



Spelregelkaart F



Korfbalveld

Positie korf Zaal: 6 meter (bij 24 x 12 m) of 4 meter (bij 20 x 12 m.) van de achterlijn
 Veld: 6 meter van de achterlijn

Korfhoogte 2,5 meter

Bal K3

Wedstrijdverloop

1e kwart (10 min.)	Pauze (1 min.)	2e kwart (10 min.)	Rust (5 min.)	3e kwart (10 min.)	Pauze (1 min.)	4e kwart (10 min.)	Strafwerpen (12 per team)
--------------------	----------------	--------------------	---------------	--------------------	----------------	--------------------	---------------------------

Opstelling

Jongens/ meisjes In principe 4 spelers per team in het veld (minimaal 3), de verhouding j/m is vrij, maar er moet 1 meisje per team meespelen.

Wissels Alleen tijdens pauzes; het aantal wissels is onbeperkt.

Korfwissel Na 2 x 10 minuten.

Uitnemen Om en om per kwart (thuis-uit-thuis-uit)

Speciale regels

Superspeler De partij die 3 punten achter staat, mag een extra speler laten meespelen.

Verdedigen Jongens en meisjes mogen elkaar verdedigen.

Verdedigd schieten mag!

Schieten Dezelfde speler mag niet zelf 2x achter elkaar schieten.

Overspelen Binnen 10 seconden moet worden overgespeeld.



F-Teams



Hoe begeleid ik een F wedstrijd?

Belangrijkste is dat de kinderen de spelregels leren. Fluit daarom duidelijk, loop naar het kind toe en leg uit waarom je hebt gefloten. Ga daarbij door je hurken, want vergeet niet dat je een stuk groter bent.

Loop met het spel mee en zorg ervoor dat je de kinderen bij de bal goed kunt zien. Wanneer je op de middellijn blijft staan is het soms moeilijk te zien wat er gebeurt met die krioelende kinderen.

Strafwerpen kunnen worden gegeven indien er bijvoorbeeld een doel poging wordt ontnomen doordat een kind omver wordt gelopen.

Bij beginnende F-jes vooral letten op lopen, vallen op de bal. Bij tweedejaars F-jes goed letten op de 4- en 10-seconden regel en op handenbal, er wordt dan vaak over kinderen heen gehangen!

Let op bij uitballen dat de verdediger zijn handen naar beneden houdt!

Samenvattend:

- Fluit hard, zodat iedereen het hoort!
- Leg uit waarom je fluit
- Loop mee met het spel
- Uitwerpen gaan om en om (thuis-uit-thuis-uit)
- Geef aan als er een superspeler mag meedoen (3 goals verschil)