

Гандбольный мяч не должен скользить в руках и блестеть. Правила игры в гандбол выдвигают ряд требований к его окружности и весу, в зависимости от возраста участников и их пола:

- Мальчики 8-12 лет и девочки 8-14 лет – вес мяча 290-330 грамм, окружность 50-52 см.
- Мальчики 12-16 лет, девочки 14 лет и старше – вес мяча 325-375 грамм, окружность 54-56 см.
- мужские взрослые команды – вес 425-475 грамм, окружность 58-60 см.

Каждая команда состоит из 14 игроков, из которых 6 полевых, 1 вратарь и 7 человек являются запасными. Количество замен никак не ограничивается.

Длительность матча в гандболе также зависит от возраста участников:

- детские команды 8-12 лет – два 20-минутных тайма;
- подростковые 12-16 лет – два 25-минутных тайма;
- юношеские и взрослые – два 30-минутных тайма.

Время перерыва составляет 10 минут, и по его истечению производится смена сторон.

Согласно правилам соревнований по гандболу, в случае кубковых игр, когда основное время завершается вничью – проводятся два дополнительных 5-минутных тайма. Если и в этом случае победителя нет – еще два 5-минутных тайма. После них – серия 7-метровых бросков.

В каждом из таймов основного времени команды могут взять по одному минутному тайм-ауту (только когда владеют мячом).

В игре действует правило трех секунд и трех шагов, после которых мяч надо передать партнеру, ударить им об пол или выполнить бросок.

Полевым игрокам запрещается ступать в пределы площади ворот.