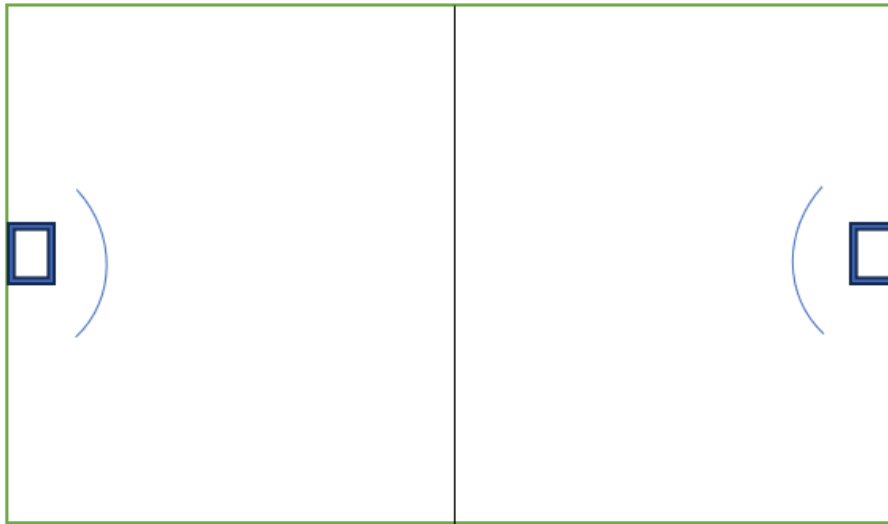


Spelregels TJOEKBAL (gr 7/8) (middagprogramma)

Doel van het spel

Door middel van overspelen met je teamgenoten wil je 1 van de 2 tjoeks bereiken, om de bal erin te gooien en buiten de cirkel weer in het veld te laten stuiteren. De tegenstander wil dit voorkomen door de bal af te pakken of de bal te vangen wanneer deze in de tjoek is gegooid.

Veld



Speelveld:

20x 10 meter en de cirkel is een straal van 2,5 meter
6 tegen 6

Materialen:

- 2 tjoeks
- 2 cirkels voor bij de tjoek (pionnen en lint)
- Handbal

Spelbedoeling:

Het spel wordt altijd in het midden uitgenomen, bij de start en na elk doelpunt. Het team die als eerst staat aangegeven krijgt de bal uit. Door middel van overspelen kan je dichterbij de tjoek komen. Je mag 3 stappen zetten met de bal. Je mag in beide tjoeks scoren. Wanneer je de bal in de tjoek gooit en hij landt op de grond heb je een punt. Vervolgens wordt de bal in het midden weer uitgenomen en vervolgt het spel. Er hoeft niet weer opnieuw gefloten te worden, het spel gaat gelijk door.

Spelregels:

- Er mag gescoord worden in beide tjoeks.
- Heb je gescoord, dan is de bal voor de tegenpartij. Hervatting van het spel in het midden van het speelveld.
- Heb je de bal afgepakt van de tegenstander, dan mag je meteen proberen te scoren.

- Er mogen 3 stappen met de bal gezet worden.
- De spelers met de bal heeft vrij balbezit.
- Beide teams mogen niet in het doelgebied komen.
- Kom je in de cirkel als aanvallende partij krijgt de andere partij bal uit in het midden. Als je als verdedigende partij in de cirkel komt is het een strafworp
- Strafworp wordt genomen vanaf 7 meter. De bal wordt gegooid in de tjoek, alle spelers staan naast degene die de strafworp neemt en zij mogen op het moment dat er is gegooid gaan lopen.
- Frontaal verdedigen is toegestaan
- Spelers mogen de bal niet onder de knie raken.
- Een speler mag de romp van het lichaam gebruiken om een tegenstander te hinderen met of zonder de bal.
- Een speler mag geen armen of benen uitstrekken om de andere speler te hinderen, duwen, vasthouden, struikelen of slaan.
- Bij een overtreding moet de tegenstander 3 meter afstand nemen en wordt er weer verder gespeeld.

Team te laat

Wanneer een team niet aanwezig is na het wisselsignaal gaat de volgende strafregel in:

- o Aanwezig binnen 2 minuten na het wisselsignaal. Het team start met (een) tegendoelpunt(en) (dodgebal 5, tjoekbal 5, matbal 5, lijnbal 2, touch-rugby 5)
- o Aanwezig na 2 minuten na het wisselsignaal. De wedstrijd is verloren met een vastgestelde score (dodgebal 10-0, tjoekbal 10-0, matbal 10-0, lijnbal 5-0, touch-rugby 10-0).