

Le handball est un sport d'équipe qui se joue entre deux équipes de sept joueurs chacune, sur un terrain rectangulaire. Voici quelques points clés sur le handball :

1. Origines : Le handball moderne a été développé au début du 20e siècle en Europe, avec des influences de divers jeux traditionnels. Il a été codifié en 1917 en tant que sport en salle.
2. Règles du jeu : Le but du jeu est de marquer des buts en lançant le ballon dans le but de l'équipe adverse. **Les joueurs peuvent utiliser n'importe quelle partie de leur corps, sauf les pieds, pour manipuler le ballon.** Chaque équipe a un gardien de but.
3. Durée du match : Un match de handball se compose de deux mi-temps de 30 minutes chacune, avec une pause de 10 minutes entre les deux.
4. Compétitions internationales : Le handball est un sport olympique depuis 1972 pour les hommes et depuis 1976 pour les femmes. Il existe également des championnats du monde et des championnats d'Europe.
5. Popularité : Le handball est particulièrement populaire en Europe, en particulier dans des pays comme la France, l'Allemagne, l'Espagne et le Danemark.
6. Bienfaits : Pratiquer le handball améliore la condition physique, la coordination, l'esprit d'équipe et la stratégie. Le handball est un sport dynamique et rapide qui attire de nombreux amateurs à travers le monde.