



SHF (IHF) PLUDMALES HANDBOLA SPĒLES NOTEIKUMI

(Spēkā no 2010. gada 1. marta. Saīsināts variants)

Pludmales handbola noteikumi bāzējas uz SHF (IHF) spēles noteikumiem. Pludmales handbola psiholoģija bāzējas uz "Godīgas spēles principiem" ("Fair Play") un katrs lēmums ir jāpieņem saskaņā ar šiem principiem.

1 SPĒLES LAUKUMS

1.1 Pludmales handbola laukums (diagramma Nr.1) ir taisnstūris 27 m x 12 m. Apkārt smilšu laukumam ir jābūt apmēram 3 m brīvai zonai. Uz laukuma jābūt vismaz 40 cm biežai smilšu kārtai.

1.2 Vārtu laukums ir veidots iezīmējot paralēlu līniju (vārtu laukuma līnija) 6 m attālumā no gala līnijas.

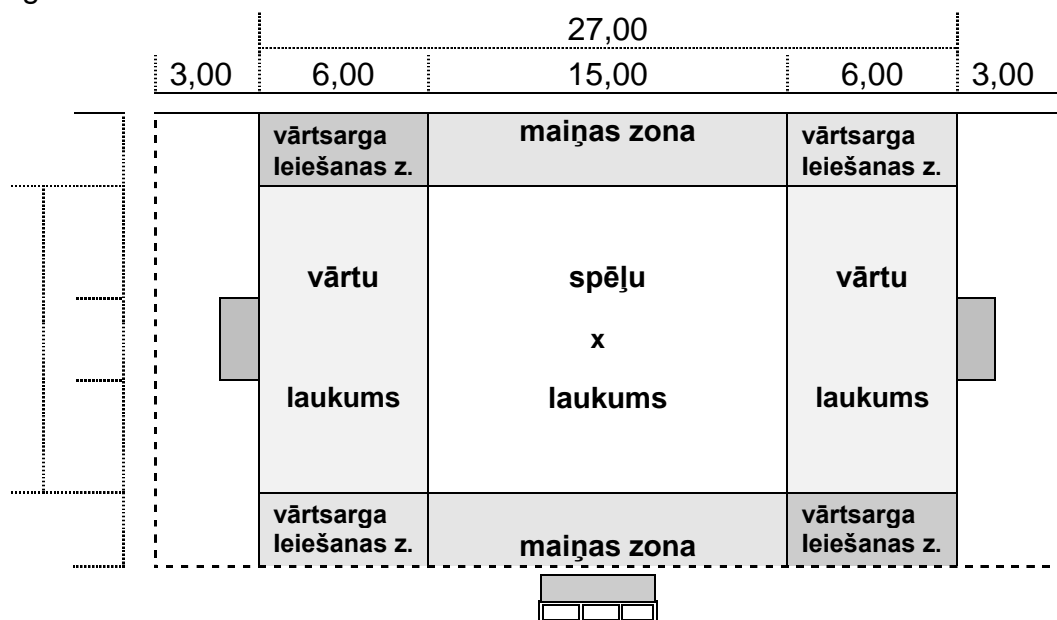
1.3 Spēles laukums ir 15 m garš un 12 m plats. Norobežojošām līnijām jābūt atzīmētām ar elastīgu marķerlenti apmēram 8 cm platumā.

1.4 Pie tiesnešu galdiņa jābūt vietai 2-3 cilvēkiem un tam jāatrodas 3 m no sānu līnijas laukuma centrā.

1.5 Maiņas zona laukuma spēlētājiem ir 15 m gara un apmēram 3 m plata.

1.6 Vārtsargs drīkst atstāt laukumu maiņas zonā, jeb šķērsojot sānu līniju savā vārtu laukumā, bet drīkst ieiet tikai savā vārtu laukumā.

Diagramma Nr.1



2 SPĒLES SĀKUMS, SPĒLES LAIKS

2.1 Tiesneši pirms spēles ar monētas palīdzību nosaka kurai no komandām ir tiesības pirmai izvēlēties laukuma pusi vai maiņas zonu. Otra komanda izdara savu izvēli saskaņā ar pirmās komandas lēmumu.

Pēc pārtraukuma starp puslaikiem komandas apmainās ar laukuma pusēm, bet ne maiņas zonām.

2.2 Spēle sastāv no 2 puslaikiem, punkti katrā tiek skaitīti atsevišķi. Puslaiks ilgst 10 min. Pārtraukums starp puslaikiem ilgst 5 min. Katrs no spēles puslaikiem un "zelta vārti" sākas ar tiesneša iemetienu.

2.3 Komanda var pieprasīt vienu minūtes pārtraukumu katrā puslaikā.

2.4 Ja pēc puslaika rezultāts ir neizšķirts, tad uzvarētāja noteikšanai tiek pielietota "zelta vārtu" metode. Katra puslaika uzvarētājs iegūst vienu punktu.

2.5 Ja abus puslaikus ir uzvarējusi viena un tā pati komanda, šī komanda ir spēles uzvarētāja ar rezultātu 2:0.

2.6 Ja katra komanda ir uzvarējusi pa puslaikam, tad rezultāts ir neizšķirts. Tā kā vienmēr ir jānosaka spēles uzvarētājs, tad uzvarētāja noteikšanai tiek pielietota metode " viens spēlētājs pret vārtsargu ".

3 BUMBA

3.1 Vīriešu bumbas apkārtmērs ir 54-56 cm, sievietes - 50-52 cm.

3.2 Pirms spēles jābūt pieejamām 3 bumbām. Lai izvairītos no pārtraukumiem spēles laikā, pēc tiesnešu signāla jāpaņem rezerves bumba, lai cik ātri vien iespējams to varētu ievadīt spēlē.

4 KOMANDA

4.1 Komandas sastāvā var būt līdz 8 spēlētājiem, no kuriem vismaz 6 spēlētājiem jābūt uz spēles sākumu. Ja vienai komandai spēlētāju skaits kļūst mazāks par 4, spēle tiek pārtraukta, un šī komanda atzīta par zaudētāju.

4.2 Spēles laikā uz laukuma var būt 4 spēlētāji (3 laukuma spēlētāji un vārtsargs). Atlikušie spēlētāji ir rezervisti, kuri paliek viņu komandas maiņas zonā. Principā visiem jāpaliek sēžot.

Tikai divi no oficiālajām personām drīkst atrasties komandas maiņas zonā.

4.3 Nepareizas nomaiņas gadījumā spēlei jāturpinās ar brīvmetienu vai ar 6 m soda metienu, kuru izpilda pretinieku komanda. Ja spēle nav bijusi pārtraukta, tai jāatsākas ar atbilstošu iemetienu šādai situācijai. Vainīgais spēlētājs ir jānoraida.

Spēlētājiem atļauts iziet no spēles laukuma pa īsāko ceļu savas komandas pusē.

4.4 Visi spēlētāji spēlē ar basām kājām. Valkāt zeķes un sporta pārsējus ir atļauts.

5 VĀRTSARGS

5.1 Kad vārtsargam nav bumbas, viņam ir atļauts atstāt vārtsarga laukumu, **šajā gadījumā, vārtsargs ir pilnība atbildīgs par jebkāda veida kontaktu ar uzbrūkošās komandas spēlētāju: ja pēdējām nav iespējas redzēt vārtsargu, ja nav iespējas izvairīties no vārtsarga.**

Šāds kontakts spēlē „viens pret vārtsargu” tiek sodīts ar 6m soda metienu un diskvalifikāciju. Spēles laikā šāda veida pārkāpumi tiks sodīti progresīvi un spēle atsāksies ar iemetienu atbilstoši situācijai.

Gadījumi kad uzbrūkošās komandas spēlētājam ir iespēja ieraudzīt un izvairīties no saskares ar vārtsargu – tiek vērtēti kā uzbrucēja kļūda par labu vārtsargam.

Ja vārtsargs, vārtsarga laukumā, lec pretī uzbrūkošās komandas spēlētājam metiena brīdī;” lai iebiedētu”, šādos gadījumos tiek nozīmēts 6m soda metiens un noraida vārtsargu. Ja vārtsargs rada fizisku saskari, tiek nozīmēts 6m soda metiens un piešķirta diskvalifikācija.

5.2 Vārtsargam nav atļauts pieskarties bumbai ja tā stāv vai ripo ārpus vārtu laukumā.

5.3 Vārtsargam nav atļauts pieskarties bumbai ar pēdu vai kāju zem ceļgala ja tā stāv vārtu laukumā vai pārvietojas spēles laukuma virzienā (brīvmetiens).

6 SPĒLE AR BUMBU

6.1 Var lēkt pakaļ bumbai, kura atrodas uz zemes vai ripo.

6.2 Ja bumba atrodas uz zemes ilgāk par 3 sek., tad to nevar ņemt spēlētājs, kurš tai pieskāries pēdējais (brīvmetiens).

6.3 Bumbu var spēlēt arī ja tā stāv vai ripo vārtu laukumā. Taču laukuma spēlētājam nav atļauts iekāpt vārtu laukumā, lai to paņemtu (brīvmetiens).

7 VĀRTU GŪŠANA UN SPĒLES IZNĀKUMA NOTEIKŠANA

7.1 Vārti tiek gūti un viens punkts tiek piešķirts, kad bumba pilnībā ir šķērsojusi vārtu līniju. Vārtu guvums jāieskaita pretiniekiem, ja spēlētājs iemet bumbu savos vārtos.

7.2 Vārti, kurus tiesneši ieskaitīja, nevar tikt anulēti, ja vārtsarga iemetiens tika izpildīts.

7.3 Par atraktīvi gūtajiem vārtiem tiek piešķirti divi punkti .

7.4 Par vārtiem gūtajiem ar 6-m metienu tiek piešķirti divi punkti

7.5 Ja vārtsargs gūst vārtus, tiek piešķirti divi punkti.

7.6 Pēc katra vārtu guvuma spēle atsākas ar vārtsarga iemetienu.

7.7 Ja katra komanda uzvar vienu puslaiku, tālāk spēlē "viens spēlētājs pret vārtsargu ". Katra komanda nozīmē 5 spēlētājus, kas veic metienus pārmaiņus ar pretinieku. Ja vārtsargs ir nozīmēts kā laukuma spēlētājs, viņa vietā vārtos jāiet citam. Uzvar tā komanda, kura gūst vairāk vārtus no 5 metieniem.

Tiesneši izlozē kurš kuros vārtos metīs un kura komanda sāks.

Sākumā vārtsargi nostājas katrs uz savu vārtu līnijas, bet spēlētājs nostājas ar vienu kāju labajā vai kreisajā stūrī, kur vārtu laukuma līnija krustojas ar sānu līniju. Kad atskan tiesneša svilpe, spēlētājs atspēlē savam vārtsargam, kurš stāv uz vārtu līnijas. Šīs piespēles laikā bumba nedrīkst pieskarties zemei. Tiklīdz bumba atstāj spēlētāja roku, abi vārtsargi drīkst iet uz priekšu. Vārtsargs ar bumbu nedrīkst atstāt vārtu laukumu, 3 sek. laikā viņam vai nu jāmet pa pretinieka vārtiem, vai jāpiespēlē savam komandas biedram, kurš skrien uz pretinieka vārtiem, bumbai nepieskaroties zemei. Spēlētājam jānoķer bumba un jāmēģina gūt vārti. Ja noteikumus pārkāpj uzbrūkošā komanda uzbrukums beidzas.

7.8 Ja aizstāvošais vārtsargs nosargā vārtus pārkāpjot noteikumus, ir jāpiešķir 6 m soda metiens.

7.9 Ja pēc pirmajiem 5 metieniem uzvarētājs nevar tikt noteikts, šī spēle pēc metodes "viens spēlētājs pret vārtsargu" ir jāturpina. Komandas samainās ar pusēm un atkal tiek noteikti 5 spēlētāji. Spēli sāk otra komanda. Šajā sērijā un visās turpmākajās par uzvarētāju kļūst tas, kurš izvirzījies vadībā ja komandām ir bijis vienāds mēģinājumu skaits.

7.10 Ja spēlētāju skaits paliek mazāks par 5, tad šai komandai būs mazāks mēģinājumu skaits, jo neviens no spēlētājiem nevar mest divas reizes.

7.11 Spēlējot pēc sistēmas "viens spēlētājs pret vārtsargu" visi spēlētāji atrodas savā maiņas zonā. Spēlētāji, kuri izdarījuši metienu, atgriežas savā maiņas zonā.

8 IEMETIENS

8.1 Iemetiens tiek piešķirts, ja bumba pilnībā šķērsoja sānu līniju vai pieskaras pretinieku komandas spēlētājam un tad šķērso gala līniju.

8.2 Iemetiens tiek izdarīts no tās vietas, kur bumba šķērsoja sānu līniju vai 1 m no punkta, kur vārtu laukuma līnija krustojas ar sānu līniju, ja bumba ir pārgājusi pāri gala līnijai vai sānu līnijai vārtu laukumā.

8.3 Aizsargājošās komandas spēlētājiem jābūt vismaz 1 m no iemetiena izpildītāja.

9 VĀRTSARGA IEMETIENS

Vārtsarga iemetiens izpildāms, ja vārtsargs pārvalda bumbu vārtu laukumā un, ja bumba šķērso gala līniju, turklāt pēdējais bumbai ir pieskaries vārtsargs vai pretinieks, kā arī pēc pretinieka gūtajiem vārtiem. **Vārtsarga iemetienu jāveic vārtsargam, kurš atrodas vārtsarga laukumā, tikai pēc tā izpildes var izdarīt vārtsargu maiņu.**

10 BRĪVMETIENS

10.1 Kad tiek izdarīts brīvmetiens, uzbrūkošās komandas spēlētājiem jābūt vismaz 1 m attālumā no vārtu laukuma līnijas.

10.2. Aizsargājošās komandas spēlētājiem jābūt vismaz 1m no brīvmetiena izpildītāja, taču visi var stāvēt pie vārtu laukuma līnijas.

11 6 m SODA METIENS

Kad tiek izpildīts 6 m soda metiens, vārtsargs un citi spēlētāji no aizstāvošās komandas nedrīkst nākt tuvāk kā 1m attālumā no metēja.

12 TIESNEŠA IEMETIENS

Tiesnesis nosvilpj un laukuma vidū met bumbu vertikāli gaisā.

13 FORMĀLO METIENU IZPILDIJUMS

Visi metieni, izņemot tiesneša iemetienu, var tieši novest pie vārtu guvuma.

14 SODI

14.1 Spēlētāji, kuri ir noraidīti, drīkst ieiet laukumā vai viņus var aizstāt ar citu spēlētāju tiklīdz komandas apmainās lomām (uzbrukums - aizsardzība vai otrādi).

Spēlētājus, kuri ir diskvalificēti, var aizstāt ar citu spēlētāju tiklīdz komandas apmainās lomām (uzbrukums - aizsardzība vai otrādi).

Spēlētājus, kuri ir noraidīti uz visu spēli, nevar aizstāt ar citu spēlētāju.

14.2 Pēc otrā noraidījuma spēlētāju diskvalificē. Principā diskvalifikācija pēc diviem noraidījumiem ir spēkā tikai uz atlikušo spēles laiku.

14.3 **Pārkāpumi pret spēlētājiem ar potenciāli smagām sekām veselībai tiek sodīti ar diskvalifikāciju.** Tūlītēja diskvalifikācija sakarā ar nopietnu noteikumu pārkāpumu, nopietnu nesportisku uzvedību, vai noraidīšana līdz spēles beigām ir spēkā uz atlikušo spēles laiku. Taču atgadījums jāizskata attiecīgā komisijā, lai noteiktu turpmāko lēmumu.

15 TIESNEŠI

Ja abiem tiesnešiem ir atšķirīgas domas un viņi ne var vienoties par to, cik punkti jāpiešķir par gūtiem vārtiem, tad laukuma tiesneša lēmums ir izšķirošais.

16 LAIKA TIESNESIS UN TIESNESIS-SEKRETĀRS

Kad spēlētājs ir noraidīts tiesnesim-sekretāram to jāapstiprina spēlētājam un tiesnesim ar paceltu kartiņu. Kartiņa "1" par pirmo noraidījumu un "2" par otro.

ROKAS SIGNĀLI

1 Ja vārti ir ieskatīti un tiek piešķirti viens vai divi punkti laukuma tiesnesis to parāda ar attiecīgo pirkstu skaitu. Ja tiek piešķirti divi punkti, vārtu tiesnesis papildus izpilda pilnu vertikālu apgriezianu ar taisno roku.

2 Ja spēlētāju noraida tiesnesis parāda noteikumu pārkāpumu un norāda uz vainīgo spēlētāju. Noraidījumu apzīmē saliekta roka satverta ar otru roku plaukstu locītavā.

MAIŅAS ZONA

Abas komandas atrodas maiņas zonā savā laukuma pusē. Principā abu komandu spēlētājiem ir jāsež.

PASKAIDROJUMI

1 Sodi

Teikums "spēkā uz atlikušo spēles laiku" attiecas arī uz "viens spēlētājs pret vārtsargu" un "zelta vārtiem".

2 Speciālie apstākļi

Ja "viens spēlētājs pret vārtsargu" situācijas laikā ārējie apstākļi (vējš, saule un t. t.) stipri ietekmē spēli, tiesneši var izlemt izmantot tikai vienus vārtus.