

KÄSIPALLOA KOULUIHIN

HELPOT VINKIT HAUSKAAN KOULUPELIIN



Suomen Käsipalloliitto 2014

ALKUSANAT

- Käsipallo on todella helppo ja hauska koulupeli! Tytöt ja pojat voivat pelata yhdessä.
- Pallon hallinta käsillä on helppoa, ja siksi jokainen voi osallistua ja tehdä maaleja!
- Pehmeää palloa ei kukaan pelkää!
- Normaali koulun sali riittää, maaleina voi olla salibandy- tai patjamaalit
- Maalivahdin alueen voi rakentaa ja soveltaa itse!
- Pelaa yksinkertaisilla säännöillä!

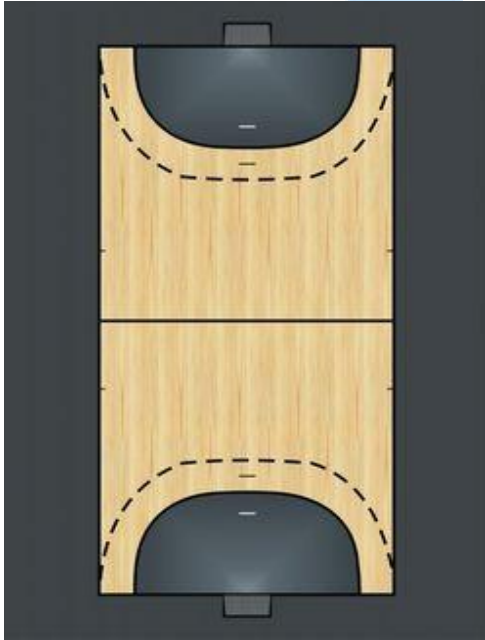


TIESITKÖ ETTÄ, _

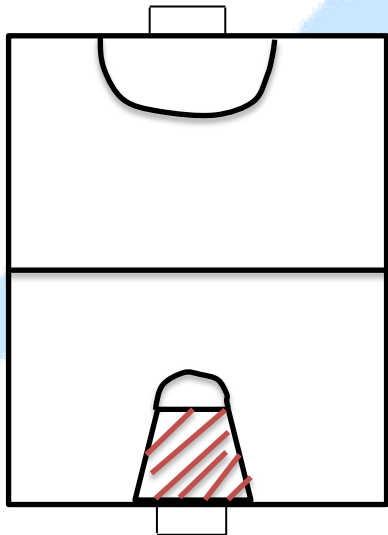
- Käsipallo on maailman kolmanneksi suosituin sisäpallopeti (koris, lentis, käsis), ja Euroopassa seuratuin sisäjoukkuelaji.
- Maailmassa on 20 miljoonaa käsipalloilijaa lähes 200 maassa; se on ollut olympialaji vuodesta 1972.
- Käsipallo on palloilulajien yleisurheilua: siinä juostaan, hypätään, heitetään ja välillä jopa painitaan.
- Käsipallo-ottelussa tehdään paljon maaleja, jopa 50-70 / ottelu.
- Kovimpien heittäjien kädestä pallo voi lähteä jopa 140 km /h!
- Käsipallo on Fair Play -peti. Vaikka peti on huipputasolla fyysistä ja kovaa, tulee pelata reilusti ja kunnioittaa vastustajaa.
- Käsipalloa voidaan pelata monella eri alustalla, pehmeällä pallolla ja ilman kontaktia, joten se soveltuu kaikille.



Kentän mitat



- Viralliset mitat: 20 x 40 m
- Maalivahdin alue 6 m maaliviivasta (harmaa alue)
- Vapaaheiton viiva 9 m maaliviivasta (katkoviiva)
- Maalin koko: 2 x 3 m
- Pelaajia kentällä 6 + 1
- Junioreiden pelipallo:
 - 6–10-v. pehmeä, kuminen pallo, koko 0
 - 11–12 v. nahkainen pallo, koko 0
 - 13–15 v. nahkainen pallo, koko 1
 - 16–17 v nahkainen, koko 2



Koulun sali:

- 12 x 20 m tai pienempi
- Maalivahdin alueet voivat olla minkä muotoisia hyvänsä, vaikka koripallon vapaaheittoviiva + 3 sek. alue TAI rakenna puolikaari kartioilla/narulla
- Suhteuta mv-alueet kentän kokoon, ei liian suuret, ettei pelitila pienene liikaa
- Maaleina voivat toimia vaikka salibandymaalit tai patjat
- Pelaajia 4 + 1 tai 5 + 1 riippuen kentän koosta
- Kaikille pehmeä kuminen pallo tai vaahtomuovipallo, koko 0

SÄÄNTÖJÄ

PERUSSÄÄNNÖT:

- Pallo kädessä saa ottaa 3 askelta. Tämä kannattaa hyödyntää joka kerta.
- Palloa saa pomputtaa yhtäjaksoisesti niin kauan kuin haluaa. Kaksoiskuljetus ei sallittu.
- Palloa saa pitää kädessä 3 sekuntia.
- Maalivahdin alueelle ei saa astua kukaan muu kuin maalivahti.
- Palloa ei saa riistää kädestä eikä käteen saa lyödä.
- Fyysinen kontakti sitominen, töniminen ja työntäminen on kielletty.

Aloita yksinkertaisilla säännöillä:

- Pallo kädessä 3 askelta
- Maalivahdin alueelle ei saa astua (paitsi mv)

Extra: Myöhemmin voit lisätä 1 pompautuksen säännön: Kun on liikkunut pallo kädessä 3 askelta voi pompauttaa palloa maassa. Tämän jälkeen voi ottaa uudet 3 askelta. Sen jälkeen pallo on pelattava pois.

Tämä on hyvä sääntö, koska tällöin kukaan ei voi dominoida peliä pomputtamalla mielin määrin, mutta oppilaat saavat mahdollisuuden pompauttaa ja näin lisää vauhtia ja etenemismahdollisuuksia.

→ TÄRKEINTÄ ON LIIKE JA NOPEA TEMPO. VÄHEMMÄN SÄÄNTÖJÄ, ENEMMÄN MAALEJA!



LÄMMITTELYPELEJÄ JA -LEIKKEJÄ

LIMA JA KEIJU 1 Ik. →

- Alue: Ryhmän koosta riippuen, esim. 6 metrin alueen sisällä tai muu vastaava rajattu alue.
- Pelin kulku: Alueen sisällä on keijujen maa ja alueen ulkopuolella limameri. Kaksi limaklönttiä (hippaa) ryömivät keijujen alueelle, vatsa ei saa nousta lattiasta irti. Keijut yrittävät **PALLOA POMPUTTAEN**, kevyin askelein välttää osumista limaklöntteihin. Jos keiju joutuu limamereen tai limaklöntti onnistuu koskemaan keijuun, muuttuu keiju limaklöntiksi. Limaklöntin yli EI SAA HYPÄTÄ!

KUKA PELKÄÄ KÄSIPALLOILIJAA 1. Ik →

- Alue: Koko kentän yli
- Pelin kulku: Valitaan kaksi "hurjaa käsipalloilijaa", ja muut menevät kentän pätyyn pallo kädessä. Hurja käsipalloilija seisoo puolessa kentässä selkä muihin päin ja huutaa: "Kuka pelkää käsipalloilijaa?! Muut lähtevät liikkeelle palloa koko ajan pomputtaen, ja hurja käsipalloilija yrittää saada heitä kiinni (myös niin ikään palloa pomputtamalla) **koskettamalla** heitä pallolla. Jos jää kiinni, muuttuu hurjaksi käsipalloilijaksi.
- Monipuolisuutta voit lisätä eri liikkumistavoilla: vain heikommalla kädellä pomputus, vuorokäsin pomputus, takaperin liikkuminen ja pomputus jne.

ALUEEN KUNINGAS 4 Ik. →

- Pelialue: Jokin rajattu alue, koko riippuu pelaajien määrästä.
- Pelin kulku: Pelaajat liikkuvat alueella palloa pomputtaen ja yrittävät lyödä toistensa palloja ulos alueelta. Peli päättyy kun alueella on enää yksi pelaaja jäljellä. Aluetta tulee pienentää pelaajien vähetessä niin että kaksi viimeistä ovat enää vain 2 m² alueella.

Pelin vaikeusastetta voi lisätä määräämällä pelaajille tehtäviä:

- 1 vihellys – käy istumassa palloa pomputtaen
 - 2 vihellystä – käy päinmakuulla palloa pomputtaen
 - 3 vihellystä – käy selin makuulla palloa pomputtaen
- Liiku vain takaperin – sivuttain jne. jne.

Näitä edellä mainittuja voit harjoituttaa myös erikseen.

KIINNIOTTOVIERI 1 lk. →

Alue: neliön tai suorakulmion muotoinen esim. 10 x 5 m tai pienempi.
Pelin kulku: kaksi joukkuetta, joista kumpikin lähtee kiertämään neliötä samaan suuntaan vastakkaisista kulmista. Leikin idea on viestijuoksunomaisesti saavuttaa ja saada kiinni toinen joukkue juoksemalla ja pomputtamalla palloa aluetta ympäri. Jokainen juoksee yhden kierroksen. Seuraava juoksija lähetetään matkaan antamalla pallo käteen. Matkalle voi asettaa erilaisia esteitä, esim. aitoja (yli ja ali), törppöjä ym. Viesti jatkuu niin kauan kunnes toinen joukkue on saanut toisen kiinni.

PALLOHIPPA 6 lk. →

Alue: Koko koulun sali, isolla kentällä esim. puoli kenttää.
Pelin kulku: 2 hippaa, joilla yksi pallo tai 4 hippaa ja 2 palloa. Hipat saavat liikkua vain toisilleen palloa syöttelemällä. Hipat saavat kuitenkin ottaa 3 askelta pallo kädessä. Hipat yrittävät **KOSKEA PALLOLLA** karkuun juoksevia. Aina kun hipat saavat karkuun juoksijoita kiinni, hipat lisääntyvät. Hipat erottaa paremmin, jos hipoilla on liivit päällä. Palloa ei saa heittää kohti karkuun juoksevaa, vaan pallolla pitää koskea. Kaksi viimeisiksi jäänyttä ovat seuraavan kierroksen hipat.

PALLOHIPPA JOUKKUEITTAIN 6 lk. →

Pelialue: Määrätään pelialue – esim. puoli kenttää.
Pelin kulku: Kaksi joukkuetta vastakkain.
Toinen joukkue kiinniottajana – toinen joukkue yrittää karkuun.
Kiinniottava joukkue yrittää palloa toisilleen syötellen ottaa toisen joukkueen pelaajia kiinni. Kun pelaaja jää kiinni, tippuu hän pelistä pois. Hippa saa ottaa 3 askelta pallo kädessä.
Peli päättyy kun kaikki pelaajat ovat saatu kiinni – voittajajoukkue on se, joka nopeammin ottaa vastustajajoukkueen pelaajat kiinni.

10 SYÖTTÖÄ ALUEELLA 5 lk. →

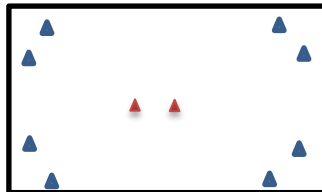
Pelialue: Määrätään sopiva pelialue
Pelin kulku: Kaksi joukkuetta pelaa vastakkain. Joukkueet keräävät pisteitä – kymmenen syöttöä = 1 piste.
Pelin vaikeusastetta voi lisätä määräämällä pelaajille tehtäviä:

- Liikkuminen sivuttain
- Liikkuminen takaperin jne.
- Pallon käyttäminen maassa ennen syöttöä
- Syötöt ainoastaan lattian kautta/heikommalla kädellä, molemmin käsin jne.

NELJÄN MAALIN PELI 6. lk →

Pelialue: puoli kenttää isossa salissa tai kokonainen koulun sali

Pelin kulku: Aseta kentälle kartioilla 4 maalia (porttia) yksi kentän kuhunkin kulmaan. Kaksi joukkuetta pelaavat palloa syöttelemällä toisiaan vastaan yrittäen tehdä maaleja. Maali tehdään syöttämällä pallo omalle joukkuekaverille minkä tahansa portin läpi, joko suoraan ilmassa tai lattian kautta pompulla. Maalin jälkeen sama joukkue saa jatkaa. Seuraava maali tulee tehdä eri maaliin kuin edellinen. Pallon saa pois riistämällä sen syötönkatkolla. Kolme askelta pallo kädessä sallittu. Kentän keskelle voi laittaa **viidennen** maalin, jos haluaa haastetta.



SALAMAPALLO/RUGBY 6. lk →

Pelialue: Koko kenttä

Pelin kulku: Maalit tehdään ennalta määrätyle alueelle päätyihin (ultimate).

Syöttää saa ainoastaan taaksepäin siitä kohdasta, jossa syöttöhetkellä seisoo. Pallo kädessä saa juosta niin pitkälle kunnes joku koskee, jolloin on pysähdyttävä ja pelattava pallo pois. Ei vartalokontaktia. Syötöt vapaavalintaisesti.

SPEEDBALL (ULTIMATE) 5. lk. →

Pelialue: Koko kenttä

Pelin kulku: Kaksi joukkuetta pelaa vastakkain. Pelin ideana on saada pallo vastustajan päätyalueen sisään. Käsipallosäännöt, peliin voi laittaa erilaisia rajoitteita esim:

- Ei saa pomputtaa / vain yksi pomppu
- Suunta vaihtuu, jos onnistuu koskettamaan vastustajaa kahdella kädellä rintaan.
- Suunta vaihtuu jos saa sidottua vastustajan pelaajan.

TÄHTÄÄ TUOLIIN 3 lk. →

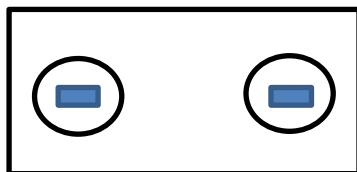
Pelialue: määrätty alue, esim. puolella kentällä poikittain. Koulun salissa koko kenttä. Päätyihin rajataan ns. tuolin valtakunta, jonka keskelle laitetaan tuoli. Alueen rajat n. 2 m tuolista joka suuntaan. Rajaa alue kartioilla.

Pelin kulku: kaksi joukkuetta pelaavat toisiaan vastaan palloa syötellen. Kumpikin joukkue yrittää osua pallolla tuoliin. Tuolin valtakuntaan ei saa astua. Puolustaja yrittää estää tuoliin osumista alueen ulkopuolella peittämällä. Pomputtaminen on kielletty.

HYPPÄÄ PATJALLE 5 lk. →

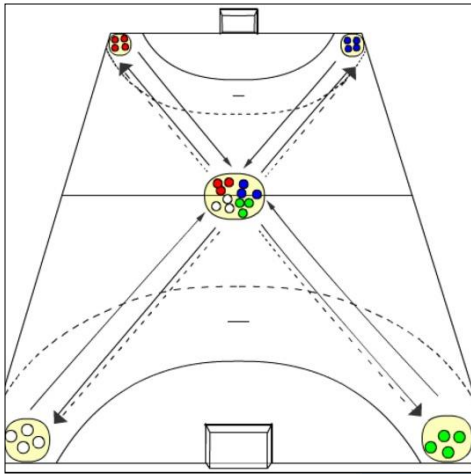
Pelialue: koulun sali, isolla kentällä puolikas kenttä

Pelin kulku: Aseta patjat lattialle kumpaankin päätyyn. Jätä tilaa patjan taakse. Rajaa patjojen ympärille kielletty tila, jonne ei saa astua. Kaksi joukkuetta pelaavat toisiaan vastaan käsipallolla syötellen. Maali tehdään siten, että kaverin syöttämä pallo otetaan ilmassa kiinni ja tullaan pallo kädessä alas patjan päälle. Patjan ympärille rajatulla alueella ei saa oleskella. Patjan päälle voi myös heittäytyä.





VIESTEJÄ JA KISOJA

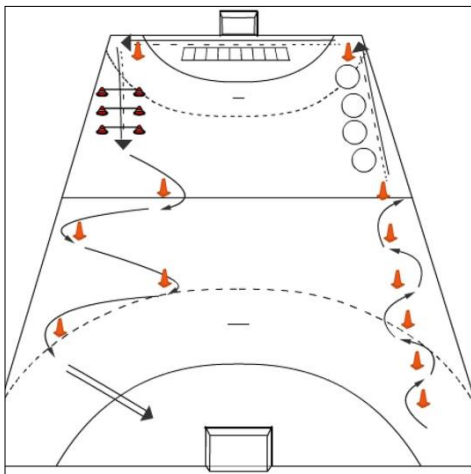


Pallot pesään (1 lk. →)

Pelin kulku: 2 – 4 joukkuetta, riippuen kuinka monta pelaajaa.

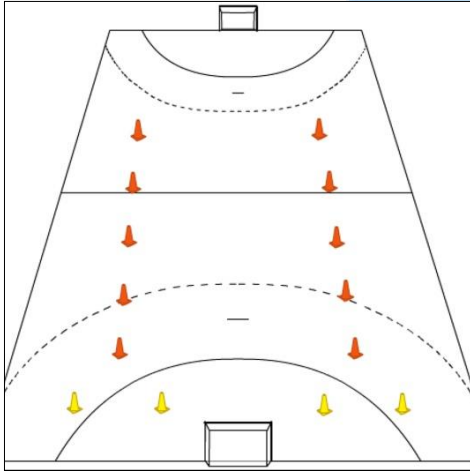
Joukkue yrittää kerätä omaan pesäänsä mahdollisimman paljon palloja.

Eniten palloja pesäänsä kerännyt joukkue voittaa. Mielekkyyttä voi lisätä etenemistavoilla. Ensimmäisellä kerralla pallot haetaan pomputtaen. Toisella kerralla pomputtaen ja yhdellä jalalla hyppien. Kolmannella kierroksella kyykyssä pomputtaen ja neljännellä takaperin pomputtaen. Muita: ryömien, kierien, rapukävelen jne.



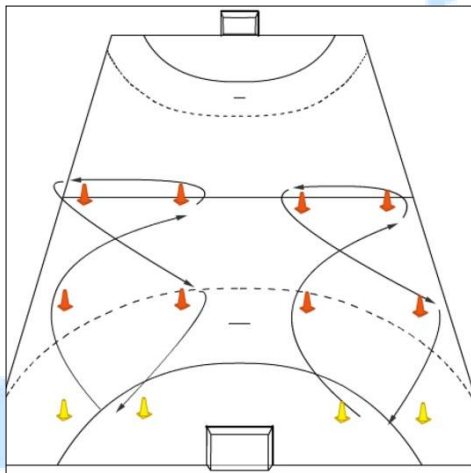
Pujottelurata (1 lk. →)

- Asettele merkkikartiota ja muita esteitä tasaisin välimatkoin radalle. Juoksijoiden tulee pujotella rata läpi.
- Jos pallo karkaa, pomputtelijan tulee tehdä esim. kuperkeikka.
- Radalle voi laittaa erilaisia esteitä. Esim.
 - Penkki, jonka päällä juostaan ja pomputetaan palloa samalla.
 - Vanteita
 - Pujottelukartioita
 - Patjoja
 - Määrätään kummalla kädellä pomputetaan
 - Määrätään millä tavoin tulee liikkua: sivuttain, takaperin, ristiaskelin, jne



Pomputtelu kilpailu merkkikartioiden ympäri (3 lk. →)

- Kilpailijat pujottelevat pomputellen radan läpi ja vaihtavat vaihtoalueella.
- Kilpailuun voi keksiä paljon vaihtoehtoja:
 - Kierretään aina kartio
 - Kaksi väliä eteenpäin, yksi taaksepäin ja taas kaksi eteenpäin
 - Käsien käytössä vaihtelu-mahdollisuuksia.



Pomputtelu kilpailu merkkikartioiden ympäri (3 lk. →)

- Sama kuin edellinen mutta enemmän ja selkeämpiä suunnanvaihdoksia.
- Kilpailuun voi keksiä paljon vaihtoehtoja:
 - Välit sivuttaisliikkeessä
 - Käsien käytössä vaihtelu-mahdollisuuksia
 - Alueen keskelle voi laittaa maton jossa voi tehdä eri liikkeitä esim. kuperkeikan tai kärrynpyörän.

**HENKILÖKOHTAISIA
TEKNIikka- JA
KOORDINAATIOHARJOITTEITA**

PALLOON TUTUSTUMINEN JA PALLONKÄSITTELY

Juoksu kentän yli ja samalla...

- Pomputetaan oikealla kädellä – vasemmalla kädellä. Vuorokäsin, kaksi oikealla, kaksi vasemmalla jne.
- Pomputetaan palloa etuperin, takaperin, sivuttain: vuorokäsin kolme vasemmalla, yksi oikealla tms.
- Pomputetaan palloa kentän viivoja seuraillen
- Pomputetaan palloa astumatta millekään viivalle
- Kuljetetaan palloa sormilyönnein pään yläpuolella (silmä-käsikoordinaatio)
- Heitetään pallo ilmaan, otetaan selän takaa kiinni ja heitetään takaisin eteen. Muista suora selkä!
- Heitetään pallo ilmaan, hypätään ja otetaan pallo ilmassa kiinni. Tasajalka alastulo pieneen kyykkyy. Alastulossa keskittyminen polvi-varvas -linjaan. Käsivarret joustaa palloa kiinni otettaessa.
- Heitetään pallo ilmaan ja annetaan sen pompata takaisin maahan. Pallo otetaan kiinni mahdollisimman nopeasti sen jälkeen kun pallo on käynyt maassa.
- Vieritetään palloa eteenpäin, juostaan kiinni ja pysäytetään askelkyykkyasennossa toisella polvella. Telemark-alastulo on hauska.
- Vieritetään palloa eteenpäin ja pysäytetään se istumalla sen päälle.
- Heitetään pallo ilmaan ja taputetaan käsiä yhteen niin monta kertaa kuin ehtii.
- Heitetään pallo ilmaan ja taputetaan vuorotellen vartalon edessä ja takana.
- Heitetään pallo ilmaan, nostetaan polvia vuorotellen ja taputetaan reisien alapuolella niin monta kertaa kuin ehtii.



Pallotekniikkaharjoitteita paikoillaan

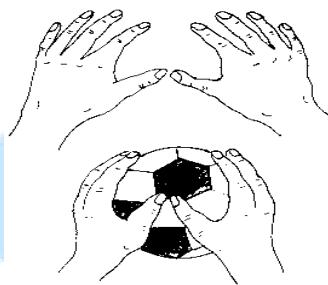
- Pomputellaan palloa koko ajan vartalon ympäri, vasemmalta oikealle ja oikealta vasemmalle.
- Pomputetaan palloa kahdeksikon muodossa jalkojen välissä.
- Heitetään pallo ilmaan, käydään istumaan ja otetaan pallo istualtaan kiinni. Heitetään pallo jälleen ilmaan, nousestaan seisomaan ja otetaan pallo kiinni. Jos osaa, voi kokeilla tehdä kaiken samalla kertaa.
- Pallo lattialla, pyöritetään sormenpäillä palloa kahdeksikkona jalkojen ympäri.
- Pallo kahdessa kädessä pään yläpuolella, taivutetaan vartaloa taaksepäin ja pompautetaan pallo takakautta jalkojen välistä eteen.
- Käy istumaan, selin ja päinmakuulle koko ajan palloa pomputtaen
- Heitä pallo ilmaan, tee kuperkeikka/kärrynpyörä ja ota pallo kiinni



SYÖTTÖ- JA HEITTOTEKNIikka

Kiinniottaminen

Ojenna käsivarret eteen, aseta etusormet ja peukalot kolmion muotoon. Kun pallo tulee kohti, jousa käsivarsilla ja laita loput sormet pallon ympärille.



Syöttäminen:

Syöttöliike on käsipallon tärkein asia, koska samaan liikkeeseen perustuu myös heittäminen – ja siis maalinteko! Se on syytä opetella huolellisesti.

Pallo yhdessä kädessä, vastakkainen jalka edessä. Pallo osoittaa kohti lattiaa. Pallo pyörähtää takakautta ylös: **lattia, takaseinä, katto**. Ks. kuva.

Syöttö lähtee käsivarsi ylhäällä kaverin rinnan korkeudelle. Sormet ja ranne ohjaavat korkeuden. Voiman säätely on olennaista. Tärkeintä on kuitenkin, että käsivarsi on ylhäällä, kyynärkulma väh. 90 astetta.

Näytä syöttösuoritus (lattia, seinä, katto) hitaasti ja käske oppilaiden tehdä mukana. Käynnistä tämän jälkeen syöttöharjoitus. Ohjaa oppilaat pareittain muodostelmaan tai vapaasti.

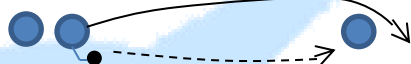


SYÖTTÖHARJOITUKSIA PAIKALLAAN:

- Pareittain paikallaan kahden käden syöttöjä (sivurajaheittoja) pompun kautta (helppo ottaa kiinni)
- Pareittain yhden käden syöttöjä pompun kautta (muista syöttöliike!)
- Pareittain paikallaan yhden käden syöttöjä suoraan ilmassa ilman pomppua (muista syöttöliike!)
- Pareittain syöttöjä kolmen askelen vauhdista, painota vastakkaisen jalan merkitystä (v-o-v/o-v-o)
- Edistyneelle ryhmälle: hyppösyöttöjä kolmen askelen vauhdista
- Neliössä kaksi palloa kiertää ympyrää samaan suuntaan. Toinen pallo yrittää saavuttaa toista.

SYÖTTÖHARJOITUKSIA LIIKKEESSÄ:

- Pareittain kasvokkain, toinen peruuttaen ja toinen eteenpäin liikkuen edetään syötellen kentän toiseen pätyyn. Toiseen suuntaan osat vaihtuvat. Etäisyys n. 2,5 m pysyy samana koko ajan. Muista syöttöliike: lattia – seinä – katto.
- Kolmen ryhmässä: vastakkain toisella puolella 2, toisella 1 pelaaja, etäisyys 3 m. Pallo lähtee kahden jonosta, josta se syötetään toiselle puolelle. Syöttäjä juoksee pallon perään toiselle puolelle jonoon jne.



- Pareittain molemmilla kasvot menosuuntaan, etäisyys 2,5 m: etummainen kääntää ylävartaloa vuorotellen oikealle ja vasemmalle, johon takaa tulevan kaverin tulee antaa syöttö. Kääntyvä palauttaa syötön välittömästi takaisin syöttäjälle.
- Ketjusyöttely 4–8 oppilaan ryhmässä. Jaetaan kaikille numero (järjestyksessä 1–x, jossa x on ryhmän lkm.) 1 syöttää 2:lle, 2 syöttää 3:lle jne. ja viimeinen syöttää ensimmäiselle jne. koko ajan alueella ympäri liikkuen.
- Pareittain vapaasti kentällä liikkuen ja syötellen eri pituisia syöttöjä.

HEITTÄMINEN JA MAALINTEKO

Heittäminen on käsipallon avainasia, sillä heittämällä ne maalit tehdään! =)



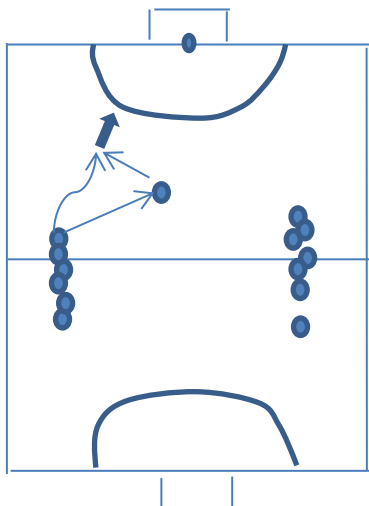
Heittotekniikka

Sama perustekniikka kuin syötössä. Korosta tässä voiman merkitystä verrattuna syöttöön. Kannusta oppilaita lataamaan kunnon tykki. Muista mainita, että maalivahdin alueelle ei saa astua. Muista korostaa, että ennen heittoa kannattaa aina ottaa 3 askelta, sillä näin heittoon saa voimaa. Askeleiden merkitystä voi verrata keihäänheittoon.

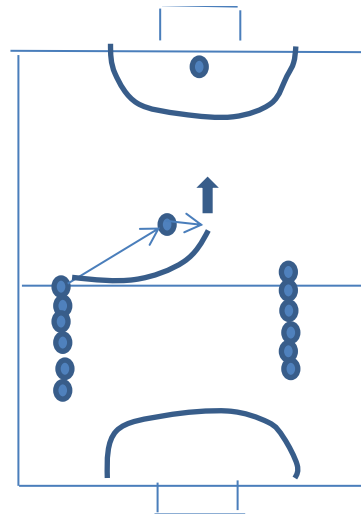
Heittoharjoituksia: (valitse vapaaehtoinen maalivahti ja määritä maalivahdin alue)

- Tähtäämiskilpailu. Heitetään n. 3-4 hengen joukkueissa vuorotellen palloa seinään 4 m etäisyydeltä tietty aika. Seinällä on pistelappuja (A4). Osumista saa lapun osoittaman määrän pisteitä. Se joukkue, jolla on eniten pisteitä voittaa.
- Kuljetus salin toisesta päästä, syöttö keskellä olevalle pelaajalle (opettaja), syöttö takaisin ja heitto maaliin. Matkalle voi asettaa esteitä, kuten vanteita, törppöjä, penkkejä ym..
- Kuljetus puolesta kentästä, kolme askelta ja heitto maaliin (voidaan tehdä kahteen päähän). Voit lisätä matkalle vanteita, penkkejä ja muita esteitä.
- Pareittain syötellen edetään toisesta päästä toiseen ja tehdään maali (heitto ennen maalivahdin aluetta!)
- Kahdesta jonosta kentän laidoilta: syötä pallo keskelle (ope) juokse eteenpäin, ota syöttö vastaan, ota kolme askelta ja heitä pallo maaliin (1)
- Kahdesta jonosta kentän laidoilta: syötä pallo keskelle, juokse ristiin keskellä seisovan edestä, ota pallo haltuun, ota kolme askelta ja heitä pallo maaliin (2)

1)

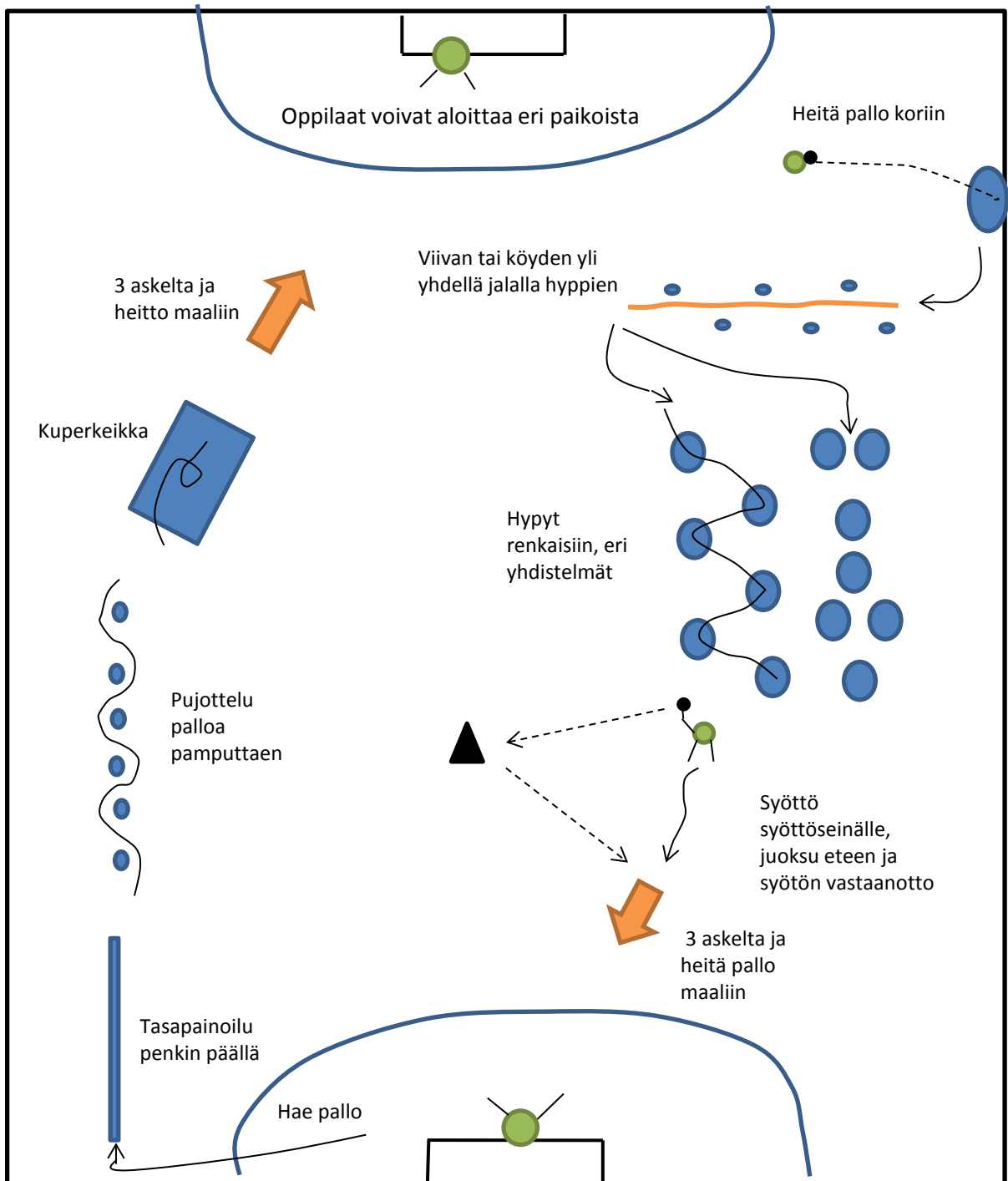


2)



Koordinaatiorata

- Kokeile tätä tai vastaavanlaista rataa lämmittelyyn tai muuna harjoitteena.



PELAAMINEN

- Pelaaminen ja maalinteko on kivointa, joten jätä sille aina aikaa.
- Valmistelut:
 - Rajaa sopiva maalivahdin alue, joka voi olla esim. koripallon 3 sekunnin alue, vapaaheittoviiva tai muu vastaava, alueen muodolla ei niinkään ole merkitystä.
 - Jaa joukkueet. Kentällä 4 + 1 tai 5 + 1. Tee turnaus.
- Aloita:
 - Yksinkertaiset säännöt:
 - 3 askelta pallo kädessä
 - Maalivahdin alueelle ei saa astua (siellä piikkimattoja, krokotiilejä ym.)
 - Lisäksi:
 - Pomputus joko sallittu tai ei. Voit myös kokeilla yhden pompautuksen sääntöä. Tällöin kukaan ei pääse dominoimaan peliä.
 - ei keskialoitusta, ei sivurajoja
 - päätyraja käytössä ainoastaan maalivahdin alueen kohdalla: jos pallo menee hyökkääjästä yli päätyrajan mv:n alueella → maalivahdin pallo
 - Käsipallo on nopeatempoinen maalintekopeli. Kannusta oppilaat liikkeeseen ja vauhtiin sekä tekemään nopeita ratkaisuja.
 - Palkitse nopeista tai erityisen taitavista (esim. 360 ilmassa tms.) maaleista kahdella pisteellä



KIINNOSTUITKO ENEMMÄN TAI HALUATKO SAADA LISÄTIETOJA?

Haluatko koulukiertueen tai näytetunnin kouluusi?

Ovatko säännöt vielä epäselvät?

Muita kysymyksiä?

Ota yhteys Käsipalloliiton nuorisovastaavaan!

Yhteystiedot löydät www.finnhandball.net