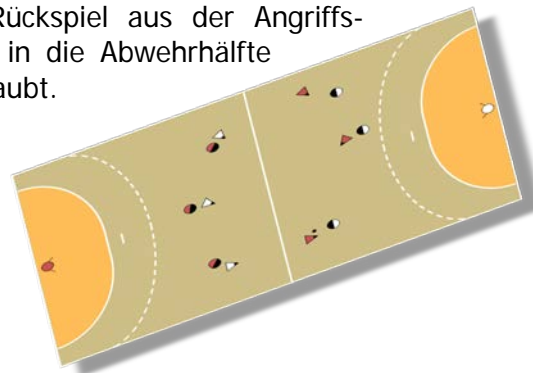
- Die Spieler dürfen nur bei Ballbesitz gewechselt werden (Ausnahme: Time-Out, Team-Time-Out).
- Bei Zeitstrafen darf der fehlbare Spieler durch einen Mitspieler ersetzt werden, so dass immer in Gleichzahl gespielt werden kann.



ERGÄNZEN

## Zweimal 3gegen3 (besondere Regeln)

- Gespielt wird auf dem normalen Feld.
- Das Handballfeld wird für jede Mannschaft in eine Angriffs- und Abwehrhälfte geteilt.
- Es wird in beiden Hälften Manndeckung gespielt.
- Jedes Team agiert mit je 3 Spielern in jeder Spielhälfte (insgesamt 6 Feldspieler + 1 Torwart).
- Die Mittellinie darf von keinem Spieler überschritten werden.
- Wird die Mittellinie überschritten, wird auf Freiwurf für die gegnerische Mannschaft entschieden.
- Der Torwart bringt den Ball nach einem Tor (Anwurf) an der 4-Meter-Linie mit Pfiff des Schiedsrichters direkt wieder ins Spiel.
- Der Gegner darf den Raum zwischen Torraum und Freiwurflinie beim Anwurf durch den Torwart nicht betreten.
- Die Spieler können bei Ballbesitz über die Wechselzone aus- bzw. eingewechselt werden.
- Ein Tausch zweier Spieler zwischen Angriffs- / Abwehrhälfte ist nur durch einen regulären Wechselvorgang möglich.
- Das Rückspiel aus der Angriffshälfte in die Abwehrhälfte ist erlaubt.



## Zweimal 3gegen3 (Ausbildungsziele)

- Freies Spiel ohne taktische Zwänge
- Spiel in großen Räumen
- Positionsvariabilität
- Vielseitige individuelle Schulung

### Hinweise:

- Die Spielanteile (in der Abwehr- und der Angriffshälfte) **müssen** gerecht verteilt werden.
- Anstatt eines 7-m-Wurfs wird in der E-Jugend ein **Penalty** ausgeführt. Der ausführende Spieler startet dabei auf Pfiff des Schiedsrichters im zentralen Raum („Korridor“ zwischen beiden Pfosten) zwischen der Mittellinie und der 9-m-Linie. Während des Anlaufs dürfen keine technischen Fehler (Schritte, Prell- und Tippfehler, Fuß, Kreis etc.) gemacht werden. Der Abschluss erfolgt mit Schlagwurf (Sprungwurf ist verboten!) zwischen 9 m und 6 m.

Die Abwehr muss den zentralen Raum zwischen beiden Pfosten („Korridor“) freihalten und darf erst nach dem Wurf wieder eingreifen.