**مقياس:** كرة اليـــــــــد

**الأستاذ:** إبراهيم جوادي

**المحاضرة: 02**

**الموضوع:** قوانين رياضة كرة اليـــــد وقياسات الملعب.

**قياسات الملعب وقوانيـــن اللعب:**

**الملعـــب**:

تقام مباراة كرة اليد على ملعب طوله 40 متر وعرضه 20 متر (40 × 20 متر)، ويقع الخط في المنتصف. ويوجد في الملعب مرميان يحاط كل منهما بمساحة شبه دائرية تقريبًا تعرف بمنطقة المرمى، والتي تتحدد بخط يبعد بمسافة 6 أمتار عن المرمى. كما يوجد خط شبه دائري على هيئة نقاط يبعد عن المرمى بمسافة 9 أمتار، ويعرف هذا الخط بـ "خط الرمية الحرة".

**مرمى الهدف:**

كل مرمى عبارة عن مساحة مستطيلة الشكل وعرضها 3 متر ,وارتفاعها 2 متر. وينبغي أن يثبت المرمى بالملعب أو بالحائط من الخلف. وتكون قوائم المرمى والعارضة مصنعة من المادة نفسها (على سبيل [المثال،الحديد](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%AD%D8%AF%D9%8A%D8%AF))، وتكون ذات مقطع عرضي تربيعي بواجهة تبلغ 8.5 سنتيمتر. وينبغي أيضًا طلاء الجوانب الثلاثة للعوارض البارزة من الملعب بالتبادل بلونين مختلفين عن لون الخلفية. وينبغي طلاء كلا المرميين داخل الملعب باللون نفسه. وكل مرمى يحتوي على شبكة. ويجب أن تكون الشبكة متراخية حتى لا ترتد الكرة التي تدخل هدفًا إلى الخارج مباشرةً. وإذا لزم الأمر، يتم تثبيت شبكة أخرى بالمرمى.

**منطقة المرمى:**

يحاط مرمى الهدف من الخارج بمنطقة تعرف بمنطقة المرمى. وتتحدد هذه المنطقة بواسطة دائرتي الربع، ويوجد حول الزوايا البعيدة لكل قائم في المرمى شعاع يبلغ طوله 6 أمتار وخط وصل موازٍ لخط المرمى، يعرف بخط السبعة أمتار. ولا يسمح إلا لحارس مرمى الدفاع بالتواجد في هذه المنطقة. بيد أنه يمكن لأي لاعب مسك الكرة ولمسها في الهواء داخل حدود هذه المنطقة طالما أنه بدأ قفزته خارج حدود المنطقة ورمى الكرة قبل نزوله على الأرض. وإذا لمس اللاعب أرض الملعب داخل منطقة المرمى، ينبغي أن يسلك أقصر طريق للخروج من هذه المنطقة. إلا أنه إذا تعمد أحد اللاعبين تجاوز هذه المنطقة حتى يتخذ موقعًا أفضل يمكنه من إحراز هدف داخل مرمى الخصم، ففي هذه الحالة تكون الكرة من حق لاعبي الخصم. وبالمثل، إذا تعمد أحد المدافعين تجاوز هذه المنطقة محاولاً اتخاذ موقع أفضل على أرض الملعب، فسيجازى على ذلك لأنه خالف قواعد اللعب.ويجب ان يحترز لاعب الخصم

**منطقة تبديل اللاعبين:**

تقع منطقة تبديل اللاعبين لكل فريق خارج جانبي خط المنتصف على أرض الملعب. وعادةً ما تحتوي هاتان المنطقتان على مقاعد. يجلس علي هذه المقاعد مدربا الفريقين ولاعبو الاحتياط والموقوفون. وكل منطقة تبديل ينبغي أن تكون قريبة من المرمى الخاص بكل فريق. وفي أثناء فترة الاستراحة ما بين الشوطين، يتم تبديل هاتين المنطقتين بين الفريقين. وعلى كل لاعب يدخل الملعب أو يخرج منه تجاوز خط التبديل الذي يعتبر جزءًا من الخط الجانبي للملعب ويمتد بمسافة 4.5 متر؛ بدايةً من خط المنتصف ووصولاً إلى المنطقة الجانبية الخاصة بكل فريق.

**زمن المباراة:**

[](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%84%D9%81:Team_Time_Out_Handball.jpg)

وقت مستقطع

تتألف مباراة كرة اليد من شوطين مدة كل منهما 30 دقيقةً، وذلك بالنسبة لجميع الفرق من سن السادسة عشرة وما فوق، مع وجود استراحة بين الشوطين لمدة 10 دقائق. وفي أثناء فترة الاستراحة يتبادل الفريقان جانبي الملعب والمقاعد. وبالنسبة للناشئين، يكون زمن المباراة كالآتي: (حسب لائحة الاتحادية الدولية الجديدة. أكتوبر 2015)

\* CONCERNANT LE TEMPS DE JEU:

\* CATEGORIES **MASCULIN : -CATEGORIES FEMININES:**

**01 U21 2X30 mn U20 2X30 mn**

**02- U19 2X30 mn U18 2X30 mn**

**03- U17 2X25 mn U16 2X25 mn**

**04- U15 2X20 mn U14 2X20 mn**

ومع ذلك، فإن الاتحادات القومية في بعض الدول قد تختلف فيما بينها من حيث تنفيذ الإرشادات والقواعد المتفق عليها رسميًا. إذا كان من الضروري تحديد الفريق الفائز في التصفيات النهائية لإحدى الدورات يتم تمديد الوقت لشوطين إضافيين في حالة التعادل، مدة كل منهما 5 دقائق بينهما فترة استراحة لمدة 1 دقيقة. وإذا انتهى الشوطان الإضافيان بالتعادل أيضًا، تتم إضافة شوطين إضافيين آخرين مدة كل منهما 5 دقائق، وإذا استمر التعادل، م بإعطاء [*وقت مستقطع*](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%88%D9%82%D8%AA_%D9%85%D8%B3%D8%AA%D9%82%D8%B7%D8%B9_(%D8%B1%D9%8A%D8%A7%D8%B6%D9%8A%D9%8B%D8%A7)&action=edit&redlink=1) وفقًا لتقديرهم الشخصي، وعادةً ما تكون الأسباب إصابة أحد اللاعبين أو الاستبعاد أو الطرد أو تنظيف أرض الملعب. كما يتطلب مع الرميات الترجيحية فقط منح وقت مستقطع لأن تغيير حراس المرمى يستقطع وقتًا طويلاً من الوقت المخصص لتنفيذها. ويحق منح *وقت مستقطع لكل فريق* بناءً على طلبه لمدة 1 دقيقة في كل شوط من وقت اللعب الاعتيادي. وهذا الحق لا يعطى إلا للفريق المستحوذ على الكرة. ويجب على إداري الفريق الذي يرغب في الحصول على الوقت المستقطع الإشارة بوضوح بالبطاقة الخضراء المكتوب عليها حرف T بالأسود. وبعد ذلك يتجه إلى منتصف الخط الجانبي ويرفع البطاقة الخضراء عاليًا وبطريقة واضحة تمامًا، يمكن للميقاتي تمييزها مباشرة. وعلى الفور، يصفر الميقاتي ليعلن عن وقف المباراة وإيقاف الوقت.

**الحكّـــام:**

يقود مباراة كرة اليد اثنان من الحكام. وبعض الهيئات القومية تسمح بإقامة المباراة في وجود حكم واحد فقط في حالات خاصة، كأن يصاب الحكم الثاني بمرض يمنعه من المشاركة في المباراة قبل بدء المباراة بوقت قصير. وفي حالة ما إذا اختلف الحكمان في أية مسألة تتعلق بالمباراة، فيتم التوصل فيما بينهما إلى قرار بعد أخذ وقت مستقطع لفترة قصيرة. وإذا أعطى الحكمان قرارًا في آن واحد معًا في حق الفريق المخالف واختلفا حول نوع العقوبة، فإن عليهما توقيع العقوبة القصوى. وعلى حكمي المباراة اتخاذ القرارات الصائبة بناءً على ملاحظاتهما بشأن سير المباراة.

 وتكون قراراتهما حاسمة لا رجعة فيها، ولا يعاد النظر فيها إلا إذا كانت خارجة عن قواعد اللعب. ويقف الحكمان على أرض الملعب؛ بحيث يستطيعان مراقبة اللاعبين من جميع الجوانب. ويقفان في وضع مائل في مواجهة قطر الملعب، حتى يتسنى لكل منهما مراقبة سير المباراة على أحد الخطوط الجانبية للملعب. ويحدث تبادل تلقائي بين موقعيهما عندما يفقد اللاعبون الاحتفاظ بالكرة. كما يقوم الحكمان بتبديل مواقعهما كل 10 دقائق تقريبًا (تبديل طويل)، ويقومان بتغيير أماكنهما على جانبي الملعب كل 5 دقائق (تبديل قصير). ولقد حدد الاتحاد الدولي لكرة اليد 18 إشارةً يدويةً حتى يكون هناك اتصال مرئي بين اللاعبين والحكام على أرض الملعب. ويخرج الحكم الكرت الأصفر لينذر اللاعب الذي ارتكب مخالفةً يمكن التسامح عنها، بينما يخرج الكارت الأحمر [[5]](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%83%D8%B1%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%AF#cite_note-5), لطرد اللاعب الذي ارتكب خطأً جسيمًا يستحيل معه أن يستأنف المباراة. كما يطلق الحكم صفارته في حالة ما إذا حدثت مخالفات أثناء المباراة من جانب اللاعبين أو ليعلن استئناف اللعب. وإلي جانب حكمي المباراة، هناك أيضًا *مسجل الأهداف* و*الميقاتي* وهما يختصان بالقيام ببعض المهام الرسمية مثل إفساح الطريق المؤدي للمرمى حتى يتمكن اللاعبون من إحراز الأهداف وإيقاف المباراة لفترة أو بدئها والإعلان عن انتهاء الوقت على الترتيب. وعليهما أيضًا مراقبة المقاعد التي يجلس عليها لاعبو الاحتياط حتى يتسنى لهما إخطار حكمي المباراة بأي أخطاء تحدث أثناء استبدال اللاعبين. ويجلسان بين منطقتي تبديل اللاعبين. ويمكن وجود ثلاث حكام عن المباريات القوية

**اللاعبون والبدلاء والإداريون:**

يتألف كل فريق لكرة اليد من 7 لاعبين أساسيين و9 لاعبين احتياطيين ـ على الأكثر ـ يجلسون على مقاعد الاحتياط. ويعين من كل فريق لاعب لحراسة المرمى يرتدي زيًا مختلفًا عن بقية لاعبي الفريق. وليس هناك عدد معين لتبديل اللاعبين، كما أن عملية التبديل تحدث في أي وقت على مدار وقت المباراة. وينبغي أن يحدث الاستبدال على خط التبديل المخصص لذلك. ولا يتحتم إخطار الحكم بذلك. وهناك بعض الهيئات القومية، مثل [الاتحاد الألماني لكرة اليد (DHB, "german handball federation")](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AA%D8%AD%D8%A7%D8%AF_%D8%A7%D9%84%D8%A3%D9%84%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A_%D9%84%D9%83%D8%B1%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%AF&action=edit&redlink=1)، لا تسمح بالتبديل لفرق الناشئين إلا في حالة استحواذ الكرة أو في أثناء الوقت المستقطع. وهذه القاعدة تحول دون إمكانية تقسيم اللاعبين إلى مهاجمين ومدافعين قبل بدء المباراة.

**اللاعبون**:

يسمح للاعبي كرة اليد بلمس الكرة بأي جزء من أجسامهم بدايةً من الركبة وحتى الرأس. وكما هو الحال في الرياضات الجماعية الأخرى، فإن هناك فرقًا بين مسك الكرة و تنطيط الكرة. فاللاعب المستحوذ على الكرة يمكن أن يثبت في مكانه لمدة 3 ثوانٍ فقط، ولا يحق له أن يمشي بالكرة أكثر من 3 خطوات. وبالتالي، يتعين عليه تصويب الكرة ناحية المرمى أو تمريرها للاعب آخر أو تنطيطها. وإذا مشى اللاعب بالكرة أكثر من 3 خطوات، فيكون بذلك قد خالف قواعد اللعب مما يؤدي إلى فقدان حقه في الاحتفاظ بالكرة. ويسمح للاعب بتنطيط الكرة أكثر من مرة حسبما يشاء طالما أن يده تلمس الجزء العلوي من الكرة فقط في أثناء تنطيطها. ولذا، فإنه غير مسموح لأي لاعب حمل الكرة عند تمريرها كما هو الحال في كرة السلة لأنه ينتج عن ذلك فقدان حقه في الاحتفاظ بالكرة. وبعد انتهاء اللاعب من تنطيط الكرة، فمن حقه الاحتفاظ بالكرة لمدة 3 ثوانٍ أخرى أو المشي بها للأمام بمقدار 3 خطوات. وعلى اللاعب، بعد ذلك، تمرير الكرة أو تصويبها نحو الهدف لأنه إذا استمر في مسك الكرة أو تنطيطها، يحق للخصم خطف الكرة من يده نتيجة لقيام اللاعب بتنطيط مزدوج للكرة ويحق للخصم الحصول على رمية حرة. كما قد يتسبب لاعبو الهجوم في العديد من المخالفات لقواعد اللعب والتي يترتب عليها حق الخصم في خطف الكرة، مثل ارتكاب عمل حاجز غير قانوني لمنع الخصم من اللعب أو حمل الكرة في المنطقة التي تبعد عن المرمى بمسافة 6 أمتار.

**الكــــرة:***(حسب التعديلات الجديدة للاتحادية الدولية لكرة اليد – أكتوبر 2015)*

[](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%84%D9%81:Handball_the_ball.jpg)

كرة اليد:

[كرة اليد](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%83%D8%B1%D8%A9_%D9%8A%D8%AF_%D9%85%D9%82%D8%A7%D8%B3_3&action=edit&redlink=1) عبارة عن كتلة كروية مادتها الخارجية لامعة أو ملساء. وحيث أنها تستخدم بيد واحدة فقط، فإن الأحجام المتعارف عليها رسميًا تختلف تبعًا لسن وجنس الفرق المشاركة.

|  |
| --- |
|  |
|  |
| \*CONCERNANT LA TAILLE DES BALLONS:  Les tailles des ballons utilisées par les différentes catégories ont été arrêtées comme suit :  \* *CATEGORIES MASCULINES*: -*CATEGORIES FEMININES*:  **CATEG T. BALLONS CIRCONF CATEG T. BALLONS CIRCONF**  01- U21 TOP03 58-60 cm U20- TOP 02 58-60 cm  02- U19 T0P03 58-60 cm U18- T0P 02 58-60 cm  03- U17 TOP03 58-60 cm U16- TOP 02 54-56 cm  04- U15 TOP02 54-56 cm U14- TOP 01 54-56 cm |

**استخدام منتج راتنجي (la résine) لتطوير الكرة المستخدمة في كرة اليد:** عادةً ما يتم دهان الكرة بالراتينج، على الرغم من أن ذلك غير منصوص عليه رسميًا. فمادة الراتينج la résine تزيد من قدرة اللاعبين على التعامل مع الكرة بيد واحدة، مثل جعل الكرة تدور في حركة دائرية عند قيام اللاعبين بعمل تصويبات رائعة نحو الهدف. بيد أن بعض ساحات اللعب الداخلية تمنع من معالجة كرة اليد بالراتينج؛ نظرًا لأنها تخلف وراءها بقعًا لاصقة على أرض الملعب.

**أنواع الرميات**:

قد يمنح حكما المباراة رمية خاصة لأي الفريقين. وهذا عادةً ما يحدث في حالات معينة، مثل إحراز هدف وخروج الكرة خارج حدود الملعب وخطف الكرة وعقب انتهاء الوقت المستقطع، وما إلى ذلك. وفي جميع هذه الرميات، ينبغي لرامي الكرة أن يتخذ موقعًا معينًا على أرض الملعب، كما ينبغي أيضًا لباقي اللاعبين اتخاذ مواقع معينة. وفي بعض الأحيان، لا يقوم اللاعب بتنفيذ الرمية إلا بعد سماع صفارة الحكم.

**رمية البداية:**

يقوم اللاعب برمي الكرة من منتصف الملعب. ولا بد أن يلمس خط المنتصف بقدم واحدة، وعلى باقي اللاعبين التواجد في نصف الملعب الخاص بفريقهم. وعلى لاعبي الدفاع الابتعاد عن رامي الكرة بمسافة لا تقل عن 3 أمتار. وتحدث هذه الرمية في بداية كل شوط وعقب قيام الفريق المنافس بإحراز هدف. ولا بد أن يمرر الحكم الكرة للاعب الذي سيقوم بهذه الرمية.

ولقد تم إدخال مفهوم "رمية البداية السريعة" في كرة اليد الحديثة؛ وهي تعني أن المباراة تستأنف في الحال عندما يقوم الحكم برمي الكرة للاعب الفريق الذي انطبقت عليه الشروط وأصبح من حقه تنفيذ هذه الرمية. وجدير بالذكر أن معظم الفرق تحاول الاستفادة من هذه القاعدة حتى يتسنى لها إحراز الأهداف بسهولة ودون عناء قبل أن يحصل الخصم على الوقت الكافي لتشكيل خط دفاع ثابت عقب نجاحه في إحراز عدد لا بأس به من الأهداف.

**رمية التماس:**

تحتسب رمية التماس على آخر فريق لمس الكرة عند خروج الكرة عن الخط الجانبي أو عند ملامستها لسقف الملعب. وإذا خرجت الكرة عن خط المرمى الخارجي، لا تمنح رمية التماس إلا إذا كان لاعبو الدفاع هم آخر من لمس الكرة. وينبغي للاعب قبل تنفيذ رمية التماس أن يضع قدمه على أقرب خط خارجي خرجت منه الكرة. وينبغي أن يبتعد لاعبو الدفاع بمسافة 3 أمتار. بيد أنه في الوقت نفسه يسمح لهم بالوقوف خارج منطقة مرماهم مباشرةً حتى إذا كانت المسافة أقل.

**رمية المرمى:**

تحتسب رمية المرمى إذا تجاوزت الكرة خط المرمى الخارجي وكان آخر من لمسها مهاجم أو حارس المرمى المدافع. وهذه الرمية هي أشهر الرميات التي تعطي للخصم الحق في خطف الكرة. ويقوم حارس المرمى برميها من داخل منطقة المرمى.

**الرمية الحرة:**

تحتسب الرمية الحرة في حالة دخول الملعب أو الخروج منه بطريقة مخالفة للقانون أو أداء رمية التماس بطريقة غير قانونية أو حدوث مخالفات من قبل اللاعبين داخل الملعب أو تعمد جعل الكرة خارج الملعب. وتؤخذ الرمية الحرة مباشرةً من مكان المخالفة على ألا يكون أحد المهاجمين ملامسًا أو متجاوزًا لخط الرمية الحرة الخاص بالخصم. وإذا حدث ذلك، يتم أخذ الرمية الحرة من أقرب نقطة لخط الرمية الحرة. والرميات الحرة في كرة اليد تشبه [الضربات الحرة](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%B6%D8%B1%D8%A8%D8%A9_%D8%AD%D8%B1%D8%A9_%D9%85%D8%A8%D8%A7%D8%B4%D8%B1%D8%A9&action=edit&redlink=1) في [كرة القدم](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%AA%D8%AD%D8%A7%D8%AF_%D9%83%D8%B1%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%85). ويمكن تسجيل هدف مباشرة من الرمية الحرة، ولكن قد تبوء هذه المحاولة بالفشل إذا قام الفريق الآخر بتنظيم خط دفاع قوي.

[](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%84%D9%81:Kr-Oe-Siebenmeter.jpg)

رمية على بُعد 7 متر من المرمى

**رمية الجزاء:**

تحتسب رمية الجزاء عندما يقوم أحد لاعبي الدفاع أو الإداريين أو المتفرجين بتفويت فرصة حقيقة للفريق الآخر في تسجيل هدف بشكل غير قانوني، وهي تتم على مسافة 7 أمتار من المرمى. كما تحتسب هذه الرمية في حالة ما إذا تسبب أحد الحكمين في اعتراض فرصة قانونية لإحراز هدف لسبب أو لآخر. ويتقدم الرامي خطوة للأمام مع وضع أحد قدميه على الخط الذي يبعد عن المرمى بمسافة 7 أمتار، ولا يوجد بينه وبين المرمى سوى حارس مرمى الخصم. وينبغي أن يبعد حارس المرمى عن رامي الكرة بمسافة 3 أمتار يتم تحديدها بعلامة صغيرة على أرض الملعب. وعلى بقية اللاعبين البقاء خلف خط الرمية الحرة إلى أن يتم تنفيذ الرمية. ويبدأ اللاعب في رمي الكرة فور سماع صفارة الحكم. وهذه الرمية شبيهة [بضربة الجزاء](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B6%D8%B1%D8%A8%D8%A9_%D8%AC%D8%B2%D8%A7%D8%A1) في كرة القدم. ولكنها في الوقت نفسه أكثر شيوعًا وانتشارًا، وعادةً ما تحدث عدة مرات في اللعبة الواحدة.

**حارس المرمى**:

حارس المرمى هو الشخص الوحيد الذي له الحق في التحرك بحرية داخل منطقة المرمى، ولكنه في الوقت نفسه لا يسمح له بتجاوز خط منطقة المرمى في أثناء حمل الكرة أو تنطيطها. وفي داخل منطقة المرمى، يسمح للحارس بملامسة الكرة بجميع أجزاء جسمه بما في ذلك قدميه . كما أنه له الحق في مشاركة باقي زملائه في الفريق كلاعب عادي. وفي تلك الحالة، يمكن استبداله بلاعب آخر إذا كان فريقه يستخدم هذه الخطة لزيادة عدد لاعبي الدفاع عن العدد المسموح به. وما دام أن هذا اللاعب قد اختير كحارس مرمى على أرض الملعب، فعليه أن يرتدي قميصًا مختلفًا يميزه عن باقي زملائه في الفريق. وإذا صوّب حارس المرمى الكرة بعيدًا عن الخط الخارجي للمرمى، فستظل الكرة في حوزة فريقه، وهذا على العكس من الرياضات الأخرى مثل كرة القدم المعروفة. ويستأنف حارس المرمى اللعب من خلال رمي الكرة من داخل منطقة المرمى (وهذا ما يعرف برمية حارس المرمى). وفي حالة قيام أحد اللاعبين بتمرير الكرة إلى حارس مرمى فريقه، فيحق للخصم خطف الكرة. ويعد رمي الكرة نحو رأس حارس المرمى وهو ثابت في مكانه مخالفة لقواعد اللعب وعقوبتها الطرد (باستخراج الكارت الأحمر).

**الجزاءات**:

توقع جزاءات على اللاعبين في حالة ارتكابهم مخالفات تستلزم العقاب، وليس مجرد رمية حرة. وتوقع هذه الجزاءات في حالة ارتكاب خطأ جسيم ضد أحد لاعبي الفريق المنافس (على سبيل المثال، الإمساك بأحد اللاعبين أو دفعه أو الاصطدام به أو طرحه أرضًا أو القفز عليه)، بالإضافة إلى لمس اللاعب من الجنب أو من الخلف. فجميع هذه التصرفات تعد مخالفةً لقواعد اللعب ويتعرض مرتكبها للجزاء. كما أن أية مخالفة لقواعد اللعب من شأنها أن تتسبب في منع فرصة أكيدة لإحراز هدف سيقابلها منح رمية جزاء للفريق الآخر. وفي حالة إذا ما صدر عن لاعب سلوك غير قانوني على أرض الملعب، فسيجازيه الحكم بإخراج الكارت (بطاقة) الأصفر إنذارًا له في بداية اللعب ولمدة 3 إنذارات صفراء. أما إذا كان الخطأ جسيمًا، ففي هذه الحالة يقوم الحكم بإيقافه عن اللعب في الحال لمدة دقيقتين، بدلاً من إنذاره. في البداية، لا يتم حرمان اللاعب من اللعب لمدة دقيقتين إلا بعد حصوله على إنذارين.ولو تم إيقاف لاعب 3 مرات عن اللعب لمدة دقيقتين في كل مرة، فسيخرج له الحكم في المرة الرابعة كارتًا أحمرًا إذا صدر عنه سلوك مخالف لقواعد اللعب. فالكارت الأحمر معناه طرد اللاعب من الملعب وإيقاف فريقه عن اللعب لمدة دقيقتين. وقد يحصل اللاعب في بعض الحالات على كارت أحمر في الحال وذلك في حالات الجزاءات الصارمة والقاسية. على سبيل المثال، إذا قام لاعب بمسك أحد لاعبي الخصم من الخلف لمنعه من تسجيل هدف أثناء هجومه بسرعة باتجاه المرمى، فهذا السلوك يندرج ضمن المخالفات التي ينال اللاعب على ارتكابها كارتَ أحمر. وعلى اللاعب الذي حصل على كارت أحمر الخروج من الملعب بالكامل. كما أنه يمكن استبداله بلاعب آخر، عقب مضي دقيقتين؛ مدة الإيقاف عن اللعب. والجزاءات لا توقع فقط على اللاعب، بل يمكن أيضًا معاقبة المدرب/الإداري إذا صدر منه سلوك غير قانوني. فإذا تم إيقاف مدرب/إداري لمدة دقيقتين، فهذا يعني إيقاف أحد لاعبي الفريق عن اللعب لمدة دقيقتين أيضًا – لاحظ أن المقصود من الجزاء ليس اللاعب نفسه، والذي يمكن استبداله بآخر، بل إن الجزاء يكمن في أنه بسبب خروج هذا اللاعب، أصبح فريق الخصم يزيد عدد لاعبيه عن هذا الفريق. وإذا اعتدى أحد اللاعبين على الحكم أو أحد اللاعبين أو أحد من الجمهور، فمن حق الحكم في هذه الحالة استبعاد اللاعب والإعلان عن ذلك من خلال الإشارة بذراعيه متصالبين؛ حيث أن هذه الإشارة تعني أنه على اللاعب الخروج من الملعب نهائيًا وحرمانه من اللعب حتى آخر المباراة وأن فريقه سيكمل بقية المباراة بدونه. وهذا الاستبعاد هو أشد جزاء يندرج ضمن قواعد كرة اليد. وإذا فقد اللاعب الكرة أثناء الهجوم، فعليه في الحال قذف الكرة بسرعة وإلا سيتم إيقافه عن اللعب لمدة دقيقتين. وفي حالة تباطؤ أي لاعب في تنفيذ أوامر الحكم من خلال الاعتراض شفهيًا على هذه الأوامر والجدال في القرارات الصادرة عن الإداريين، فسيتم إيقاف هذا اللاعب عن اللعب لمدة دقيقتين. وإذا كان سلوك اللاعب في هذه الحالة استفزازيًا، فسيتم إيقاف اللاعب مرةً ثانية عن اللعب لمدة دقيقتين إذا لم يمتثل في الحال لقرار الحكم ويخرج بسرعة من الملعب إلى المقاعد بعد حصوله على هذا الجزاء، أو إذا رأى الحكم أن اللاعب يتعمد أن يتباطأ في تنفيذ الأوامر. والاستبدال غير القانوني؛ أي استبدال للاعب لا يتم داخل منقطة الاستبدال المخصصة، أو دخول أحد اللاعبين إلى الملعب قبل خروج الآخر تكون عقوبته الإيقاف المؤقت لمدة دقيقتين فقط. .

**الملعب :**عبارة عن مساحة مستطيلة مقسم إلى 5 خطوط :  
1- خط المرمى.  
2- خط الرمية الجزائية.  
3- خط ال6 متر .  
4- خط ال9 متر .  
5- خط منتصف الملعب .  
**اللاعبون :**  
 يتكون الفريق من 7 لاعبين (6 لاعبين وحارس مرمى) داخل الملعب و 9 لاعبين احتياط، ويكون التبديل للاعبين دون قيود ويتم من داخل منطقة التبديل، كذلك يتكون الفريق من مدرب وجهاز طبي وإداري ومشرف للفريق ..  
وهنا بعض المواد والقواعد ..  
**مادة 8 / الدخول على المنافس:**  
*يسمح للاّعب بالآتي:*  
1- استخدام اليدين أو الذراعين للاستحواذ على الكرة.  
2- لعب الكرة بعيدا عن حوزة المنافس بيد واحدة مفتوحة ومن أي اتجاه .  
3- اعتراض المنافس بالجذع حتى لو لم تكن الكره بحوزته.  
*لا يسمح للاّعب بالآتي:*  
1- حجز المنافس بالذراعين أو اليدين أو الساقين .  
2- دفع المنافس أو إجباره على الدخول لمنطقه المرمى .  
3- سحب الكره بيد واحده أو باليدين أو ضربها من يد المنافس.  
4- استخدام قبضة اليد لإبعاد الكرة عن المنافس.  
5- تعمد رمي المنافس بالكره أو محاوله عمل حركه خداع خطره بتحريك الكره نحوه   
6- تعريض حارس المرمى للخطر.  
7- مسك المنافس أو تحويطه بذراع واحدة أو اثنتين أو دفعه.  
8- الجري أو الوثب نحو المنافس أو ضربه أو تعريضه للخطر بأي وسيلة.   
**مادة 10 / الرميـــات :**  
*1- رمية الإرسال:*  
1- يؤدي رمية الإرسال الفريق الذي فاز بالقرعة (باختيار الكرة).  
2- يجب أن تؤدى رمية الإرسال في بداية الشوط الثاني من قبل الفريق الآخر.  
3- تجرى قرعة أخرى بعد انتهاء الوقت الأصلي للمباراة قبل بداية الوقت الإضافي ويقوم الفريق الفائز بالقرعة باختيار الملعب أو الإرسال.  
4- بعد كل هدف يقوم الفريق الذي سجل هدف عليه برمية الإرسال.  
5- تؤدى رمية الإرسال من وسط الملعب وفي أي اتجاه بعد صفارة الحكم وفي خلال 3 ثواني.  
6- يجب عند أداء رمية الإرسال أن يكون أعضاء الفريق كل في نصف ملعبه (وفي القانون الجديد أصبح بإمكان الفريق المسجل عليه أن يلعب رمية الإرسال دون انتظار رجوع المنافس إلى منطقة دفاعه) وأن يبقى لاعبوا الفريق المنافس على بعد مسافة لا تقل عن 3 أمتار من الرامي حتى تترك الكره يده  
*الرمية الجانبية مثل الركنية أو رمية التماس في لعبة كره القدم:*  
1- يستأنف اللعب برميه جانبيه إذا عبرت الكرة بكامل محيطها خط الجانب أو إذا لمسها مدافع وخرجت خارج خط المرمى دون تسجيل هدف .  
2- تؤدى الرمية الجانبية دون صفارة الحكم سواء كانت (ركنية أو رمية تماس) وتؤدى من قبل لاعب من الفريق الذي لم يكن أفراده آخر من لمس الكرة.   
3- تؤدى الرمية الجانبية من المكان الذي خرجت منه سواء كانت (ركنية أو رمية تماس).  
4- اللاعب الذي يؤدي الرمية الجانبية يجب أن يضع إحدى قدميه على خط الجانب حتى تترك الكرة يده كما لا يسمح له تنطيط الكرة أو وضعها على الأرض ولمسها مرة أخرى بل يجب تمريرها للاعب الزميل  
5- عند تنفيذ الرمية الجانبية يجب أن يبتعد لاعبو الفريق المنافس مسافة 3 أمتار على الأقل من الرامي ويسمح للاعبي الفريق المدافع باتخاذ أماكنهم على امتداد خط منطقة المرمى حتى لو كانوا على بعد أقل من 3 أمتار من الرامي .

**مادة 12/ رمية المرمى :**  
1- تعطى رمية المرمى إذا عبرت الكرة بكامل محيطها خط المرمى خارج المرمى وكان المتسبب في إخراجها الفريق المهاجم (المنافس).  
2- يجب على حارس المرمى رمي الكرة خارج منطقه مرماه .  
3- لا يجوز لحارس المرمى أن يأخذ الكرة ويدخل بها إلى منطقة مرماه .  
4- لا يجوز لحارس المرمى بعد أدائه لرمية المرمى أن يلمسها قبل أن تلمس لاعب آخر.   
5- لا يجوز لحارس المرمى الخروج من منطقته وبحوزته الكرة بل يجب تمريرها أولا.   
6- إذا صد حارس المرمى إحدى الكرات وخرجت خارج خط المرمى فلا تحسب ركنية بل رمية مرمى .

**مادة 13/ الرمية الحرة** :  
*تحتسب الرمية الحرة في الحالات الآتية:*  
1- التبديل الخاطئ .  
2- مخالفات حارس المرمى لقواعد اللعب .  
3- لعب الكرة بشكل غير صحيح .  
4- مخالفات لاعبي الفريق المدافع لقواعد الدفاع .  
5- تعمد لعب الكره عبر خط المرمى أو خط الجانب.  
6- اللعب السلبي وهو اللعب الذي يهدف لإضاعة الوقت فقط.  
7- مخالفه القواعد في الدخول على المنافس .  
8- خطأ في رمية الإرسال.  
9- مخالفة قواعد اللعب في الرمية الجانبية ورمية المرمى والرمية الحرة والرمية الجزائية.   
10- عند إيقاف اللعب دون وجود المخالفة.  
11- الخطأ الجسيم.  
12- السلوك الغير رياضي .  
**مادة14 / رمية الجزاء:** تحتسب الرمية الجزائية في الحالات الآتية :   
1- عندما يدخل المدافع منطقة مرماه أو بمجرد دوسه على خط أل6 أمتار لمنع المهاجم من تسجيل هدف .

2- إعاقة اللاعب المهاجم وهو في حالة انفراد بالمرمى.  
*تسجيل الأهداف :*  
**\*** تحتسب الكرة هدف في الحالات الآتية:  
1- في حاله تسجيلها من رمية جزاء أو رمية حرة.  
2- إذا لمست الكرة أثناء تسديدها لاعب أو حارس الفريق المدافع ودخلت المرمى .  
3- إذا خرجت الكرة من يد اللاعب قبل أن يعلن الحكم صافرته بانتهاء الوقت ودخلت المرمى.   
4- إذا سجل الفريق المدافع هدف في مرماه .  
*إلغاء الأهداف :*  
يلغى الهدف في الحالات الآتية :  
1- إذا خرجت الكرة من يد الرامي بعد صافرة الحكم بانتهاء الوقت ودخلت هدفا.   
2- إذا كان اللاعب المهاجم ملامس لخط ال6 أمتار أثناء التصويب ودخلت الكرة المرمى   
3- إذا عمل المهاجم خطأً هجومياً (الدخول بالقوة على المدافع) أثناء التصويب ودخلت الكرة المرمى .  
4- إذا عمل اللاعب المهاجم أكثر من 3 خطوات أثناء التصويب ودخلت الكرة المرمى.   
*قواعد عامة*:  
1- يجوز لكل فريق أخذ 03 أوقات مستقطعة في المباراة مدة كل وقت 30 ثانية.   
2- اللاعب الذي يرتكب خطأ عنيفا يعاقب بإيقافه دقيقتين وإذا أخذ إيقافا للمرة الثالثة يطرد من الملعب .  
3- اللاعب الذي يرتكب خطأ جسيما أو يتفوّه بألفاظ نابية على الحكم أو يعتدي عليه أو على أحد اللاعبين يطرد مباشرة من الملعب دون أخذ إيقاف.   
4- تؤدى الرمية الجزائية خلال 3 ثواني وبـ3 تمويهات فقط.  
5- يكون هناك وقت إضافي مدته 05 دقائق على شوطين وإذا انتهى الوقت الإضافي بالتعادل يكون هناك وقتا إضافيا آخرا بـ05 دقائق لشوطين، وإذا استمر التعادل يلجأ الفريقان إلى رميات الترجيح لحسم المباراة (5 رميات لكل فريق) وإذا استمر التعادل تستمر الرميات الترجيحية إلى أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.   
  
*التعديلات:* في إطار حرص لجنة القواعد والقانون بالاتحاد الدولي لكرة اليد لمواكبة التطور الملحوظ للعبة والسعي لمواكبة متطلباتها أدخلت مؤخراً تعديلات لبعض مواد القانون الدولي للعبة والتي شملت الجوانب التالية:  
\* إذا لزم تنفيذ رمية حرة في نهاية أحد شوطي المباراة أو الوقت الإضافي لا يسمح بتبديل أي لاعب من الفريقين باستثناء لاعب واحد من الفريق المهاجم.  
\* ترك باب توقيف اللعب والساعة لقرار حكمي الساحة عندما يجدان ضرورة لإيقافه في حالة احتساب رمية جزائية،  
ويجوز للميقاتي أو المراقب الفني أو الإداري إطلاق الصافرة للوقت المستقطع أو لأي سبب وتوقيف الوقت بدون الرجوع لحكمي الساحة.  
\* تم اعتماد 16 لاعباً بكشوفات لاعبي المباراة بعد نجاح هذه التجربة بدلاً عن 14 و 12 لاعباً، وتم فرض عقوبة الإنذار بالبطاقة الصفراء لإداري الفريق الذي يشارك لاعباً غير مسجل في قائمة المباراة مع استبعاد اللاعب بالبطاقة الحمراء.  
\* تم السماح للاعبين بارتداء الخواتم أو الأقراط أثناء المباراة، إذا لم تشكل خطورة، ويسمح للحارس بلعب الكرة من منطقته أو خارجها إذا دخل أي لاعب مهاجم لمنطقة الستة أمتار وشكّل إعاقة للحارس، وإذا شكلت الإعاقة خطورة على المنافس رغم بساطتها وأفقدت المهاجم السيطرة على توازنه يستبعد المتسبب بالبطاقة الحمراء فوراً.  
\* ومن التعديلات أيضا إذا ارتطمت الكرة بسقف الصالة يجب أن يستأنف اللعب برمية جانبية من أقرب مكان حدث فيه الخطأ بعكس السابق كانت الكرة تلعب برمية حرة داخل الملعب، ويسمح للاعب الرامي بلمس الكرة مرة ثانية بعد ارتدادها من الحارس المنافس وينطبق هذا على رمية الحارس.  
\* كما سمحت التعديلات الجديدة بفرض عقوبات الإنذار والإيقاف أو الاستبعاد أو الطرد للمخطئ بين شوطي المباراة وفرض عقوبة سوء السلوك مع كتابة تقرير مرفق، مع استبعاد اللاعب الذي يتسبب في إضاعة فرص واضحة للتسجيل حتى لو كانت في الثواني الأخيرة.. هذا وننوّه إلى أن قوانين رياضة كرة اليد تتجدد كلما اقتضت الضرورة ذلك تلبية لحاجات الجماهير العاشقة للعبة وانسجاماً ومواكبةً للتطورات الحاصلة في جل الرياضات، لجعلها تتماشى وروح العصر.