

محاضرات مقياس كرة اليد

للسنة الثالثة: تدريب رياضي (اختصاص)

إعداد الأستاذ: فيصل بن عيسى

السنة الدراسية: 2024/2023

لمحة تاريخية عن كرة اليد

1 تاريخ وتطور كرة اليد:

إذا أردنا استقصاء أثر تطور كرة اليد، علينا أن نعود إلى آلاف السنين عبر التاريخ لتزامن تطور الحركات الأساسية في كرة اليد - الركض - القفز - رمي الكرة - مع تطور حركة الإنسان كوسيلة للبقاء . وفي عصر ما قبل التاريخ بدأت الحركات الخاصة بالأطراف وخاصة حركة الرمي بالذراع والتي أصبحت في ذلك الوقت أهم سلاح للإنسان البدائي وقد لوحظ ذلك في رسومات الإنسان البدائي في الكهوف حيث شوهدت رسوم لرمي الرمح وقذف الحجارة التي كان يستخدمها الإنسان البدائي في ذلك العصر.

أما في العصور القديمة فقد أظهرت أشكالاً بسيطة للكرة حيث اتخذت كوسيلة للعب والمتعة وانتشر اللعب بالكرة لان حركات الرمي هي فعاليات قتالية ساعدت على توسع اللعب بالكرة. وقد أشار هوميروس في ملحمة الإلياذة والأوديسا إلى لعبة كرة اليد تسمى يورانيا Urania- حيث يقوم مجموعة من اللاعبين بمسك وتمير الكرة إلى بعضهم البعض. كما لوحظ في بعض الرسومات الرومانية القديمة أشكالاً للعبات كرة يد تسمى هارستون/ ابيسكوروس - Hapaston/Episkuros حيث كان الهدف في اللعب هو قذف الكرة فوق خط معين.

أما في العصور الوسطى بدأت الرياضة واللياقة البدنية تصبح جزءاً من حياة الإنسان حيث أصبح بالإمكان أن يقضي الفرد وقتاً أكثر ويصرف المال من أجل تطوير الجسم والعقل وخاصة أثناء النهضة الأوروبية حيث بنى النبلاء صالات خاصة للتدريب سميت دور اللعب بالكرة - Ball houses - وبالإضافة إلى التنس وتدريب الفرسان، يمكن أن نجد أشكالاً بدائية من كرة اليد.

إن ما تم توضيحه أعلاه هي الجذور الأولى لكرة اليد، أما ما يهتم بالمواصفات المميزة لكرة اليد فقد نشأ في العصر الحديث الذي نعيشه الآن. إن العصر الحديث الذي نعيشه الآن، أصبح عصر الرياضة فظهرت المعرفة الرياضية في نواحي متعددة من المجتمع الحديث وأصبحت الرياضة جزءاً أساسياً من الحياة اليومية، وظهر التخصص في الرياضة مما أعطى كرة اليد تعزيزاً جيداً.

وفي الحقيقة إن الجمناستك كان الرياضة الأكثر انتشاراً في هذا العصر وكان بحاجة رياضة مكملية لمرونة العضلات وكانت مهاراته متطورة جداً أما بالنسبة للعبة كرة القدم والركبي soccer and rugby فقد بقيت هذه اللعابات في المراحل البدائية حيث كانت لعبات قاسية تسبب الكثير من الإصابات الشديدة.

لذلك نشأت ثلاث ألعاب متشابهة جداً هي:

Haanbol-3 Hazena-2 torball-1

هذه الألعاب هي تعتبر الأساس الذي ارتكزت عليه كرة اليد الحديثة:

Haanbol: أن الفكرة الأساسية لهذه اللعبة كانت لمدير مدرسة دنمركي . Holger Nielson الذي حاول أن يجد لعبة بديلة لكرة القدم soccer التي كسرت زجاج نوافذ المدرسة حسب قوله لذلك فقد فكر في لعب الكرة باليد وقد قابلت هذه اللعبة إقبالا كبيرا من طلابه فكانوا يلعبونها بنجاح وانتشرت هذه اللعبة بسرعة في كل أرجاء الدانمرك.

Hazena: ابتكرها Antonin kristof, Vraclar karas وقد شوهدت لأول مرة في براغ ، في هذه اللعبة تكون أبعاد الملعب (32م × 48م) ونصف قطر منطقة الهدف 6م وأبعاد الهدف (2م × 2.4م) ووقت اللعب (25دقيقة × 2شوط) وكانت شبيهة بكرة اليد الحديثة، والملعب مقسم إلى ثلاثة أثلاث بحيث أن حارس المرمى والمدافع ولاعب الوسط، وكل لاعب يلعب ضمن ساحته المقررة.

Torbball: قدمت هذه اللعبة لأول مرة في ألمانيا من قبل Hermon Bachmonn وكانت أبعاد الملعب فيها هي 40م × 20م ونصف قطر ساحة الهدف بقياس 4م .

انتشرت هذه الألعاب الثلاثة في كل أنحاء أوروبا في وقت قصير لكن بسبب اختلاف قواعد كل واحدة من هذه الألعاب الثلاثة لم يكن ممكنا تنظيميا في مباريات دولية، لذلك أصبح من الضروري توحيد القوانين(حمودي، 2008، 3-4)

2-كرة اليد خارج الصالات

هذا هو الاسم الذي أطلق على اللعبة الجديدة التي يتسم فيها اللعب خارج الصالات الداخلية ويكون عدد اللاعبين في كل فريق (11) لاعب وقد أجريت بعض التعديلات على حجم الهدف وشكل ساحة الهدف وبعض قواعد اللعبة.

لكن النمو والانتشار الكبير لكرة اليد ولد الحاجة لتأسيس هيئة دولية تهدف إلى:

1. تطوير كرة اليد بالعالم.
2. تنظيم المباريات الدولية والبطولات العالمية.
3. تنسيق عمل الاتحادات الوطنية.
4. إعداد برنامج يضع كرة اليد ضمن الألعاب الأولمبية.

لذلك في عام 1928 في أمستردام تم تأسيس الاتحاد الدولي لكرة اليد للهواة وخلال فترة قصيرة تم تنظيم كرة اليد ضمن الألعاب الأولمبية لعام 1936 في برلين. في ذلك الوقت كانت استراليا وألمانيا دول متقدمة في كرة اليد لكن بعد الحرب العالمية الثانية اخذ القيادة الاسكندينايفيين.

وفي عام 1946 في كوبنهاغن تم تأسيس الاتحاد الدولي لكرة اليد الذي قدم توجيهات جديدة في تطوير كرة اليد.

3- كرة اليد داخل القاعة

كرة اليد تلعب ب 07 أفراد حاليا داخل القاعات كانت تمارس تحت اسم "كرة اليد للملعب الصغير" في الوقت الذي مازالت تمارس كرة اليد للميدان في وسط أوروبا تمارس هذه اللعبة داخل ملاعب مغلقة على المستويين الدولي والأوروبي وعلى الملاعب المفتوحة على المستوى المحلي في بعض الدول.

ملعب كرة اليد داخل القاعة يتميز ب 40 متر طولاً و 20 متراً عرضاً لديه منطقتين محرمتين تعرف بمنطقة ستة أمتار المحصنة للحارس، خط 07 أمتار لإجراء الضربات الحرة، وخط 09 أمتار يكون متقطع لإجراء المخالفات المرتكبة، كما كمي يتميز المرمى بثلاثة على اثنين متر.

تلعب مبارياته من شوطين كل منهما يدوم 30 دقيقة للجنسين ويقدر وقت الراحة ب 10 دقائق، لقد أصبحت كرة اليد ب 07 لاعبين أكثر انتشاراً على المستويات القارية، الدولية والأولمبية، حيث كان أول إدراج له في الألعاب الأولمبية ودورة ميونيخ بألمانيا سنة 1972 كرة اليد داخل القاعة

في البداية كلتا اللعبتين تلعبان معا بالتوازي، ولهما قوانين بالنسبة للمنافسات الدولية (لعبة ذات 11 فرد سنة 1926 بألمانيا كرة اليد ب 07 أفراد في سنة 1934 بستوكهولم)

وفي سنة 1938 تحتضن ألمانيا المنافسة العالمية في كلتا اللعبتين في آن واحد وتستحوذ على اللقيين، وبعد ذلك رويدا رويدا لعبة كرة اليد 07 أفراد تسيطر على اللعبة ذات 11 لاعبا.

تجرى آخر مقابلة دولية للعبة ذات 11 لاعب وفي سنة 1952 أثناء ألعاب Helsinki على شكل مقابلة استعراضية بين الدانمرك والسويد.

كرة اليد واصلت تطورها بصيغة 07 أفراد حيث أصبحت بذلك رياضة أولمبية سنة 1972 في ميونيخ بالنسبة للرجال وسنة 1978 في (مونتريال) بالنسبة للإناث

القارات الآسيوية، الإفريقية الأمريكية تنظم إلى القارة الأوروبية من أجل المشاركة في التصفيات

في الوقت الحالي فان الاتحاد الدولي لكرة اليد يضم (159 دولة) أعضاء في هذا الاتحاد ، وبالإضافة إلى الأقطار الأوروبية التي طورت اللعبة في العقود الأخيرة فان هناك أقطار في أفريقيا واسيا وأمريكا وأستراليا فقد تطورت لعبة كرة اليد في هذه القارات في الآونة الأخيرة وخير مثال على ذلك حصول نساء كوريا على ذهبية سيئول بكرة اليد وصعود مصر من شمال إفريقيا إلى أكثر من بطولة عالمية آخرها حصولهم على المرتبة الرابعة في بطولة العالم التي أقيمت في فرنسا عام 2001 وقد ساعد هذا التطور على انتشار اللعبة في هذه القارات بسرعة مذهلة بحيث أصبحت لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية الشائعة في كل أنحاء العالم، ولا نعلم إلى أين سيؤدي هذا التطور. بالإضافة إلى الإنجاز الكبير لمنتخب قطر الذي حل بالمرتبة الثانية في البطولة العالمية التي نظمتها دولة قطر في شهر جانفي من العام 2015

4- كرة اليد في الجزائر:

لقد كانت البداية الأولى لكرة اليد الجزائرية سنة 1942 وذلك بمراكز المنشطين أما اللعب بصفة رسمية فكان سنة 1946 وذلك بإحدى عشر لاعب أما نسبة اللعب بسبعة لاعبين فكان ضمن الدورات الأولى سنة 1953 وما إن حلت سنة 1956 حتى تم تنظيم أول بطولة جزائرية

ونشير هنا إلى أن هذه المرحلة بين 1930 – 1962 كان العدد قليل من الممارسين لهذا النوع من الرياضة وذلك بسبب حالة التمييز التي شهدتها البلاد خلال الفترة الاستعمارية.

وقد ظهرت الحركة الرياضية في الجزائر تحت تأثير الصراع من أجل الحرية التي رافقت الشعب قبل الفترة الاستعمارية والتي لعبت دورا معتبر في التنظيم والتربية البدنية وتحضير الجماهير خاصة الشباب الذي يكون القوة الحية في الوطن.

ومباشرة بعد الاستقلال وبالضبط سنة 1963 كانت الانطلاقة الثانية لكرة اليد حيث تم تعيين (حمنا عبد الرحمان و إسماعيل مداوي) بهدف إنشاء أول فدرالية جزائرية لكرة اليد.

وفي تلك الفترة كانت بداية مشوار الفدرالية الجزائرية لكرة اليد برئاسة السيد إسماعيل مداوي الذي كان في نفس الوقت رئيس رابطة الجزائر العاصمة لكرة اليد أما أول الفرق التي انخرطت في الفدرالية فهم كالتالي :

- فريق الراسينغ لجامعة الجزائر (R.U.A)
- فريق المجموعة اللاتينية لطلبة الجزائر العاصمة (G.L.E.A)
- فريق نادي الجزائر لكرة اليد (HBCA)
- فريق غالية رياضة الجزائر (G.S.A)
- فريق من عين الطاية.
- فريق سبارتو وهران

و في سنة 1963 انخرطت الفدرالية الجزائرية في الفدرالية العالمية والتي كانت تتكون من ثلاثة رابطات فقط (الجزائر ، وهران ، قسنطينة).

أما أول بطولة جزائرية فكانت من نصيب فريق L OMSE في سنة 1963 كما تحصل نفس الفريق على نفس اللقب سنة 1984.

وفي سنة 1968 تم إنشاء الرابطة الرابعة والتي تمثل الجنوب وفي سبتمبر من نفس السنة المكتب الفدرالي يعلن تنظيم بطولة شبه وطنية ، حيث تم فيها توزيع نوادي الجزائر العاصمة إلى مجموعتين واحدة في الشرق والأخرى في الغرب بينما البطولة الوطنية تظم الشرق والغرب والوسط أما الجنوب فكان غائبا لحدثة رياضة كرة اليد لهذه المنطقة.

ولقد احتضنت الجزائر الدورة الثامنة سنة 1989 على شكل بطولة إفريقية ثم جددت العهد مع هذه الرياضة بعد إحدى عشر سنة لتستضيف الدورة الرابعة عشر بطولة إفريقيا للأمم في كرة اليد ، وذلك بقاعة حرشة إبتداء من 19 أفريل إلى 8 ماي 2000 وذلك بحضور مالا يقل على 18 منتخبا في الصنفين ذكور وإناث لتعود لتنظيم النسخة الواحدة والعشرون سنة 2014 في الفترة الممتدة بين 16 و 25 جانفي 2014 أين توج المنتخب الجزائري بلقبه السابع.

كما لا ننسى أن ننوه هنا بعبقرية المدرب الجزائري للمنتخب الوطني في ثمانينات القرن الماضي محمد عزيز درواز فقد اتفق الروس كما الفرنسيين والسويديين وكذا الإسبان وهم جميعا عمالقة كرة اليد عالميا، على أنّ طريقة الدفاع المتقدم التي اخترعها المدرب الجزائري الفذ "محمد عزيز درواز" مطلع ثمانينات القرن الماضي تعدّ عبقرية حقيقية وفخر للجزائر التي أدخلت أسلوبا جديدا في تاريخ كرة اليد العالمية بقدر ما أهرع عشاق وخبراء الكرة الصغيرة. فإنه شكّل قيمة مضافة أثرت فلسفة كرة اليد ونظمها التكتيكية.

قوانين كرة اليد حسب تعديل 2016 : تضمن التعديل 18 قاعدة منظمة كما يلي :

رقم القاعدة	قواعد اللعبة
1	الملعب
2	زمن اللعب، إشارة النهاية – الوقت المستقطع
3	الكرة
4	الفريق، البدلاء، التجهيزات، إصابة اللاعب
5	حارس المرمى
6	منطقة المرمى
7	لعب الكرة، اللعب السليبي
8	المخالفات والسلوك غير الرياضي

9	تسجيل الأهداف
10	رمية الإرسال
11	الرمية الجانبية
12	رمية حارس المرمى
13	الرمية الحرة
14	رمية ال 7 أمتار
15	التعليمات العامة لتنفيذ الرميات (رمية الإرسال - الرمية الجانبية - رمية حارس المرمى - الرمية الحرة - رمية ال 7 أمتار)
16	العقوبات
17	الحكام
18	المبقيات والمسجل

قاعدة (1)

الملعب Playing Court

1: 1 الملعب شكل (1) يكون مستطيلاً بطول 40 متراً وبعرض 20 متراً يتكون من منطقتين للمرمى (القاعدتان 4: 1 و 6) ومنطقة للعب، يجب ترك منطقة أمان حول الملعب بمسافة لا تقل عن (1) متر على طول خطي الجانب و (2) متر على الأقل خلف خطي المرميين الخارجيين.

يجب عدم تغيير مواصفات الملعب خلال المباراة بأي شكل لصالح أي من الفريقين.

2: 1 يوضع المرمى (في منتصف كل من خطي المرمى الخارجيين. يجب تثبيت المرميين جيداً في الأرضية أو في الحائط الخلفي لهما، ويكون الارتفاع الداخلي للمرمى (2) متر وبعرض (3) أمتار.

يثبت القائمان بعارضة أفقية. يجب أن يكون الحد الخلفي للقائمين منطبقاً على الحد الخلفي لخط المرمى. يجب أن يكون القائمان والعارضة كمقطع مربع الشكل بقياس (8) سم، كما يجب أيضاً أن يطلى القائمان والعارضة من الثلاثة أوجه المرئية للملعب بلونين مختلفين عن لون الأرضية وخلفية الملعب.

يجب أن يكون للمرمى شبكة مثبتة بطريقة، بحيث تسمح للكرة المصوبة في المرمى أن تظل بالمرمى بعد دخولها فيه.

3: 1 تدخل جميع خطوط الملعب ضمن المنطقة التي تحددها، وخطا المرمى يكونان بعرض 8 سم بين القائمين (انظر الشكل 2)، أما باقي خطوط الملعب فهي بعرض 5 سم، ويمكن أن تُستبدل ألوان الخطوط بين المناطق المتجاورة بخطوط مختلفة الألوان عن أرضية تلك المناطق

4: 1 توجد أمام كل مرمى منطقة للمرمى (5)، وتحدد منطقة المرمى بخط منطقة المرمى (خط ال 6 أمتار) الذي يحدد كالتالي:

أ- خط طوله (3) أمتار أمام المرمى مباشرة على بعد (6) أمتار من خط المرمى وموازٍ له (يقاس من الحد الخلفي لخط المرمى إلى الحد الأمامي لخط منطقة المرمى).

ب- ربعاً دائرة نصف قطر كل منهما (6) أمتار (تقاس من الزاوية الداخلية الخلفية لكل قائم للمرمى)، ويتصلان بطرفي الخط الذي طوله (3) أمتار مع خط المرمى الخارجي (انظر الشكلين 1 و 2 أ).

1: 5 خط الرمية الحرة (خط ال 9 أمتار) هو : خط متقطع، يحدد على بعد (3) أمتار من خارج خط منطقة المرمى. كل جزء من هذا الخط والفراغات الموجودة بينها تكون بقياس 15 سم (انظر شكل.1).

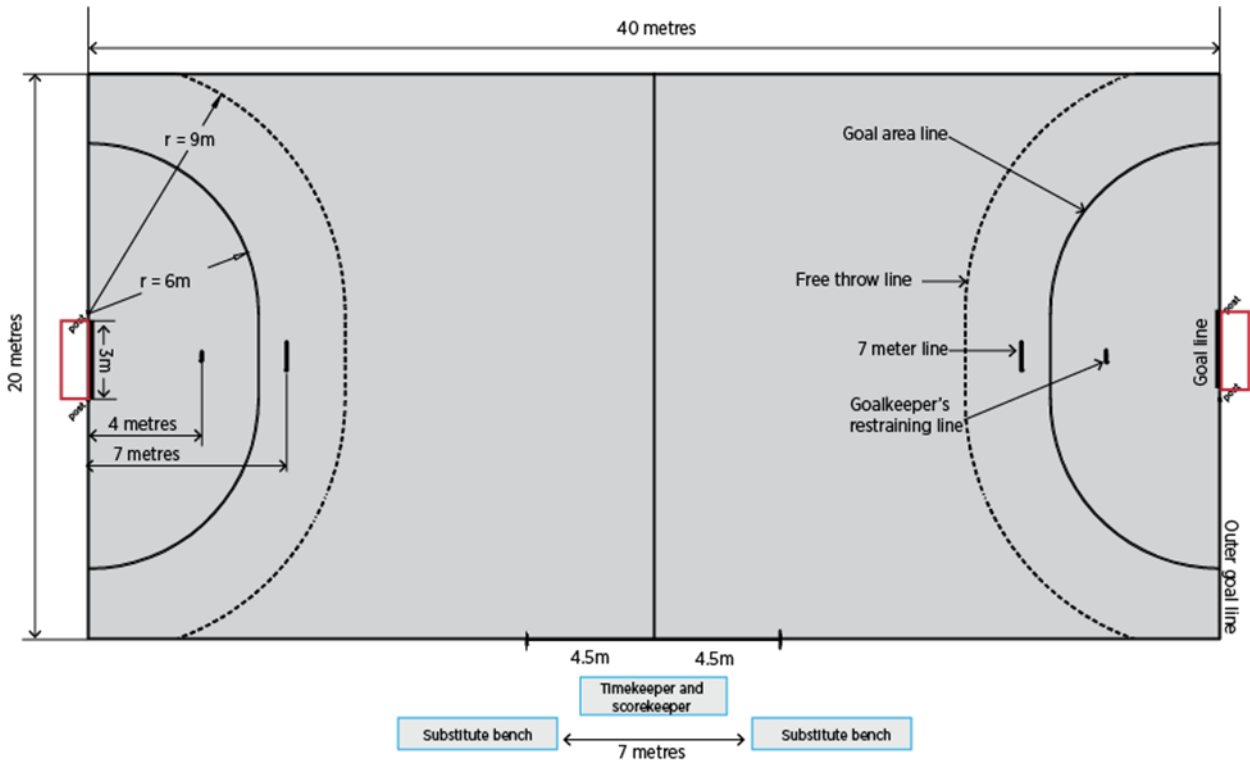
1: 6 خط ال 7 أمتار يكون بطول (1) متر أمام المرمى مباشرة وموازٍ لخط المرمى وعلى بعد 7 أمتار منه (يقاس من حافة الحد الخلفي لخط المرمى إلى حافة الحد الأمامي لخط ال (7) أمتار انظر شكل.1).

1: 7 خط حد حارس المرمى (خط ال 4 أمتار) يكون بطول 15 سم أمام المرمى مباشرة وموازٍ لخط المرمى وعلى بعد 4 أمتار منه (يقاس من حافة الحد الخلفي لخط المرمى إلى حافة الحد الأمامي لخط ال (4) أمتار انظر شكل.1).

1: 8 يوصل خط المنتصف بين نقطتي منتصف خطي الجانب (انظر الشكلين 1 و 3).

1: 9 يحدد خط التبدل (جزء من خط الجانب) ليمتد لكل فريق من خط المنتصف حتى نقطة على بعد 4.5 متر من خط منتصف الملعب.

هذه النقطة يوضع عليها خط موازٍ لخط منتصف الملعب ممتداً 15 سم داخل خط الجانب و 15 سم خارج خط الجانب



إشارة النهاية Final Signal :

2: 3 يبدأ زمن اللعب بصافرة الحكام لأداء رمية الإرسال الأولى. وينتهي بإشارة النهاية من الساعة الآلية المعلنة المرئية للجمهور أو من الميقاتي، وإذا لم تطلق مثل هذه الإشارة فعلى الحكم، الميقاتي أو المراقب إطلاق صافرته معلناً انتهاء زمن اللعب.(9:17)

تعليق: إذا لم تتوافر الساعة المرئية المزودة بالإشارة النهائية الآلية يقوم الميقاتي باستخدام ساعة طاولة أو ساعة إيقاف وينهى المباراة بإشارة نهاية.

2: 7: إذا اتضح للحكام بأن الميقاتي قد أعطي الصافرة النهائية (للسقوط الأول أو نهاية المباراة وكذلك في الوقت الإضافي) مبكراً جداً، فيجب عليهم إبقاء اللاعبين في الملعب واستئناف اللعب للمدة المتبقية.

الفريق الذي كان مستحوذاً على الكرة عند إطلاق الصافرة النهائية مبكراً سوف يظل محتفظاً بها عندما تستأنف المباراة، أما إذا كانت الكرة خارج اللعب عندها تستأنف المباراة بالرمية التي تتناسب مع حالة اللعب، وإذا كانت الكرة في اللعب عندها، تستأنف المباراة برمية حرة .

إذا تم إنهاء الشوط الأول من المباراة (أو فترة الوقت الإضافي) متأخراً، فيجب تخفيض زمن الشوط الثاني بما يتوافق مع ذلك، أما إذا تم إنهاء الشوط الثاني (أو فترة الوقت الإضافي) متأخراً أصبح الحكمان في وضع لا يسمح لهما بتغيير أي شيء.

الوقت المستقطع Time - Out :

2: 8 يكون الوقت المستقطع إلزامياً في الحالات التالية:

- أ- عندما يعطي إيقاف لمدة دقيقتين، الاستبعاد.
- ب- عندما يمنح الوقت المستقطع للفريق.
- ج- عند إطلاق صافرة من الميقاتي أو من المراقب الفني.
- د- عندما تكون المشاورات ضرورية بين الحكامين .

2: 9 يعطى الحكمان إشارة للميقاتي بمتي يتم إيقاف ومتى يتم تشغيل ساعة المباراة بإشارة الوقت المستقطع، وذلك بإطلاق ثلاث صافرات قصيرة متقطعة .

تعليق: إطلاق الصافرة من الميقاتي أو المراقب توقف المباراة مباشرة حتى إذا لم يدرك الحكام (واللاعبون) أن المباراة قد توقفت، وأي أحداث تحدث بعد إطلاق الصافرة لا يعتد بها، وهذا يعني أنه إذا سُجل هدف بعد صافرة الطاولة فإن الهدف يجب أن يُلغى، وبالمثل احتساب رمية لفريق (رمية 7 أمتار - رمية حرة - رمية جانبية - رمية إرسال أو رمية حارس مرمى) لا يُعتد بها.

2: 10 يحق لكل فريق أن يطلب وقتاً مستقطعاً لمدة دقيقة واحدة في كل شوط من وقت اللعب الأساسي ولكن ليس في الوقت الإضافي(.).

ملحوظة: لكل فريق الحق في الحصول على (3) أوقات مستقطعة للفريق بواقع دقيقة واحدة لكل وقت مستقطع أثناء المباراة (دون الأوقات الإضافية)؛ حيث يمكن الحصول بحد أقصى على عدد (2) وقتين مستقطعين في كل شوط من الوقت الأساسي للمباراة.

قاعدة(3)

The Ball الكرة

3: 1 تكون الكرة مصنوعة من الجلد أو مادة صناعية، كما يجب أن تكون مستديرة الشكل، ويجب ألا يكون سطحها الخارجي من مادة لامعة أو ملساء

3: 2 يكون استخدام مقاسات الكرة (أى المحيط والوزن) تبعاً لاختلاف مستويات الفرق كالآتي:

- (مقاس الاتحاد الدولي 3) 58-60 سم و 425-475 جراماً للرجال (لأعمار فوق 16 سنة).
- (مقاس الاتحاد الدولي 2) 54-56 سم و 325-375 جرام للسيدات والشابات (لأعمار فوق 14 سنة)، وللناشئين من الذكور (العمر من 12 وحتى 16 سنة).
- (مقاس الاتحاد الدولي 1) 50-52 سم و 290-330 جرام للناشئات (العمر من 8: 14 سنة)، وللأشبال (العمر من 8: 12 سنة).

تعليق: إن استخدام الكرات التي تحمل شعار الاتحاد الدولي لكرة اليد في كل المباريات الرسمية الدولية إلزامي.

إن مقاسات وأوزان الكرات المستخدمة في «كرة اليد المصغرة» لا تدخل ضمن قواعد اللعبة العادية.

3: 3 يجب توافر كرتين على الأقل لكل مباراة، كما يجب أن تكون الكرات الاحتياطية متواجدة مباشرة على طاولة الميقاتي أثناء المباراة. ويجب أن تتطابق مواصفات الكرات مع القاعدة (3:1-2)

3: 4 يقرر الحكمان متى يتم استخدام الكرة الاحتياطية، وفي هذه الحالة يجب على الحكمين استخدام الكرة الاحتياطية للعب بسرعة، وذلك للتقليل من حالات التوقف ولتجنب الأوقات المستقطعة.

قاعدة(4)

The Team, Substitutions Equipment, Player Injuries

الفريق، البدلاء، التجهيزات، إصابة اللاعب

الفريق The Team ::

4: 1 يتكون الفريق من 14 لاعباً:

- لا يسمح لأكثر من (7) لاعبين بالتواجد داخل الملعب في الوقت نفسه، وباقي اللاعبين بدلاء.
- اللاعب المحدد والذي يأخذ مكان حارس المرمى يمكن أن يصبح لاعب ملعب في أي وقت، وبالمثل يمكن للاعب الملعب أن يصبح حارساً للمرمى في أي وقت طالما أنه يصنف كحارس مرمى.
- إذا لعب فريق ما بدون حارس مرمى، فإنه يُسمح أن يكون بأرض الملعب 7 لاعبين كحد أقصى في الوقت نفسه.
- يجب تواجد (5) لاعبين لكل فريق على الأقل في الملعب عند بدء المباراة.
- يمكن زيادة عدد اللاعبين في الفريق حتى (14) لاعباً في أي وقت أثناء المباراة بما في ذلك الوقت الإضافي.
- يمكن أن تستمر المباراة حتى وإن نقص عدد أفراد الفريق عن (5) لاعبين في الملعب، ويرجع ذلك للحكام ليقرروا ما إذا كان ومتى يجب إيقافها بصورة نهائية .

ملحوظة: الاتحاد الدولي لكرة اليد والاتحادات القارية والوطنية لها الحق في تطبيق لوائح مختلفة في نطاق عملهم فيما يتعلق بعدد اللاعبين ولكن لا يسمح بتسجيل أكثر من 16 (لاعباً).

2: 4 يسمح للفريق بتسجيل (4) إداريين للفريق كحد أقصى أثناء المباراة، ولا يمكن استبدالهم أثناء سير المباراة. يجب أن يحدد أحدهم «مسئولاً عن الفريق» ، وهو الذي يسمح له فقط بالتحدث مع الميقاتي / المسجل وإذا دعت الحاجة مع الحكّمين .

عموماً لا يسمح لإداري الفريق بدخول الملعب أثناء المباراة. وأي خرق لهذه القاعدة يجب المعاقبة عليه كسلوك غير رياضي (، وتستأنف المباراة برمية حرة للفريق المنافس.

3: 4 يعتبر اللاعب أو الإداري مؤهلاً للمشاركة إذا كان حاضراً عند بداية المباراة وكان اسمه مدرجاً في استمارة التسجيل.

• اللاعبون والإداريون الذين يصلون بعد بدء المباراة يجب أن يثبتوا تأهلهم للاشتراك في المباراة عن طريق الميقاتي / المسجل ويجب إدراجهم في استمارة التسجيل.

• كمبدأ يمكن للاعب المؤهل للمشاركة دخول الملعب، وكقاعدة من خط منطقة التبديل الخاصة بفريقه في أي وقت.

اللاعبون البداء Player Substitutions :

4: 4 يمكن للبداء الدخول إلى الملعب، في أي وقت وتكرار ذلك دون إخطار الميقاتي / المسجل، طالما أن اللاعبين المستبدلين قد غادروا فعلاً الملعب .

• على اللاعبين المشاركين في التبديل دائماً الدخول للملعب والخروج منه من خط منطقة التبديل الخاصة بهم . وهذا ينطبق أيضاً على تبديل حراس المرمى.

• تطبق القواعد الخاصة بالتبديل أيضاً أثناء الوقت المستقطع من قبل حكم المباراة (ما عدا أثناء الوقت المستقطع للفريق).

4: 5 يجب معاقبة التبديل الخاطئ بإيقاف لمدة دقيقتين للاعب المخطئ، إذا ارتكب أكثر من لاعب من الفريق نفسه مخالفة التبديل الخاطئ في الوقت نفسه، يجب معاقبة اللاعب الذي ارتكب الخطأ الأول فقط. تستأنف المباراة برمية حرة للفريق المنافس.

4: 6 إذا دخل لاعب إضافي للملعب بدون نية التبديل، أو تدخل كبديل بشكل غير قانوني في المباراة من منطقة التبديل، يجب معاقبته بالإيقاف لمدة دقيقتين، وبالتالي يجب نقص عدد لاعبي الفريق لاعباً واحداً في الملعب لمدة الدقيقتين التاليتين (منطقياً يجب أن يترك اللاعب الإضافي الملعب).

إذا دخل اللاعب الموقوف أثناء إيقافه لمدة دقيقتين الملعب، سوف يُعطى إيقافاً آخر إضافياً لمدة دقيقتين. ويبدأ هذا الإيقاف فوراً، وهكذا يجب أن يُنقص الفريق بالإضافة لذلك لاعباً بالملعب للمدة المتبقية بين الإيقاف الأول والثاني.

تُستأنف المباراة في كلتا الحالتين برمية حرة للفريق المنافس.

التجهيزات Equipment :

4: 7 يجب أن يرتدى جميع لاعبي الملعب لكل فريق زياً موحداً ومغايراً في اللون والتصميم لزي الفريق الآخر، ويجب أن يكون التمييز واضحاً بينهما. يجب على جميع اللاعبين الذين يستعان بهم كحراس مرمى للفريق أن يرتدوا لوناً موحداً يميزهم عن لاعبي الملعب لكلا الفريقين، وكذلك عن حراس مرمى الفريق المنافس

4: 8 يجب أن تكون أرقام اللاعبين على ظهر القميص بارتفاع 20 سم على الأقل، ومن الأمام بارتفاع 10 سم على الأقل، وتكون الأرقام المستخدمة من 1-99.

اللاعب الذي يقوم بالتبديل من لاعب ملعب إلى حارس للمرمى يجب أن يرتدى الرقم نفسه في كلتا الحالتين.

يجب أن يكون لون الأرقام مغايراً تماماً للون وتصميم القميص بحيث يسهل التمييز بينهما.

4: 9 يجب على اللاعبين ارتداء الأحذية الرياضية.

لا يسمح بارتداء أى أشياء قد تكون فيها خطورة على اللاعبين أو تعطيمهم ميزة عن بقية اللاعبين، وهذا يشمل على سبيل المثال: واقي الرأس (الخوذات) وقناع الوجه والقفازات، المعاصم (الأساور)، الساعات، الخواتم، أفراس الوجه المرئية، العقود أو السلاسل، قرط الأذن، النظارات غير المثبتة أو ذات الإطارات الصلبة، أو أية أشياء أخرى يمكن أن تكون فيها أي خطورة... إذا لاحظ الحكم وجود مخالفة في تجهيز أحد اللاعبين بعد بدء المباراة وفقاً للقاعدة سيتم معاقبة الإداري المسئول عن الفريق تصاعدياً ويخرج اللاعب المعني حتى يتم إزالة المخالفة.

اللاعب المصاب Player Injuries :

4: 10 إذا نزف اللاعب أو ظهر دم على جسمه أو ملابسه، فيجب عليه مغادرة الملعب فوراً وطوعاً (من خلال التبديل الاعتيادي)، لكي يتم إيقاف التزيف وتضميد الجرح، وإزالة الدم من الجسم والملابس. يجب ألا يعود اللاعب إلى الملعب حتى يتم إجراء ذلك.

اللاعب الذي لا يتبع تعليمات الحكام فيما يخص هذا الشرط يعتبر مخالفاً بالسلوك غير الرياضي.

4: 11 في حالة إصابة لاعب يعطى الحكام الإذن لشخصين من الذين لهم حق المشاركة في المباراة انظر بالدخول إلى أرض الملعب أثناء الوقت المستقطع وذلك لغرض محدد هو مساعدة اللاعب المصاب من فريقهما.

بعد تلقي العلاج بأرض الملعب، على اللاعب مغادرة الملعب في الحال ويمكنه العودة للملعب مرة أخرى بعد انتهاء الهجمة الثالثة لفريقه (انظر الإجراءات والاستثناءات بالإيضاح رقم 8).

في حالة انتهاء الشوط الأول يمكن للاعب المصاب العودة للملعب في بداية الشوط التالي بغض النظر عن عدد الهجمات.

إذا دخل اللاعب المصاب للملعب مبكراً سيعاقب.

ملحوظة: يحق للاتحادات المحلية فقط عدم العمل بالقاعدة – 11:4 (الفقرة الثانية) في مسابقات الناشئين.

الشخص الذي سُمح له بالدخول إلى الملعب استناداً للقاعدة – (11:4 الفقرة الأولى) ، لمساعدة اللاعب المصاب لكنه بدلاً من ذلك قام بإعطاء تعليمات للاعبين أو اقترب للتحديث مع المنافسين أو الحكام. هذا الشخص يعتبر مرتكباً لسلوك غير رياضي كما في القواعد 1:16 (ب) ، 3:16 د وكذلك 6:16 (ج).

قاعدة(5)

حارس المرمى The Goalkeeper

يسمح لحارس المرمى ب:

5:1 ملامسة الكرة بأي جزء من جسمه عندما يكون في حالة دفاع داخل منطقة المرمى.

5: 2 التحرك بالكرة داخل منطقة المرمى دون أن يكون خاضعاً للقيود المطبقة على لاعبي الملعب ولكن لا يسمح لحارس المرمى على - أي حال - بتأخير تنفيذ رمية حارس المرمى،

5: 3 ترك منطقة مرماه بدون كرة والاشتراك في اللعب داخل منطقة اللعب...هنا سيخضع حارس المرمى للقواعد نفسها التي تطبق على اللاعبين في منطقة اللعب(ما عدا في الحالة المذكورة في القاعدة

يعتبر حارس المرمى قد ترك منطقة مرماه عندما يلمس بأي جزء من جسمه الأرض خارج خط منطقة المرمى.

لا يسمح لحارس المرمى ب:

5:5 تعريض المنافس للخطر عندما يكون في حالة الدفاع

5: 6 ترك منطقة مرماه والكرة بحوزته وتحت سيطرته أثناء اللعب أو بعد إطلاق الصافرة لأداء رمية حارس المرمى. المخالفة هنا تستوجب رمية حرة للفريق المنافس .

وفي حالة إذا فقد الحارس الكرة خارج منطقة المرمى بعد تعديه الخط بالكرة؛ فهنا يستمر اللعب وفقاً لمبدأ إتاحة الفرصة

5: 7 لمس الكرة عندما تكون مستقرة أو متدحرجة على الأرض خارج منطقة المرمى بينما هو داخل منطقة المرمى.

5: 8 إحضار الكرة إلى داخل منطقة المرمى عندما تكون مستقرة أو متدحرجة على الأرض خارج منطقة المرمى .

5: 9 العودة بالكرة من منطقة اللعب إلى داخل منطقة المرمى.

5: 10 ملامسة الكرة بالقدم أو الساق أسفل الركبة عندما تكون متحركة للخارج نحو منطقة اللعب .

5: 11 عبور خط حد حارس المرمى(خط ال 4 أمتار) أو امتداده من كلا الجانبين، قبل أن تترك الكرة يد المنافس الذي يؤدي رمية ال 7 أمتار .

تعليق: طالما أن حارس المرمى يحتفظ بإحدى قدميه على أو خلف خط حد حارس المرمى(خط ال 4 أمتار)، فإنه يسمح له بتحريك القدم الأخرى أو أي جزء من جسمه في الهواء خارج أعلى الخط.

قاعدة(6)

منطقة المرمى The Goal Area

6: 1 يسمح فقط لحارس المرمى بدخول منطقة المرمى.

تشمل منطقة المرمى خط منطقة المرمى، ويعتبر لاعب الملعب قد دخلها عندما يلمسها بأي جزء من جسمه.

6: 2 عندما يدخل لاعب الملعب منطقة المرمى تكون القرارات كالتالي:

أ - رمية حارس مرمى، عند دخول لاعب من الفريق المهاجم لمنطقة المرمى والكرة بحوزته أو يدخل بدون كرة ولكنه استفاد بتصرفه هذا .

ب -رمية حرة، عند دخول لاعب من الفريق المدافع منطقة المرمى وحصل على استفادة، ولكن بدون إضاعة فرصة للتسجيل.

ج -رمية ال 7 أمتار عند دخول لاعب من الفريق المدافع منطقة المرمى، وبدخوله هذا أضعاف فرصة واضحة للتسجيل . ومفهوم هذه القاعدة هو أن (دخول منطقة المرمى) لا يعنى فقط مجرد لمس خط منطقة المرمى، ولكن يعنى دخول منطقة المرمى بوضوح.

6: 3 لا تعطى عقوبة على دخول منطقة المرمى عندما:

- يدخل اللاعب منطقة المرمى بعد لعب الكرة، طالما لم يتسبب في إضاعة فرصة على المنافس.
- يدخل أي لاعب من الفريقين منطقة المرمى بدون كرة ولم يكتسب أي استفادة من ذلك.

6: 4 تعتبر الكرة» خارج اللعب « عندما يسيطر حارس المرمى عليها في منطقة المرمى ويجب عليه إعادة الكرة إلى اللعب من خلال رمية حارس المرمى

6: 5 تعتبر الكرة في اللعب عندما تكون متدحرجة فوق الأرض داخل منطقة المرمى، حيث تعتبر بحوزة حارس مرمى الفريق والذي لا يمكن لغيره أن يلمسها .وكذلك يمكن لحارس المرمى التقاطها، عند ذلك تصبح الكرة خارج اللعب، ومن ثمّ تعاد للعب مرة أخرى وفقاً للقواعد إذا لامس أحد زملاء حارس المرمى الكرة عندما تكون متدحرجة داخل منطقة المرمى يؤدي ذلك لاحتساب رمية حرة تستأنف المباراة برمية حارس مرمى إذا لامس الكرة أي لاعب من الفريق المنافس .

تكون الكرة خارج اللعب مباشرة إذا استقرت على الأرض في منطقة المرمى ، وتعتبر بحوزة حارس مرمى الفريق، ولا يسمح إلا للحارس بلمسها فقط .يجب على حارس المرمى إعادة الكرة إلى اللعب .

وتبقى رمية لحارس المرمى إذا لامس الكرة أي لاعب من كلا الفريقين الفقرة الثانية ،

عندما تكون الكرة في الهواء فوق منطقة المرمى يسمح بلمسها

6: 6 سوف يستمر اللعب (برمية حارس المرمى) إذا لامس أحد اللاعبين المدافعين الكرة أثناء الدفاع، ثم أمسك بها حارس المرمى أو استقرت في منطقة مرماه.

6: 7 إذا قام اللاعب بلعب الكرة إلى داخل منطقة مرماه، تكون القرارات كالتالي:

- هدفاً إذا دخلت الكرة المرمى.
- رمية حرة إذا استقرت الكرة داخل منطقة المرمى، أو إذا لمسها حارس المرمى ولم تدخل المرمى.
- رمية جانبية إذا عبرت الكرة خط المرمى الخارجي.
- يستمر اللعب إذا مرت الكرة من خلال منطقة المرمى عائدة إلى منطقة اللعب دون أن يلمسها حارس المرمى.

6: 8 تظل الكرة باللعب إذا ارتدت من منطقة المرمى إلى منطقة اللعب.

قاعدة(7)

لعبة الكرة، اللعب السلبي Playing the Ball, Passive play

لعبة الكرة Playing the Ball :

7: 1 يسمح ب:

رمى، مسك، إيقاف، دفع، أو ضرب الكرة باستخدام اليدين (مقبوضة أو مفتوحة) الذراعين، الرأس، الجذع، الفخذين، الركبتين.

7: 2 الاحتفاظ بالكرة بعد أقصى 3 ثوان، حتى عندما تكون مستقرة على الأرض.

7: 3 التحرك بالكرة بما لا يزيد على 3 خطوات وتعد الخطوة قد تمت عندما:

أ-يقف اللاعب وكلتا قدميه على الأرض، يرفع قدماً واحدة وينزلها ثانية، أو يحرك قدماً واحدة من مكان لآخر.

ب-يلمس اللاعب الأرض بقدم واحدة فقط، وهو ممسك بالكرة ثم يلمس الأرض بالقدم الأخرى.

ج-يثب اللاعب ويلمس الأرض بقدم واحدة فقط، ثم يحجل على القدم نفسها أو يلمس الأرض بالقدم الأخرى.

د-يثب اللاعب ويلمس الأرض بكلتا قدميه في آن واحد، ثم يرفع إحدى القدمين وينزلها ثانية، أو يحرك قدم واحدة من مكان لآخر.

تعليق: إذا تم تحريك قدم واحدة من مكان لآخر والقدم الأخرى مسحوبة للخلف...هنا تُحتسب خطوة واحدة فقط.

-يعتبر أمراً مطابقاً لقواعد اللعبة إذا وقع لاعب بالكرة على الأرض وانزلق ثم وقف ولعبها، كذلك إذا ارتمي اللاعب على الكرة للسيطرة عليها ثم وقف ولعبها.

7: 4 أثناء الوقوف أو الجري:

أ-تنطيط الكرة مرة واحدة ثم معاودة مسكها مرة ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.

ب-تنطيط الكرة على الأرض بشكل متكرر بيد واحدة (الارتداد)، ثم معاودة مسكها أو أخذها ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.

ج-درجة الكرة على الأرض وتكرر بيد واحدة، ثم معاودة مسكها أو أخذها ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.

بمجرد مسك الكرة بعد ذلك بيد واحدة أو بكلتا اليدين، يجب أن تُلعب خلال 3 ثوان كحد أقصى أو بعد أخذ ما لا يزيد على 3 خطوات.

يعتبر الارتداد أو التنطيط قد بدأ عندما يلمس اللاعب الكرة بأي جزء من جسمه ويوجهها مباشرة إلى الأرض.

بعد أن تلمس الكرة لاعباً آخر أو المرمى، يُسمح للاعب بدحرجتها أو تنطيطها ثم مسكها مرة ثانية .

7: 5 نقل الكرة من يد إلى اليد الأخرى.

7: 6 لعب الكرة أثناء الركوع أو الجلوس أو الرقود على الأرض، وهذا يعنى أنه يسمح بتنفيذ الرمية (مثلاً: الرمية الحرة)، من هذا الوضع، إذا توافرت شروط (القاعدة) 1: 15 بما في ذلك الاشتراطات التي تتطلب وضع جزء من أحد القدمين على اتصال ثابت مع الأرض.

7: 7 لا يسمح ب:

لمس الكرة أكثر من مرة بعد السيطرة عليها ما لم تكن في هذه الأثناء قد لامست الأرض أو لاعباً آخر أو المرمى ولكن لا يعاقب على لمسها أكثر من مرة إذا ارتبك اللاعب، أى بمعنى فشله في السيطرة عليها عندما حاول مسكها أو إيقافها.

7: 8 لمس الكرة بالقدم أو الساق أسفل الركبة، ماعدا إذا رميت الكرة على اللاعب من قبل المنافس.

7: 9 يستمر اللعب إذا لامست الكرة الحكم داخل الملعب.

7: 10 إذا تحرك اللاعب بالكرة خارج حدود الملعب بإحدى القدمين أو بكلتئهما بينما الكرة لاتزال داخل الملعب، وذلك من أجل تخطى اللاعب المدافع، هنا سيتم احتساب رمية حرة للمنافسين .

إذا اتخذ أحد لاعبي الفريق الذي بحوزته الكرة موقعه خارج الملعب بدون كرة، يتعين على الحكام التنبيه عليه بأنه يجب عودته للملعب، إذا لم يمثل اللاعب لذلك، أو إذا تكرر هذا التصرف لاحقاً من قبل الفريق نفسه، سوف تُحتسب رمية حرة للمنافسين بدون أى تحذير آخر. إن مثل هذه الإجراءات لا تؤدي إلى عقوبة شخصية.

اللعب السلبي Passive Play ::

7: 11 لا يُسمح للفريق المستحوز على الكرة الاحتفاظ بها بدون أى محاولة واضحة للهجوم أو التصويب على المرمى، وبالمثل لا يُسمح للفريق التأخير بشكل متكرر لتنفيذ رمية الإرسال، الرمية الحرة، الرمية الجانبية أو رمية حارس المرمى والذي يعد لاعباً سلبياً يجب المعاقبة عليه برمية حرة ضد الفريق المستحوز على الكرة إلا إذا توقف هذا الميول السلبي يتم تنفيذ الرمية الحرة من المكان الذي كانت فيه الكرة عندما أوقف اللعب.

7: 12 عندما يصبح الميول للعب السلبي واضحاً، يتم رفع الإشارة التحذيرية وذلك لإعطاء الفريق المستحوز على الكرة الفرصة لتغيير طريقة الهجوم لتجنب فقدان الكرة، إذا لم تتغير طريقة الهجوم بعد رفع إشارة التحذير يكون للحكم الحق في إطلاق صافرة اللعب السلبي في أي لحظة، وإذا لم يتم التصويب على المرمى من الفريق المهاجم بعد (6) تمريرات بحد أقصى، تُحتسب رمية حرة ضد هذا الفريق،

قرار الحكام الخاص بعدد التمريرات يتم وفقاً لملاحظتهم للحقائق من واقع أحداث المباراة طبقاً للقاعدة

في بعض الحالات المحددة يمكن للحكام أن يحتسبوا رمية حرة ضد الفريق المستحوز على الكرة دون إعطاء أى إشارة مسبقة للتحذير.

مثال: عندما يعتمد اللاعب الامتناع عن محاولة استغلال الفرصة الواضحة للتسجيل.

قاعدة (8)

المخالفات والسلوك غير الرياضى Fouls and Unsportsmanlike Conduct

8:1 الأفعال المسموح بها:

- أ-استخدام اليد المفتوحة للعب الكرة من يد اللاعب الآخر.
- ب-استخدام الذراعين المنتهيتين في التلاحم البدني مع المنافس وكذلك لمتابعته ومراقبته بهذه الطريقة.
- ج-استخدام الجذع لحجز المنافس، من أجل التنافس على المكان.

تعليق: الحجز يعنى العمل على منع المنافس من التحرك في المساحة المفتوحة، وكمبدأ عند القيام بالحجز ومتابعته يجب أن يتم بطريقة آمنة وغير مؤذية تجاه المنافس.

8:2 لا يسمح ب:

- أ-سحب أو ضرب الكرة من يدي المنافس.
- ب-حجز المنافس بالذراعين، اليدين أو الساقين، أو استخدام أى جزء من الجسم لإزاحته أو دفعه بعيداً، وهذا يشمل الاستخدام الخطير للمرفق في الحالتين، سواء في المكان الذى ابتداءً فيه أو أثناء الحركة.
- ج-مسك المنافس (من الجسم أو الملابس) حتى ولو كان حراً وقادراً على الاستمرار في اللعب.
- د-الجرى أو الوثب نحو المنافس.

8:3 المخالفات التي تستوجب العقوبة الشخصية :

إن المخالفات الموجهة بشكل رئيسي أو خاص نحو جسم المنافس يجب المعاقبة عليهما تصاعدياً، هذا يعنى إضافة للرمية الحرة أو رمية ال7 أمتار يتم إعطاء العقوبة الشخصية ابتداءً من الإنذار ثم الإيقاف دقيقتين ثم الاستبعاد. وللمخالفات الأكثر جسامة، هناك ثلاثة مستويات إضافية للعقوبة اعتماداً على معايير اتخاذ القرار كالتالى:

- المخالفات التي تستوجب عقوبة الإيقاف المباشر لمدة دقيقتين(4:8) .
- المخالفات التي تستوجب عقوبة الاستبعاد.(5:8)
- المخالفات التي تستوجب عقوبة الاستبعاد مع كتابة تقرير.(6:8)

معايير اتخاذ القرار:

وللحكم على العقوبات الشخصية المناسبة لتلك المخالفات المحددة عند ارتكابها، تطبق المعايير التالية لاتخاذ القرار والتي يجب استخدامها كمزيج حسب ملاءمتها لكل حالة:

- وضع اللاعب الذى يرتكب المخالفة (من الأمام، من الجانب أو من الخلف).
- الجزء من الجسم الذى وجهت نحوه الحركة غير القانونية(الجذع، الذراع الرامي، الأرجل، الرأس /القصبة / الرقبة).
- ج « -ديناميكية » الحركة غير القانونية(شدة وقوة التلاحم البدني غير القانوني، و /أو المخالفة التي يكون فيها الاندفاع والمنافس في حركة كاملة).

د-تأثير التصرف غير القانوني على:

- التأثير على الجسم والسيطرة على الكرة.

- إضعاف أو منع القدرة على الحركة.
- المنع من الاستمرار في اللعب.

إن وضع اللعب مرتبط أيضاً في الحكم على تلك المخالفات ذات الصلة (مثلاً حركة التصويب، الجري في المساحة المفتوحة، والحالات المتعلقة بالجري بسرعة عالية).

8:4 المخالفات التي تستوجب الإيقاف فوراً لمدة دقيقتين:

تعطى عقوبة الإيقاف المباشر لمدة دقيقتين لبعض المخالفات المعينة بغض النظر سواء كان اللاعب قد تلقى إنذاراً في وقت سابق أم لا.

وهذا ينطبق بصفة خاصة على مثل تلك المخالفات التي لا يكثر فيها اللاعب المخالف بأثر الخطورة على المنافس . مع الأخذ في الاعتبار معايير اتخاذ القرار لمثل هذه المخالفات بموجب (القاعدة) 3:8 على سبيل المثال.

- المخالفات التي ترتكب بشدة تجاه المنافس الذي يجري بسرعة.
- مسك المنافس لمدة طويلة أو سحبه وشده لأسفل.
- ج-المخالفات الموجهة للرأس / القصبة أو الرقبة.
- د-الضرب بشدة على جذع أو ذراع الرامي.
- هـ-محاولة جعل المنافس يفقد السيطرة أو التحكم بجسمه(على سبيل المثال :مسك الساق / أو قدم المنافس عندما يكون في حالة الوثب.
- و-الجرى أو الوثب بسرعة عالية نحو المنافس.

8:5 المخالفات التي تستوجب الاستبعاد:

اللاعب الذي يهاجم المنافس بشكل يعرض صحته للخطر لايد من استبعاده 6:16 (أ) وتعرض المنافس للخطر يؤثر على شدة المخالفة، أو كحقيقة أن اللاعب يكون غير مستعد مطلقاً للمخالفة ولا يستطيع حماية نفسه (انظر القاعدة 5:8 التعليق .) إضافة إلى المعايير الموضحة في 3:8 (و) 4:8 ، تطبق أيضاً المعايير التالية لاتخاذ القرار:

- أ-فقد التحكم الفعلي بالجسم أثناء الجري أو الوثب أو التصويب.
- ب-الهجوم الخشن الموجه بشكل خاص ضد أى جزء من جسم المنافس، خاصة الوجه، القصبة أو الرقبة
- ج-السلوك المتهور الظاهر الذي يقوم به اللاعب المخالف عند ارتكابه للمخالفة..

ويجب استبعاد الحارس إذا:

- استحوذ على الكرة، ولكن بحركته هذه تصادم مع المنافس.
- لم يستطع الوصول أو السيطرة على الكرة، ولكنه تسبب في التصادم مع المنافس.

إذا كان لدى الحكام القناعة بحدوث واحدة من هذه الحالات، وبأن المنافس قد يتمكن من الحصول على الكرة لولا مخالفة حارس المرمى غير القانونية، عندها يجب أن تمنح رمية ال 7 أمتار.

8:6 الاستبعاد المرفق (بالتقرير الكتابي) الناتج عن الأفعال المتهورة، الخطيرة والمتعمدة أو العدوانية:

يجب على الحكام رفع التقرير الكتابي إلى الجهات المسئولة بعد انتهاء المباراة إذا لاحظوا وعلى وجه الخصوص التصرفات المتهورة والخطيرة وكذلك المتعمدة أو التي تنصف بالميل العدواني لاتخاذ القرار كإجراء إضافي. المؤشرات والصفات التي قد تكون معياراً لصنع القرار، بالإضافة لتلك المعايير كما جاء في القاعدة (5:8) ، هي:

- التصرفات المتهورة والخطيرة.
 - الميل العدواني أو التصرفات المتعمدة، التي لا علاقة لها بموقف اللعب بأي شكل من الأشكال.
- تعليق: إذا تم ارتكاب المخالفة التي تندرج تحت القاعدة (5:8) أو (6:8) أثناء الـ 30 ثانية الأخيرة من المباراة وذلك من أجل منع تسجيل هدف. عندئذ يجب اعتبارها كسلوك غير رياضي جسيم جداً ويعاقب عليها وفقاً للقاعدة 10:8 (د).
- السلوك والتصرف غير الرياضي الذي يستوجب العقوبة الشخصية تحت القواعد (7:8-10).
- التعبيرات الشفهية وغير الشفهية والتي لا تتفق مع التصرفات والروح الرياضية تعتبر مكوناً للسلوك والتصرف غير الرياضي. وهذا ينطبق على كل من اللاعبين وإداريي الفريق داخل وخارج الملعب.
- وللمعاقبة على السلوك غير الرياضي، والسلوك غير الرياضي الجسيم والسلوك غير الرياضي الجسيم جداً يتم التمييز بين (4مستويات لتلك التصرفات:

- التصرفات التي يجب المعاقبة عليها تصاعدياً (7:8).
- التصرفات التي يجب المعاقبة عليها بالإيقاف المباشر لمدة دقيقتين. (8:8)
- التصرفات التي يجب المعاقبة عليها بالاستبعاد (9:8).
- التصرفات التي يجب المعاقبة عليها بالاستبعاد بالإضافة للتقرير الكتابي 10:8 (أ-ب).

7:8 السلوك والتصرف غير الرياضي الذي يستوجب العقوبة التصاعدية:

التصرفات المدرجة أدناه (أ- و) هي أمثلة للسلوك غير الرياضي الذي يستوجب العقوبة التصاعدية ابتداءً بالإنذار .

- أ-محاولة التأثير على قرارات معينة للحكام عن طريق الاحتجاجات الشفهية وغير الشفهية.
- ب-إزعاج المنافس أو الزميل بالكلمات أو الإيماءات أو الصراخ بوجه المنافس بغرض تشتيت التركيز.
- ج-التسبب في تأخير تنفيذ الرميات للمنافس، وذلك بعدم مراعاة مسافة الـ 3 أمتار أو بأي طريقة أخرى.
- د-محاولة تضليل الحكام فيما يخص تصرفات المنافس من خلال «التمثيل» أو المبالغة في طبيعة الفعل وذلك لدفعهم لإيقاف الوقت أو إعطاء العقوبة غير المستحقة للمنافس.
- هـ-الصد الفعلي للتصويب أو التميرير باستخدام القدم أو الجزء السفلي من الساق...أما الحركات لرد الفعل الانعكاسي كتحريك الرجلين معاً...فلا تطبق عليها أي عقوبة (انظر أيضاً القاعدة). 8:7
- و-الدخول المتكرر لمنطقة المرمى من أجل الدوافع «التكتيكية».

8:8 السلوك غير الرياضي الذي يستوجب الإيقاف المباشر لمدة دقيقتين:

التصرفات المحددة والتي تحمل في طبيعتها الشدة والعنف تستحق الإيقاف المباشر لمدة دقيقتين بغض النظر عما إذا كان اللاعب أو الإداري قد حصل على إنذار من قبل، وهذا يشمل:

- الاحتجاجات المتضمنة الصراخ والإشارات والإيماءات غير المهدبة أو السلوك الاستفزازي.
- عندما يكون هناك قرار ضد الفريق المستحوذ على الكرة ولم يحم اللاعب الذي بحوزته الكرة بجعلها متاحة مباشرةً للمنافسين وذلك بتركها أو وضعها على الأرض.
- ج- إعاقة الوصول للكرة التي ذهبت إلى منطقة البدلاء.

8: 9 السلوك غير الرياضي الجسيم الذي يستوجب الاستبعاد:

هناك أشكال معينة من السلوك غير الرياضي الجسيم والتي تعتبر خطيرة جداً وتستوجب الاستبعاد. ومن أمثلة هذا السلوك ما يلي:

- أ- رمي أو ركل الكرة بعيداً بصورة انفعالية بعد قرار الحكام.
- ب- إذا تظاهر حارس المرمى بامتناعه عن محاولة صد رمية ال 7 أمتار.
- ج- التعمد برمي الكرة على المنافس أثناء إيقاف المباراة (إذا تم فعل ذلك بقوة زائدة ومن مسافة قريبة جداً فمن المناسب اعتباره كسلوك عدواني متهور بصفة خاصة حسب القاعدة 6:8 السابقة).
- د- عندما يؤدي اللاعب رمية ال 7 أمتار ويصيب رأس حارس المرمى ولم يكن الحارس محركاً لرأسه في اتجاه الكرة
- هـ- عندما يؤدي اللاعب الرمية الحرة ويصيب رأس المدافع ولم يكن المدافع محركاً لرأسه في اتجاه الكرة.
- و- القيام بالانتقام بعد التعرض للمخالفة.

تعليق: في حالة رمية ال 7 أمتار أو الرمية الحرة فإن الرامي يتحمل مسؤولية عدم تعريض حارس المرمى أو المدافع للخطر.

8: 10 السلوك غير الرياضي الجسيم جداً الذي يستوجب الاستبعاد والتقارير الكتابي أيضاً:

إذا اعتبر الحكام هذه التصرفات سلوكاً غير رياضي جسيماً جداً، فيجب عليهم رفع تقرير كتابي بعد المباراة حتى تتمكن الجهات المسؤولة من اتخاذ القرارات كإجراء إضافي في الحالات التي تتعلق بالمخالفات (أ ، ب) ومن أمثلة تلك التصرفات:

أ- الإهانة أو التهديد الموجه إلى شخص آخر، مثل: الحكم، الميقاتي/المسجل، المراقب، إداري الفريق، اللاعب، المشاهد، يمكن أن يكون مثل هذا التصرف بصورة شفوية أو غير شفوية، (مثل: تعبيرات الوجه، الإيماءات، لغة الجسم أو التلاحم البدني).

ب تدخل إداري الفريق في المباراة من خلال دخوله أرض الملعب أو من منطقة التبديل، أو قيام اللاعب بإضاعة فرصة واضحة للتسجيل من خلال تدخله غير القانوني في اللعب، سواء من منطقة التبديل أو دخوله أرض الملعب .

أما في الحالات التي تتعلق بالمخالفتين (ج ، د...) فتحتسب رمية 7 أمتار للمنافس.

ج- إذا كانت الكرة خارج اللعب في آخر 30 ثانية من المباراة وقام اللاعب أو إداري الفريق بمنع أو تأخير المنافسين عن تنفيذ الرمية وذلك بغرض منعهم من قدرة التصويب على المرمى أو الحصول على الفرصة الواضحة للتسجيل، فإن (اللاعب / الإداري) يستبعد ويتم احتساب رمية 7 أمتار للمنافس، وينطبق هذا على أي نوع من أنواع التدخل، مثل: (عدم الاقتصار فقط على الفعل البدني، أو التدخل في تنفيذ رمية كاعتراض تمريرة أو التدخل في استلام الكرة وعدم تركها).

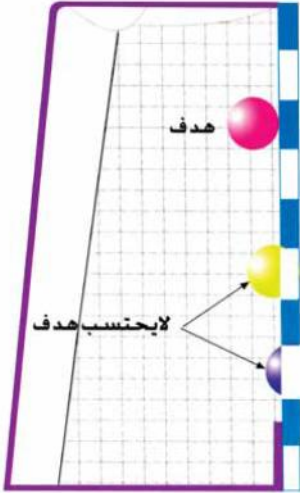
د- إذا كانت الكرة داخل اللعب في آخر 30 ثانية من المباراة، وقام المنافسون ب:

1-1 مخالفة لاعب للقاعدتين (5:8 أو 6:8) ، وذلك إلى جانب 10:8 (أ) أو 10:8 (ب) II. ()

2-2 مخالفة إداري للقاعدتين 10:8 (أ) أو 10:8 (ب) I. ()

إذا تم منع الفريق الذي بحوزته الكرة من إمكانية التصويب على المرمى أو من الحصول على فرصة تسجيل واضحة، فإن هذا اللاعب أو الإداري المخالف يتم استبعاده طبقاً للقواعد المطبقة وتمنح رمية 7 أمتار للفريق المنافس.

وإذا كان اللاعب الذي تم معه الخطأ، أو زميله، قد سجل هدفاً قبل إيقاف اللعب... هنا لا تُمنح رمية 7 أمتار.



قاعدة (9)

تسجيل الأهداف Scoring

1:9 يُحتسب الهدف إذا اجتازت الكرة بكامل محيطها خط المرمى (انظر الشكل) ، بشرط عدم ارتكاب الرامي أو أحد زملائه أو إداري الفريق أي مخالفة للقواعد قبل أو أثناء التصويب، ويؤكد حكم خط المرمى احتساب الهدف بصافرتين قصيرتين مع (إشارة اليد رقم 12) يُحتسب الهدف، إذا دخلت الكرة المرمى بالرغم من ارتكاب لاعب مدافع مخالفة في القواعد.

لا يُحتسب الهدف إذا أوقف الحكم، الميقاتي، أو المراقب، المباراة قبل أن تعبر الكرة بكامل محيطها خط المرمى. إذا سجل اللاعب هدفاً في مرماه يحتسب هدفاً للفريق المنافس، باستثناء حالة قيام حارس المرمى بتنفيذ رمية حارس المرمى.

تعليق يتم احتساب الهدف، إذا تم منع الكرة من دخول المرمى بواسطة أي شخص أو أي شيء غير مشارك في المباراة (المتفرجون ... إلخ) وكان الحكمان على اقتناع تام بأن الكرة كانت ستدخل المرمى لولا ذلك .

9:2 لا يمكن إلغاء الهدف إذا قرر الحكمان احتسابه وأطلقت الصافرة لأداء رمية الإرسال التالية .

يجب على الحكامين توضيح احتسابهما للهدف (بدون أداء رمية الإرسال) إذا أطلقت الصافرة النهائية لنهاية الشوط مباشرة بعد تسجيل الهدف وقبل أداء رمية الإرسال.

تعليق: يجب أن يتم إعلان الهدف على لوحة التسجيل بعد احتسابه من قبل الحكام مباشرةً .

9:3 الفريق الذي يسجل أهدافاً أكثر من الفريق المنافس يكون هو الفائز، تعتبر المباراة تعادلاً إذا تساوى عدد الأهداف التي سجلها الفريقان، أو إذا لم يتم تسجيل أي هدف (انظر القاعدة (2:2)).

قاعدة (10)

رمية الإرسال The Throw-Off

10:1 يؤدي رمية الإرسال في بداية المباراة الفريق الذي فاز بالقرعة واختار أن يبدأ بالكرة، وللفريق المنافس الحق في اختيار جهة الملعب. أما إذا اختار الفريق الذي فاز بالقرعة جهة الملعب، يؤدي الفريق المنافس رمية الإرسال.

يتبادل الفريقان نصفى الملعب فى الشوط الثانى من المباراة، ويؤدى رمية الإرسال الفريق الذى لم تكن له رمية الإرسال فى بداية المباراة.

تجرى قرعة جديدة تسبق كل وقت إضافى، وتطبق فيه أيضاً كل التعليمات الواردة فى (القاعدة) 1:10 على كل فترات الوقت الإضافى.

10 : 2 يستأنف اللعب بعد تسجيل هدف برمى إرسال للفريق الذى احتسب عليه الهدف (على أية حال انظر القاعدة 2: 9، الفقرة الثانية).

10 : 3 تؤدى رمية الإرسال من نقطة منتصف خط منتصف الملعب فى أى اتجاه (ويسمح بحوالى 1.5 متر من كل جانبى نقطة المنتصف)، والذى يجب أن تنفذ خلال 3 ثوان بعد صافرة من الحكم.

يجب على اللاعب الذى يؤدى رمية الإرسال أن يأخذ مكانه بوضع إحدى قدميه على الأقل على خط المنتصف والقدم الأخرى على أو خلف الخط (6:15) (ويبقى على هذا الوضع حتى تترك الكرة يده).

لا يُسمح لزملاء الرامى باجتياز خط المنتصف قبل انطلاق الصافرة.

10 : 4 لأداء رمية الإرسال فى بداية كل شوط (بما فيها أى فترة من فترات الوقت الإضافى)، يجب أن يكون جميع اللاعبين فى نصف ملعبهم، ولكن عند أداء رمية الإرسال بعد تسجيل الهدف يُسمح لمنافسى الرامى بالتواجد فى أى من نصفى الملعب. فى كلتا الحالتين، يجب أن يقف المنافسون على بعد لا يقل عن 3 أمتار بعيداً عن اللاعب الذى يؤدى رمية الإرسال .

قاعدة (11)

الرمية الجانبية The Throw-In

11 : 1 تُحتسب الرمية الجانبية عندما تجتاز الكرة بكامل محيطها لخط الجانب، أو عندما يكون لاعب الملعب للفريق المدافع هو آخر من لمسها قبل أن تجتاز خط المرمى الخارجى لفريقه . تُمنح أيضاً عندما تلمس الكرة السقف أو أى شيء مثبت أعلى الملعب.

11 : 2 تؤدى الرمية الجانبية بدون صافرة من الحكام بواسطة الفريق المنافس لآخر لاعب لمس الكرة قبل أن تجتاز الخط أو تلمس السقف أو أى شيء مثبت أعلى الملعب.

11 : 3 تؤدى الرمية الجانبية من النقطة التى عبرت منها الكرة خط الجانب، أما إذا عبرت خط المرمى الخارجى فتؤدى من التقاء خط الجانب وخط المرمى الخارجى على الجانب نفسه. بالنسبة للرمية الجانبية بعد ملامسة الكرة للسقف أو أى شيء مثبت أعلى الملعب فإن الرمية الجانبية تؤدى من أقرب نقطة على الخط الجانبى بالقرب من النقطة التى لمست الكرة فيها السقف أو أى شيء مثبت أعلى الملعب.

11 : 4 يجب على الرامى أن يضع إحدى قدميه على خط الجانب حتى تترك الكرة يده ولا يوجد تحديد لموضع القدم الثانية.

11 : 5 عند أداء الرمية الجانبية لا يحق للمنافسين الاقتراب من الرامى بأقل من 3 أمتار: 4: 15 (، 9: 15 ، 7:8 ج.) ولا ينطبق هذا إذا قاموا بالوقوف مباشرةً خارج خط منطقة مرماهم.

قاعدة (12)

رمية حارس المرمى The Goalkeeper Throw

12 : 1 تُحتسب رمية حارس المرمى في الحالات التالية:

- أ-عندما يدخل لاعب من الفريق المنافس منطقة المرمى مخالفاً للقاعدة 2: 6 (أ).
- ب-عندما يسيطر حارس المرمى على الكرة في منطقة المرمى أو تكون الكرة قد استقرت داخل منطقة المرمى.
- ج-عندما يلمس لاعب من الفريق المنافس الكرة وهي متدحرجة على الأرض في منطقة المرمى 5: 6 (الفقرة الأولى).
- د-عندما تعبر الكرة الخط الخارجي للمرمى، ويكون آخر من لمسها حارس المرمى أو لاعب من الفريق المنافس. وهذا يعني أنه في جميع هذه الحالات تعتبر الكرة خارج نطاق اللعب ويستأنف اللعب برمية حارس المرمى.

وكذلك إذا حدثت مخالفة بعد احتساب رمية حارس المرمى وقبل أن يتم تنفيذها.

12 : 2 يؤدي حارس المرمى رمية حارس المرمى بدون صافرة من الحكم 5 : 15 (ب) من منطقة المرمى لخارجها فوق خط منطقة المرمى، وإذا كان الفريق الذي سيؤدي رمية حارس المرمى يلعب بدون حارس مرمى...هنا يجب أن يتم تبديل حارس المرمى بلاعب ملعب (قاعدة). 4:4 يقرر الحكام إذا كان إيقاف الوقت ضرورياً (قاعدة 2:8 الفقرة الثانية. والإيضاح رقم). 2 تعتبر رمية حارس المرمى قد تمت عندما يلعب حارس المرمى الكرة وتجتاز بكاملها خط منطقة المرمى.

يُسمح للاعبين الفريق الآخر بالتواجد خارج خط منطقة المرمى مباشرةً، ولكن لا يُسمح لهم بلمس الكرة حتى تجتاز بكاملها الخط.

قاعدة (13)

الرمية الحرة The Free Throw

قرار - الرمية الحرة:

13 : 1 كمبدأ يقوم الحكام بإيقاف المباراة واستئنافها برمية حرة للمنافسين عندما:

- أ- يرتكب الفريق المستحوز على الكرة مخالفة للقواعد والتي يجب أن تؤدي إلى فقدانه الاستحواذ عليها
- ب- يرتكب الفريق المنافس مخالفة للقواعد تتسبب بفقدان الفريق للكرة عندما تكون في حوزته

13 : 2 يجب على الحكمين السماح باستمرار اللعب وتجنب إيقافه مبكراً بقرار احتساب الرمية الحرة.

هذا يعني، استناداً للقاعدة 13:1 (أ) بأنه يجب على الحكمين عدم احتساب الرمية الحرة إذا استحوذ الفريق المدافع على الكرة مباشرة بالرغم من ارتكاب الفريق المهاجم للمخالفة.

وبصورة مماثلة، استناداً للقاعدة 13:1 (ب) يجب على الحكمين عدم التدخل إلا عندما يتضح لهما بأن الفريق المهاجم فقد الاستحواذ على الكرة أو أنه غير قادر على الاستمرار في الهجوم بسبب المخالفة التي ارتكبتها الفريق المدافع.

أما إذا كان لابد من إعطاء العقوبة الشخصية بسبب مخالفة القواعد، هنا يمكن أن يقرر الحكمان إيقاف اللعب فوراً إذا كان ذلك لا يسبب إضاعة الفرصة لمنافسي الفريق الذي ارتكب المخالفة، أما غير ذلك فيجب أن تؤجل العقوبة حتى الانتهاء من الحالة القائمة .

13 : 3 إذا تمت المخالفة التي تؤدي في العادة إلى رمية حرة تحت القاعدة 13:1 (أ - ب) عندما تكون الكرة خارج اللعب، عندها تُستأنف المباراة برمية تتناسب مع سبب التوقف (انظر قاعدة 10:8 ج، الإجراءات الخاصة أثناء ال 30 ثانية الأخيرة من المباراة.)

13 : 4 بالإضافة للحالات الموضحة في القاعدة 1 : 13 (أ - ب) تستخدم أيضاً الرمية الحرة كطريقة لاستئناف اللعب في حالات معينة عندما يتم إيقاف اللعب (مثال :عندما تكون الكرة في الملعب) حتى وإن لم تكن هناك مخالفة للقواعد:

- إذا كان أحد الفريقين مستحوذاً على الكرة عندما تم إيقاف اللعب، سوف ترجع الكرة إلى الفريق نفسه.
- إذا لم يكن أي من الفريقين مستحوذاً على الكرة ... هنا تمنح الكرة مرة أخرى للفريق الذي كان آخر من استحوذ عليها.

13 : 5 إذا كان هناك قرار برمية حرة ضد الفريق الذي بحوزته الكرة عندما أطلق الحكم صافرته، عندها يجب على اللاعب الذي بحوزته الكرة في تلك اللحظة أن يتركها أو أن يضعها في الحال على الأرض بحيث يمكن لعبها 8:8 (ب.)

تنفيذ الرمية الحرة:

13 : 6 تؤدي الرمية الحرة عادة بدون أي صافرة من الحكم) وكمبدأ من مكان حدوث المخالفة، وتستثنى الحالات التالية من هذا المبدأ:

الحالات الموضحة في القاعدة 4:13 (أ - ب) تؤدي الرمية الحرة بعد الصافرة، وكمبدأ من المكان الذي كانت فيه الكرة وقت التوقف.

إذا أوقف الحكم أو المراقب (من الاتحاد الدولي أو الاتحاد القاري /الوطني) اللعب بسبب مخالفة ارتكبتها لاعب أو إداري الفريق المدافع، ونتج عن ذلك تحذير شفهي أو عقوبة شخصية، عندئذ يجب أن تؤدي الرمية الحرة من المكان الذي كانت فيه الكرة عندما تم إيقاف اللعب، بشرط أن يكون هذا المكان هو أفضل من مكان حدوث المخالفة.

يطبق الاستثناء نفسه المذكور في الفقرة السابقة إذا قام الميقاتي بإيقاف المباراة بسبب المخالفات تحت القواعد 3 - 2:4 (أ) أو 6- 5:4

كما هو موضح في القاعدة) 11:7 () ، يجب أن تؤدي الرمية التي احتسبت بسبب اللعب السلبي من المكان الذي كانت فيه الكرة عند إيقاف اللعب.

على الرغم من المبادئ الأساسية والإجراءات التي نصت عليها الفقرات السابقة لا يمكن أبداً أن تؤدي الرمية الحرة من داخل منطقة مرمى الفريق الرامي أو داخل خط الرمية الحرة للفريق المنافس.

وفي أي حالة يكون فيها المكان المشار إليه في واحدة من المناطق التي ذكرت في الفقرات السابقة، فإن مكان التنفيذ يجب أن ينتقل فوراً إلى أقرب نقطة خارج المنطقة المحظورة.

تعليق: إذا كان المكان الصحيح للرمية الحرة عند خط الرمية الحرة للفريق المدافع، عندها يجب تنفيذ الرمية بشكل أساسي من المكان المحدد بدقة، ولكن إذا كان المكان بعيداً عن خط الرمية الحرة للفريق المدافع، يكون معدل السماح لأداء الرمية الحرة أكثر بمسافة قصيرة من المكان المحدد، وتزيد هذه المسافة تدريجياً حتى 3 أمتار في حالة تنفيذها من خارج منطقة مرمى الفريق الرامي مباشرة.

هذا المعدل السابق لا يطبق في حالة مخالفة القاعدة (5:13)، إذا تمت المعاقبة على ارتكاب هذه المخالفة طبقاً للقاعدة (8:8ب)، في مثل هذه الحالات يجب تنفيذ الرمية دائماً من المكان المحدد الذي ارتكبت فيه المخالفة.

13 : 7 يجب على لاعبي الفريق الرامي عدم لمس أو اجتياز خط الرمية الحرة للفريق المنافس قبل أن تنفذ الرمية الحرة. انظر أيضاً التعليمات الخاصة بموجب القاعدة (5:2).

يجب على الحكام تصحيح أماكن لاعبي الفريق الرامي المتواجدين بين خط الرمية الحرة وخط منطقة المرمى قبل تنفيذ الرمية الحرة إذا كان لوجودهم الخاطئ تأثير على سير المباراة 3:15 (،) 6:15

عندها تؤدي الرمية الحرة بعد إطلاق الصافرة 5:15 (ب)، وتطبق نفس الإجراءات (القاعدة 7:15 الفقرة الثانية) عندما يدخل لاعبو الفريق الرامي المنطقة المحظورة أثناء تنفيذ الرمية الحرة (قبل أن تترك الكرة يد الرامي) إذا لم يسبق تنفيذ الرمية الحرة إطلاق الصافرة.

في حالة تنفيذ الرمية الحرة مسبوقة بصافرة وقام لاعبو الفريق المهاجم بلمس أو عبور خط الرمية الحرة قبل أن تترك الكرة يد الرامي عندها تمنح الرمية الحرة للفريق المدافع 7:15 (، الفقرة الثالثة، 1:13 أ.)

13 : 8 عند أداء الرمية الحرة، يجب على المنافسين البقاء على مسافة 3 أمتار على الأقل من الرامي... على أي حال إذا كانت الرمية الحرة ستؤدي عند خط الرمية الحرة الخاص بهم يسمح لهم بالوقوف خارج خط مرماهم مباشرة. يتم معاقبة التدخل أثناء تنفيذ الرمية الحرة بموجب القاعدتين (9:15 (و) 7:8 ج.)

قاعدة (14)

رمية ال 7 أمتار The 7 – Meter Throw

قرار رمية ال 7 أمتار:

14 : 1 تُمنح رمية ال 7 أمتار:

- أ- عند إضاعة فرصة واضحة للتسجيل بشكل غير قانوني في أي مكان بالملاعب من قبل لاعب أو إداري الفريق المنافس.
- ب- عند إطلاق الصافرة غير المبررة، في الوقت نفسه للفرصة الواضحة للتسجيل.
- ج- عند إضاعة فرصة واضحة للتسجيل بسبب تدخل أي شخص غير مشارك في المباراة، مثل دخول أحد المتفرجين إلى الملعب أو توقف اللاعبين بسبب انطلاق إشارة الصافرة.
- د- عند حدوث مخالفة طبقاً للقاعدة 10:8 (ج) أو 10:8 (د) انظر 10:8 الفقرة الأخيرة. (وقياساً لذلك تطبق هذه القاعدة أيضاً في حالة «الحدث المفاجئ» مثل انقطاع التيار الكهربائي المفاجئ الذي يوقف المباراة خلال الفرصة الواضحة للتسجيل.

14 : 2 إذا احتفظ اللاعب المهاجم بسيطرته الكاملة على الكرة وجسمه بالرغم من وجود مخالفة ضده كما في القاعدة (14:1...) هنا ليس هناك سبب لاحتساب رمية ال 7 أمتار حتى عندما يفشل اللاعب في استغلال الفرصة الواضحة للتسجيل.

ومتى كان هناك اتجاه لقرار منح رمية ال 7 أمتار يجب على الحكام دائماً عدم التدخل حتى يتأكدوا بصورة واضحة بأن قرار رمية ال 7 أمتار مبرر وضروري بالفعل. إذا تمكن اللاعب المهاجم من تسجيل هدف برغم التدخل غير القانوني من المدافعين، عندها ليس هناك أي سبب واضح لاحتساب رمية ال 7 أمتار، وبالعكس إذا أصبح واضحاً أن اللاعب قد فقد بالفعل السيطرة على جسمه والكرة بسبب المخالفة، وأهدرت منه الفرصة الواضحة للتسجيل، عندها تمنح رمية ال 7 أمتار .

14 : 3 عندما يتم احتساب رمية ال 7 أمتار، يمكن للحكام إعطاء وقت مستقطع ولكن فقط إذا كان هناك تأخير واضح، على سبيل المثال تبديل حارس المرمى أو اللاعب الرامي.

تنفيذ رمية ال 7 أمتار:

14 : 4 تنفذ رمية ال 7 أمتار بتصويبه على المرمى خلال 3 ثوان بعد صافرة من الحكم

14 : 5 اللاعب الذي يؤدي رمية ال 7 أمتار يجب أن يتخذ مكانه خلف خط ال 7 أمتار ولا يبتعد عنه أكثر من متر واحد خلف الخط، بعد إطلاق الصافرة من الحكم يجب على الرامي عدم لمس أو تجاوز خط رمية ال 7 أمتار قبل أن تترك الكرة يده.

14 : 6 بعد أداء رمية ال 7 أمتار، يجب عدم لعب الكرة مرة أخرى من قبل الرامي أو زملائه، حتى تلمس المنافس أو المرمى.

14 : 7 عند تنفيذ رمية ال 7 أمتار، يجب على زملاء الرامي أخذ أماكنهم خارج خط الرمية الحرة، ويظلون في أماكنهم حتى خروج الكرة من يد الرامي وفي حالة عدم تطبيق ذلك سوف تُحتسب رمية حرة ضد الفريق المنفذ لرمية ال 7 أمتار.

14 : 8 عند تنفيذ رمية ال 7 أمتار، يجب على جميع لاعبي الفريق المنافس البقاء خارج خط الرمية الحرة وعلى مسافة لا تقل عن 3 أمتار من خط ال 7 أمتار حتى تخرج الكرة من يد الرامي.

في حالة عدم تطبيق ذلك سوف تعاد رمية ال 7 أمتار إذا لم ينتج عنها تسجيل هدف، ولكن دون عقوبة شخصية.

14 : 9 يتم إعادة رمية ال 7 أمتار إذا لم يسجل هدف وذلك عند قيام حارس المرمى باجتياز خط حد حارس المرمى أي خط ال 4 أمتار، قبل أن تخرج الكرة من يد الرامي، على أي حال لا يؤدي ذلك لأي عقوبة شخصية ضد حارس المرمى

14 : 10 لا يُسمح بتبديل حراس المرمى متى كان الرامي مستعداً لتنفيذ رمية ال 7 أمتار وواقفاً في الوضع الصحيح والكرة في يده. أي محاولة لإجراء التبديل، في هذه الحالة تعاقب كسلوك غير رياضي 7: 8 (ج، 1: 16 ب و 3: 16 د).

قاعدة (15)

التعليمات العامة لتنفيذ الرميات

(رمية الإرسال، الرمية الجانبية، رمية حارس المرمى، الرمية الحرة، رمية ال 7 أمتار)

الرامي The Thrower ::

15 : 1 يجب أن يكون الرامي والكرة بيده في الوضع الصحيح والمحدد للرمية قبل التنفيذ.

أثناء التنفيذ يجب أن يبقى جزء من قدم الرامي على اتصال مع الأرض حتى تترك الكرة يده ماعدا في حالة رمية حارس المرمى . ويمكن رفع القدم الأخرى وإنزالها ثانية بشكل متكرر.

يجب على الرامي البقاء في الوضع الصحيح حتى يتم تنفيذ الرمية

15 : 5 تعتبر الرمية قد تمت عندما تترك الكرة يد الرامي.

يجب على الرامي عدم لمس الكرة مرة أخرى حتى تلمس لاعباً آخر أو المرمى.

يمكن تسجيل هدف مباشرة من أى رمية، ماعدا تسجيل هدف مباشر من خلال رمية حارس المرمى في مرماه (بمعنى: سقوط الكرة من يد الحارس في مرماه).

زملاء الرامى The Teammates of the Thrower :

15 : 3 يجب على زملاء الرامى أخذ أماكنهم المحددة للرمية المعنية (6: 15) (يجب بقاء اللاعبين في مواقعهم الصحيحة حتى تخرج الكرة من يد الرامي عدا ما هو مدرج تحت 10:3 (الفقرة الثانية).

يجب عدم لمس الكرة، أو تسليمها للزميل، أثناء تنفيذ الرمية.

اللاعبون المدافعون The Defending Players :

15 : 4 يجب على اللاعبين المدافعين أخذ أماكنهم المحددة للرمية والبقاء في المكان الصحيح حتى تخرج الكرة من يد الرامي 9:15.

عند تنفيذ رمية الإرسال، الرمية الجانبية أو الرمية الحرة، يجب على الحكام عدم تصحيح الأماكن غير الصحيحة للاعبين المدافعين إذا لم يتضرر اللاعبون المهاجمون من تنفيذ الرمية فوراً.

أمّا إذا كان هناك ضرر، عندها يجب تصحيح الأماكن.

إشارة الصافرة لاستئناف اللعب Whistle Signal for the Restart :

5 : 15 يجب على الحكم إطلاق صافرة لاستئناف اللعب:

أ-دائماً في حالة رمية الإرسال (10:3) أو رمية ال 7 أمتار

ب-في حالة الرمية الجانبية، رمية حارس المرمى أو الرمية الحرة:

•للاستئناف بعد الوقت المستقطع.

•للاستئناف برمية حرة استناداً للقاعدة (13:4) في الحالات التالية:

--عندما يكون هناك تأخير في التنفيذ.

--بعد تصحيح أماكن اللاعبين.

--بعد التنبيه الشفهي أو الإنذار.

في حالات أخرى من أجل التوضيح يقدر الحكام مدى مناسبة الصافرة للاستئناف.

كمبدأ، على الحكام عدم إطلاق صافرة استئناف اللعب إلا إذا استوفيت شروط أماكن اللاعبين تحت القواعد (1:15) ، (3:15 و) (4:15 انظر على أي حال 7:13 الفقرة الثانية و 4:15 الفقرة الثانية).

إذا أطلق الحكم صافرته لتنفيذ الرمية بالرغم من وجود اللاعبين في أماكن غير صحيحة، فيحق لهؤلاء اللاعبين التدخل تماماً في اللعب.

بعد إطلاق الصافرة يجب على الرامي لعب الكرة خلال 3 ثوان.

الجزاءات Sanctions :

15 : 6 المخالفات التي يرتكبها الرامي أو زملاؤه قبل تنفيذ الرمية، على سبيل المثال أخذ الأماكن غير الصحيحة أو لمس الكرة من قبل الزميل ستؤدي إلى التصحيح (انظر على أي حال 7:13 الفقرة الثانية).

15 : 7 إن النتائج المترتبة على المخالفات التي يرتكبها الرامي أو زملاؤه أثناء تنفيذ الرمية تعتمد بشكل أساسي فيما إذا كان التنفيذ قد سبقه إطلاق صافرة لاستئناف اللعب أم لا.

كمبدأ يتم التعامل مع أي مخالفة تُرتكب أثناء التنفيذ والذي لم تسبقه صافرة لاستئناف اللعب بالتصحيح، ثم إعادة التنفيذ بعد الصافرة، ولكن يطبق هنا مبدأ إتاحة الفرصة مع ما جاء في (2:13)

إذا فقد الفريق الرامي الاستحواذ على الكرة فور الأداء غير الصحيح، فهنا تعتبر الرمية قد تمت ويستمر اللعب.

وكمبدأ، يجب معاقبة المخالفات التي تُرتكب أثناء التنفيذ بعد إطلاق صافرة استئناف اللعب، فمثلاً: إذا قام الرامي بالوثب أثناء التنفيذ، أو احتفظ بالكرة لأكثر من ثلاث ثوان، أو تحرك من الوضع الصحيح قبل أن تترك الكرة يده، ويطبق أيضاً إذا قام زملاء الرامي بالتحرك لأماكن غير صحيحة بعد إطلاق الصافرة، ولكن قبل أن تكون الكرة قد تركت يد الرامي (ماعد 10:3 الفقرة الثانية)، وفي مثل هذه الحالات تلغى الرمية الأولى وتمنح الرمية الحرة للمنافس 1:13 (أ) من المكان الذي ارتكبت فيه المخالفة.) هنا يطبق مبدأ إتاحة الفرصة وفقاً للقاعدة 2:13 كمثال إذا فقد الفريق الرامي الاستحواذ على الكرة قبل أن يتمكن الحكام من التدخل... فهنا يستمر اللعب.

15 : 8 كمبدأ، يجب معاقبة المخالفات التي ترتبط وتلى التنفيذ مباشرة، وهذا يتعلق بالمخالفات التي تندرج تحت القاعدة (2:15 الفقرة الثانية)، مثل: قيام الرامي بلمس الكرة مرة ثانية قبل أن يلمسها لاعب آخر أو المرمى، ويمكن أن تكون على شكل تنطيط الكرة أو مسكها ثانية بعد أن كانت في الهواء أو تم وضعها على الأرض. هنا تكون العقوبة رمية حرة للمنافس 1:13 (أ)، وفي حالة 7:15 (الفقرة الثالثة) يطبق مبدأ إتاحة الفرصة.

15 : 9 عدا ما هو موضح في القواعد 8:14 (، ، 9:14 ، 4:15 الفقرة الثانية و 5:15 الفقرة الثالثة) يعاقب اللاعبون المدافعون الذين يقومون بالتدخل أثناء تنفيذ المنافسين للرمية، مثلاً: عدم أخذ الأماكن الصحيحة لهم من البداية أو التحرك للأماكن غير الصحيحة... يطبق هذا بغض النظر عما إذا كان حدوثه قبل التنفيذ أو أثناء التنفيذ (قبل أن تخرج الكرة من يد الرامي).

وتطبق أيضاً سواء سبق أداء الرمية إطلاق الصافرة لاستئناف اللعب أم لا. تطبق القاعدة 7:8 (ج) بالتزامن مع القواعد (1:16 و 3:16 د).

كمبدأ تعاد الرمية التي تتأثر سلباً بتدخل المدافعين.

قاعدة (16)

العقوبات The Punishments

الإنداز Warning ::

16 : الإنداز هو العقوبة المناسبة ل:

أ-الأخطاء التي تستوجب معاقبتها تصاعدياً (القاعدة 3:8 على أي حال يجب أن تقارن مع القواعد 3:16 ب و 6:16 د.)

ب-السلوك غير الرياضي الذي يتم معاقبته تصاعدياً.(7:8)

تعليق:

- يجب عدم إعطاء اللاعب أكثر من إنذار واحد، وكذلك يجب عدم إعطاء لاعبي الفريق أكثر من ثلاثة إنذارات.
- يجب أن تكون العقوبة بعد ذلك إيقافاً لمدة دقيقتين على الأقل.
- يجب عدم إعطاء الإنذار للاعب الذي سبق أن حصل على إيقاف لمدة دقيقتين.
- يجب عدم إعطاء أكثر من إنذار واحد لجميع الإداريين بالفريق الواحد.

2 : 16 على الحكم توضيح الإنذار للاعب المخالف أو الإداري وكذلك للميقاتي / المسجل وذلك برفع البطاقة الصفراء (إشارة اليد رقم) 13

الإيقاف Suspension :

3 : 16 الإيقاف (مدة دقيقتين) هو العقوبة المناسبة ل:

- التبديل الخاطئ عند دخول اللاعب الإضافي إلى الملعب، أو عند تدخل لاعب في المباراة بطريقة غير قانونية من منطقة التبديل) 6 – 5:4 (مع ذلك انظر القاعدة 10:8 (ب)). ()
- ب-مثل تلك المخالفات التي تندرج تحت القاعدة) 3:8 (، إذا كان اللاعب و / أو فريقه قد حصلوا بالفعل على الحد الأقصى من الإنذارات (انظر 1:16 التعليق).
- ج-مثل تلك المخالفات التي تندرج تحت القاعدة.) 4:8 (
- د-السلوك غير الرياضي من لاعب مثل تلك المخالفات المندرجة تحت القاعدة (7:8) إذا كان اللاعب و / أو فريقه قد سبق وحصلوا على الحد الأقصى من عدد الإنذارات.
- هـ-السلوك غير الرياضي من إداري الفريق استناداً للقاعدة (7:8 (بعد تلقي أحد الإداريين من الفريق إنذاراً.
- و-السلوك غير الرياضي من لاعب أو إداري الفريق استناداً للقاعدة) 8:8 (، انظر أيضاً.) 6:4 (
- ز-كنتيجة لاستبعاد لاعب أو إداري الفريق 8:16 (الفقرة الثانية انظر على أي حال 11:16 ب.)
- ح-السلوك غير الرياضي من لاعب قبل استئناف اللعب وذلك بعد حصوله مباشرة على إيقاف لمدة دقيقتين (9:16أ.)

تعليق: لا يمكن إعطاء الإداريين بالفريق أكثر من إيقاف واحد لمدة دقيقتين.

عندما يتم إعطاء الإيقاف لمدة دقيقتين لإداري الفريق وفقاً للقاعدة 3:16 (هـ)، يسمح له بالبقاء في منطقة التبديل للقيام بمهامه. وعلى كل حال يتم تخفيض عدد لاعبي الفريق داخل الملعب لمدة دقيقتين.

16 : 4 بعد إعلان الوقت المستقطع يقوم الحكم بإعطاء إشارة الإيقاف بوضوح للاعب أو الإداري المخالف وللميقاتي / المسجل، من خلال إشارة اليد المنصوص عليها وذلك برفع يد واحدة بإصبعين مفتوحين (إشارة اليد رقم). 14

16 : 5 يكون الإيقاف دائماً لمدة دقيقتين من زمن اللعب، ويؤدي دائماً الإيقاف الثالث للاعب نفسه إلى الاستبعاد 6:16 (د). لا يسمح للاعب الموقوف بالمشاركة في المباراة أثناء فترة إيقافه ولا يسمح للفريق باستبداله داخل الملعب.

تبدأ فترة الإيقاف عند استئناف اللعب مع إطلاق الصافرة.

تستكمل مدة الإيقاف لمدة دقيقتين في الشوط الثاني من المباراة إذا لم تستكمل في الشوط الأول.

وينطبق هذا بالمثل من زمن اللعب الأساسي إلى الوقت الإضافي وخلال الوقت الإضافي.

إذا لم تستكمل فترة الإيقاف لمدة دقيقتين بنهاية زمن الوقت الإضافي للمباراة، عندها يصبح اللاعب غير مؤهل للمشاركة في أداء رميات ال 7 أمتار الترجيحية لكسر التعادل وفقاً للقاعدة (2:2) (التعليق).

الاستبعاد Disqualification :

16 : 16 الاستبعاد هو العقوبة المناسبة ل:

- أ- الأخطاء التي تندرج تحت القاعدتين (5:8 (و). 6:8)
- ب- السلوك غير الرياضي الجسيم بموجب القاعدة (9:8) ، والسلوك غير الرياضي الجسيم جداً بموجب القاعدة (10:8 ، من قبل لاعب أو إداري الفريق داخل أو خارج الملعب.
- ج- السلوك غير الرياضي لأي إداري من الفريق بموجب القاعدة (7:8 (بعد حصولهم على الإنذار والإيقاف لمدة دقيقتين وفقاً للقاعدتين 1:16 (ب) و 3:16 (هـ).
- د- كنتيجة للإيقاف الثالث للاعب نفسه. (5:16)
- هـ- السلوك غير الرياضي الواضح أو المتكرر أثناء أداء رميات ال 7 أمتار الترجيحية لكسر التعادل 2:2 (التعليق و

16 : 7 بعد إعلان الوقت المستقطع يتعين على الحكم رفع البطاقة الحمراء للاعب المخالف أو لإداري الفريق المخالف، وكذلك للميقاتي والمسجل

16 - : 8 إن استبعاد اللاعب أو إداري الفريق يكون دائماً للوقت المتبقي من زمن اللعب، ويجب على اللاعب أو إداري الفريق مغادرة الملعب ومنطقة التبديل فوراً ولا يسمح بعد المغادرة أن يكون لهم أي اتصال مع الفريق بأي شكل من الأشكال.

- إن استبعاد اللاعب أو إداري الفريق داخل أو خارج الملعب أثناء زمن اللعب يتبعه دائماً إيقاف لمدة دقيقتين للفريق، وهذا يعني نقص قوة الفريق لاعباً واحداً داخل الملعب 3:16 (و). وعلى أي حال فإن نقص الفريق في الملعب سوف يستمر لمدة 4 دقائق إذا تم استبعاد اللاعب حسب الحالات الموضحة في القاعدة 9:16 (ب - د).

-الاستبعاد يخفض عدد اللاعبين أو الإداريين المتواجدين للفريق (باستثناء ما جاء في القاعدة 11:16 (ب)، وعلى أي حال يسمح للفريق بزيادة عدد اللاعبين في الملعب مرة أخرى بعد انتهاء زمن الإيقاف.

-وكما جاء في القواعد (6:8 (و 10:8 أ -ب فإن حالات الاستبعاد وفقاً لهذه القواعد هي التي يجب كتابة التقرير عنها إلى الجهات المختصة لاتخاذ المزيد من الإجراءات اللاحقة. في مثل هذه الحالات، يجب أن يكون إداري الفريق المسؤول والمراقب على علم فوراً بعد اتخاذ القرار (انظر الإيضاح رقم.7)

-ولهذا الغرض فالحكم يشير بالبطاقة الزرقاء أيضاً كإعلان بعد رفع البطاقة الحمراء.

أكثر من مخالفة واحدة للحالة نفسها:

16 : 9 إذا ارتكب اللاعب أو إداري الفريق أكثر من مخالفة واحدة في وقت واحد أو بشكل متتالي قبل إعادة استئناف اللعب، وكانت هذه المخالفات تستحق اتخاذ عقوبات مختلفة،... عندئذ وكمبدأ يجب إعطاء واحدة فقط من أشد هذه العقوبات.

وعلى أي حال، فإن هناك استثناءات محددة لكل الحالات التي يجب أن يلعب فيها الفريق ناقصاً في الملعب لمدة 4 دقائق:

أ-إذا ارتكب اللاعب الذي أعطي للتو إيقافاً لمدة دقيقتين سلوكاً غير رياضي قبل استئناف اللعب فسوف يُعطي عندئذ إيقافاً إضافياً لمدة دقيقتين 3:16 (ز)، وإذا كان هذا الإيقاف الإضافي هو الإيقاف الثالث للاعب فسوف يُستبعد.

ب-إذا ارتكب اللاعب الذي أُعطي للتو استبعاداً (مباشراً أو بسبب الإيقاف الثالث) سلوكاً غير رياضي قبل استئناف اللعب فسوف يُعطي الفريق عقوبة إضافية أيضاً، وبذلك سيكون النقص لمدة 4 دقائق 8:16 (، الفقرة الثانية).

ج-إذا ارتكب اللاعب الذي أُعطي للتو إيقافاً لمدة دقيقتين سلوكاً غير رياضي جسيماً أو جسيماً جداً قبل استئناف اللعب فسوف يُستبعد 6:16 (ب). وهذه العقوبات معاً ستؤدي للنقص لمدة 4 دقائق

د-إذا ارتكب اللاعب الذي أُعطي للتو استبعاداً (مباشراً أو بسبب الإيقاف الثالث) سلوكاً غير رياضي جسيماً أو جسيماً جداً قبل استئناف اللعب فسوف يُعطي الفريق عقوبة إضافية أيضاً، وبذلك سيكون النقص لمدة 4 دقائق 8:16 (، الفقرة الثانية).

16 : 10 المخالفات أثناء زمن اللعب:

عقوبة التصرفات التي ترتكب أثناء زمن اللعب قد تم تحديدها في القواعد 1:16 (، 3:16 و.) 6:16

إن مفهوم « زمن اللعب » يشمل جميع الراحة وإيقافات الوقت المستقطع، والوقت المستقطع للفريق، وكذلك الأوقات الإضافية، ولجميع أشكال كسر التعادلات (مثل رميات ال 7 أمتار...) فتطبق عليها القاعدة (6:16) فقط.

بهذه الطريقة، فإن أي شكل من أشكال السلوك غير الرياضي الواضح أو المتكرر سوف يمنع اللاعب المعني من المشاركة الإضافية.

16 : 11 المخالفات خارج زمن اللعب:

السلوك غير الرياضي، والسلوك غير الرياضي الجسيم، والسلوك غير الرياضي الجسيم جداً، أو أي شكل من الأفعال المتهورة (انظر القواعد 10 – 6:8 من قبل اللاعب أو إداري الفريق في مكان إقامة المباراة، ولكن خارج زمن اللعب يتم معاقبتها كالتالي:

قبل المباراة:

أ- يُعطي الإنذار في حالة السلوك غير الرياضي بموجب القواعد (7:8 – 8).

ب- يعطي الاستبعاد للاعب المخالف أو الإداري المخالف في حالة التصرفات التي تندرج تحت القاعدتين 6:8 (و 10:8 أ)،

ولكن يُسمح للفريق أن يبدأ المباراة ب 14 لاعباً و 4 إداريين.

القاعدة 8:16 (الفقرة الثانية) تطبق فقط على المخالفات أثناء زمن اللعب، ووفقاً لذلك فإن الاستبعاد لا يصاحبه إيقاف لمدة دقيقتين.

إن مثل هذه العقوبات التي تُعطي للمخالفات قبل بداية المباراة يمكن أن تنفذ في أي وقت أثناء المباراة متى ما اكتشف أن الشخص المخالف قد شارك في المباراة، إذ إن المخالف لم يكن متاحاً معرفته وقت حدوث المخالفة.

بعد المباراة:

ج -تقرير كتابي.

قاعدة (17)

الحكام The Referees

17 : 1 الحكمان متساويان في الصلاحيات ويكونان مسئولين عن المباراة ويساعدهما الميقاتي والمسجل.

17 : 2 يراقب الحكمان سلوك اللاعبين والإداريين من لحظة دخولهم لمكان اللعب وحتى مغادرتهم له.

17 : 3 الحكمان مسئولان عما يلي قبل بداية المباراة:

- أ- فحص الملعب والمرميين.
- ب- فحص الكرات ويقرران أيّاً من الكرات التي ستستخدم (قاعدة 1 و. 1:3)
- ج- التأكد من حضور كل من الفريقين بالزى الصحيح.
- د-مراجعة إستمارة التسجيل.
- هـ -مراجعة تجهيزات اللاعبين.
- و -التأكد من أن عدد اللاعبين والإداريين في منطقة التبديل في حدود العدد المحدد لكل فريق.
- ز -التأكد من حضور الإداري المسئول لكل فريق والتأكد أيضاً من بطاقته.
- ح -تصحيح أى شيء مخالف 2 – 1:4 (و. 9 – 7:4)

17 : 4 يقوم أئى من الحكامين بإجراء القرعة وبحضور زميله الحكم الآخر بالإضافة إلى الإداري المسئول عن كل فريق من الفريقين أو لاعب من كل فريق (كرئيس الفريق مثلاً) نيابة عن « إداري الفريق المسئول».

• 17 : 5 كمبدأ فإن المباراة بالكامل لا بد أن تدار بنفس الحكّمين.

• وهما المسؤولان عن التأكد من أن المباراة تلعب وفقاً للقواعد، ويجب عليهما معاقبة أى مخالفات.

• إذا لم يتمكن أحد الحكّمين من إكمال المباراة، فعلى الحكّم الآخر إكمال المباراة بمفرده.

17 : 6 إذا أطلق الحكّمان صافرتيها لمخالفة واتفقا على الفريق الواجب معاقبته لكنهما اختلفا فى الرأى على شدة العقوبة فإن أشد العقوبتين سيتم تطبيقها.

17 : 7 إذا أطلق الحكّمان صافرتيها لمخالفة أو لخروج الكرة خارج الملعب ولكنهما اختلفا فى الرأى على الفريق الواجب استحواذه على الكرة، فإن القرار المشترك الذى يتوصل اليه الحكّمان بعد التشاور بينهما سيتم تنفيذه، أما إذا لم يتوصلا لقرار فإن قرار حكم الملعب هو الذى سينفذ.

هنا الوقت المستقطع من الحكم إجبارى، ثم تتبعه المشاورات بين الحكّمين، وعليهما إعطاء إشارة يد واضحة، ويتم استئناف اللعب بعد صافرة 8 : 2 (د.د.) 5 : 15

17 : 8 الحكّمان مسئولان عن الاحتفاظ بالنتيجة. وعليهما أيضاً تدوين الإنذارات وحالات الإيقاف والاستبعاد.

17 : 9 الحكّمان مسئولان عن مراقبة زمن اللعب، وإذا كان هناك أى شك حول دقة الزمن، فإن الحكّمين عليهما التوصل لقرار مشترك (انظر أيضاً) 3 : 2

17 : 10 الحكّمان مسئولان بعد انتهاء المباراة عن التأكد بأن استمارة التسجيل كاملة وصحيحة.

حالات الاستبعاد من النوع المذكور فى القاعدتين 6 : 8 (و) 8 : 10 (لا بد أن يتم شرحها بوضوح فى تقرير المباراة.

17 : 11 القرارات التى يصدرها الحكّام أو المراقب بناءً على مشاهدتهم للحقائق أو أحكامهم تكون نهائية. يمكن تقديم احتجاج فقط على القرارات التى لا تتوافق مع قواعد اللعبة.

وفى أثناء المباراة يُسمح فقط للإدارى المسئول عن كل فريق بالتخاطب مع الحكّام.

17 : 12 للحكام الحق فى إيقاف المباراة مؤقتاً أو نهائياً.

ويجب أن تبذل كافة الجهود لإكمال المباراة قبل اتخاذ قرار بإيقافها نهائياً.

17 : 13 الزى الأسود يخصص للحكام بشكل أساسى.

17 : 14 يمكن للحكام والمراقبين استخدام أجهزة إلكترونية لاتصالهم الداخلى.

قاعدة (18)

The Timekeeper and the Scorekeeper

الميقاتي والمسجل

18 : 1 من حيث المبدأ فإن الميقاتي مسئوليته الرئيسية هى: زمن اللعب، والأوقات المستقطعة، وزمن الإيقاف للاعبين الموقوفين.

المسجل مسئوليته الرئيسية هي: قائمة الفريق، وإستمارة التسجيل ودخول اللاعبين الذين يصلون بعد بداية المباراة، ودخول اللاعبين الذين ليس لهم حق المشاركة.

وتعتبر المهام الأخرى مسئوليات مشتركة بينهما، مثل: السيطرة على عدد اللاعبين والإداريين بالفريق في منطقة التبديل، وخروج ودخول اللاعبين البدلاء، فضلاً عن احتساب عدد الهجمات بعد علاج اللاعب بالملعب، وهذه مسئوليات مشتركة، وتكون هذه القرارات على أساس مراقبتهم للحقائق.

عموماً، يجب أن يقوم الميقاتي فقط (أو المراقب إن تواجد) بإيقاف المباراة عندما يكون ذلك ضرورياً.

18 : 2 إذا لم يكن متاحاً للجمهور لوحة نتائج وساعة معلنة يجب على الميقاتي أن يبلغ الإداري المسئول لكل فريق عن الوقت الذي مضى من زمن اللعب أو الوقت المتبقى وخاصة بعد إيقاف الوقت.

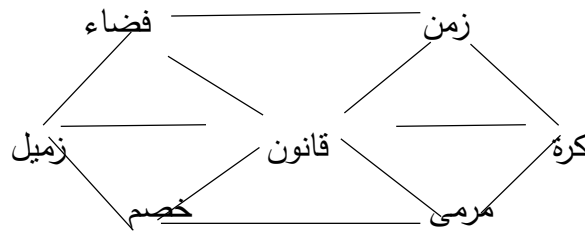
إذا لم تتواجد لوحة ساعة ذات إشارة آلية معلنة تكون مسئولية الميقاتي إعطاء الإشارة النهائية للشوط الأول ولنهاية المباراة

في حالة عدم تمكن لوحة الأهداف العمومية من عرض زمن الإيقافات (ثلاثة لكل فريق على الأقل خلال مباريات الاتحاد الدولي) فعلى الميقاتي وضع بطاقة على طاولته يوضح فيها زمن انتهاء كل إيقاف ورقم اللاعب

- خصائص كرة اليد:

الخصائص الخمس للرياضات الجماعية:

1. تلعب بمبدأ "مع ضد" أين نجد مهام التعاون والتنافس وفي كرة اليد 7 ضد 7.
2. تلعب في فضاء وزمن محددين: في كرة اليد ملعب 20/40 متر بتوقيت 30د×2 مع اختلاف حسب السن.
3. يجب استعمال آلة : في كرة اليد: كرة وزنها 425 – 475 غ و محيطها غ 58-60 سم.
للانات وزنها 325 – 400 غ ومحيطها 54-56 سم.
4. يجب تسجيل هدف: في كرة اليد إدخال الكرة في المرمى 3م × 2م محمي من طرف الحارس وبمنطقة ممنوعة ب 6 أمتار عن المرمى.
5. كل هذا ب احترام قانون خاص يطبق من طرف طريق حكم أو حكام بمساعدة طاولة التحكيم



الشكل يوضح خصائص الرياضات الجماعية

و من خصوصيات كرة اليد:

- السرعة في الهجمات المضادة.
- التحمل العام الضروري على إرتفاع مستوى القدرات لمدة 60 دقيقة من زمن المقابلة.
- القوة والسرعة للرمي والقذف.
- الإلتباه العام والخاص لحسن دقة الرميات والتمريرات -تعد كرة اليد رياضة متكاملة تتطلب جهدا طاقوي كبير

مصطلحات و مبادئ اللعبة

المصطلحات:

- الدفاع: تبدأ مرحلة الدفاع عندما تفقد الكرة وهي تنقسم إلى مرحلتين أساسيتين

1- الارتداد الدفاعي لمنع الخصم من تسجيل هدف سريع

2- الدفاع المتمركز

ويقسم تيودورسكو الدفاع THEODORESCO إلى 6 مراحل ثانوية

1- التوازن الدفاعي .

2- فقدان حيازة الكرة.

3- إيقاف الهجوم المضاد.

4- الارتداد الدفاعي.

5- إنشاء نضام دفاعي.

6- الدفاع المنظم.

- الهجوم: تبدأ مرحلة الهجوم عندما نسترجع الكرة تنقسم إلى مرحلتين أساسيتين.

1- الهجوم المعاكس أوالصعود بالكرة : هو محاولة تسجيل هدف عن طريق التقدم نحو مرمى الفريق الخصم قبل أن يتمكن من تنظيم دفاعه ويمكن تحقيق ذلك إما عن طريق تمريرة مباشرة من الحارس (هجوم مضاد مباشر) أو بعد تتابع تمريرات بين اللاعبين.(هجوم مضاد غير مباشر)

2- الهجوم المنظم: المرحلة التي تضم مرحلة إنشاء الهجوم (أخذ الاماكن) ثم الهجوم الحقيقي المتبوع بجمل تكتيكية منها البسيط كالتمرير بين اللاعبين إلى المعقدة المركبة من تحركات اللاعبين وتعدد التمريرات .

ويقسم THEODORESCO الهجوم إلى خمس مراحل ثانوية:

1-استرجاع الكرة .

2-الانتقال إلى منطقة الهجوم .

3-احتلال الأماكن الهجومية.

4-التحضير للهجوم(تدوير الكرة).

5-الهجوم الحقيقي المنظم .

الجدول يوضح مراحل الهجوم والدفاع

المرحلة	التسمية	مكان الكرة	الأهداف
الهجوم	الهجوم المعاكس	بعيدا عن المرمى	التقدم إلى المرمى قبل تشكيل دفاعات الخصم
	الصعود بالكرة	قريبا من المرمى	إعطاء لاعب من الفريق أفضل وضعية للتسديد
الدفاع	الارتداد الدفاعي	بعيدا عن المرمى	إيقاف أو إبطاء هجوم الفريق المنافس استرجاع الكرة
	الدفاع المنظم	قريبا من المرمى	منع دخول الكرة إلى منطقة 9 أمتار إعاقة تنقل الكرة واللاعبين

مبادئ وقواعد اللعبة

لفهم وتعلم كرة اليد تستطيع تعلم كل تقنية تتوافق مع كل وضعية محددة، لكن بما أن اللعب يتغير في كل حين ومن أجل الفوز يجب وبدون توقف إستحداث مواقف تضع مشكلات جديدة يكاد يكون من المستحيل معرفة حل كل هذه المشكلات.

- فالمبدأ إذا هو الخطة التي توجه الحركات العامة للاعبين مهما كانت كفاءتهم، المبتدؤون وللاعبو المستوى العالي على حد سواء مطالبون باحترام هذه المبادئ.

- وبما أن المبادئ عامة جدا وجب ان تنقسم الى قواعد حركية.

- القاعدة هي حل أكثر تحديد لمشكلة معينة وهي ما يجب فعله في حالة معينة فهي تفسر المبدأ.

- المبدأ يتيح لنا فهم اللعب القاعدة هي تطبيق لهذا المبدأ

- تتعمد القاعدة على مستوى الخبرة وغالبا ما يتم استخدامها كهدف تعليمي

مبادئ الهجوم: في الهجوم بالنسبة للفريق يتعلق الأمر ب:

الجدول يوضح مبادئ وقواعد الهجوم

المبادئ	القواعد
الحفاظ على الكرة	<p>غير حامل للكرة: - التحرر من الرقابة الدفاعية -التمركز في مكان يتيح الدعم</p> <p>- الجري على شكل حرف C لفتح زاوية الرؤية -التواجد في مرأى حامل الكرة</p> <p>- إعطاء حامل الكرة أكبر عدد المستقبلين المحتملين</p>
	<p>حامل الكرة: - إعطاء الكرة إلى الامام - إختيار الزميل المتحرر من الرقابة</p> <p>- تكييف قوة التمير مع المسافة - حماية الكرة</p> <p>- التمير بعيدا عن متناول المدافعين - التمير بشكل مشدود وليس بشكل جريسي</p>
وضع لاعب في وضعية مناسبة للتسديد	<p>غير حامل للكرة: -التمركز أمام حامل الكرة. -التحرك المستمر. -التدرج في الهجوم.</p> <p>حامل الكرة : - تقليل عدد التميررات. -اختيار زميل متقدم قبل التنطيط</p> <p>-التقدم إذا كان الفضاء حر -البحث عن الارتكازات قبل الدعم -تمرير الكرة الامام أثناء جري الزميل. -ربط التحركات نحو المرمى بعد التمير.</p>
	<p>غلب الكرة إلى منطقة التسديد</p> <p>خلق واستعمال الفضاءات الحرة</p> <p>غير حامل للكرة : -طلب الكرة والتحرك باتجاه الفضاء الحرقبل الكرة. -فتح اللعب جانبيا وفي العمق . -القيام بالحجز لحاملي الكرة. -المرور في ظهر الدفاع (اللاعب المحوي). حامل الكرة :</p> <p>تثبيت الدفاع في الجهة المعاكسة لتمير. -تدوير الكرة بسرعة. -تغير قطاع اللعب(التقاطع)</p>
وضع لاعب في وضعية مناسبة للتسديد	<p>خالق حالة عدم التوازن (حالة اضطراب)</p> <p>غير حامل للكرة : تغير اتجاه الكرة. -تغير أثر التسديد (الكيفية والمكان)</p> <p>غير حامل للكرة : تغير قطاع اللعب</p>
	<p>بالنسبة للوقت</p> <p>حامل الكرة : التغير في التوقيت الشديد -التغير في السرعة تجاوز الخصم</p> <p>-التغير في رتيم اللعب (هجوم معاكس -صعود)</p> <p>بالنسبة لاطوار اللعب -تنوع التنظيمات</p> <p>-التغير في طريق اللعب (مباشروغير مباشر)</p>

مبادئ الدفاع

في الدفاع يتعلق الأمر ب:

المبادئ	القواعد
حماية المرمى	- التمركز بين المرمى و الكرة . - التعزيز والتغطية المستمرة في المحور. - دفع المهاجم الى المحيط وبعيدا عن المرمى . - غلق الثغرات بتغطية زملاء القريبين . - الاولوية على حامل الكرة . - العودة للدفاع مع النظر الى حامل الكرة . - رفع اليدين (الصد).
إسترجاع الكرة	- مضايقة حامل الكرة . - مراقبة كل مهاجم فرديا . - عزل حامل الكرة . - إعاقه التبادلات . - إعتراض الكرة بالقرب من المستقبل .
الخفض من حالة عدم التوازن والثقة	<ul style="list-style-type: none"> ● بالنسبة للفضاء : - تغيير التنظيمات الدفاعية . - الانتشار على كامل الملعب - مراقبة أحسن ل لاعب للفريق الخصم فرديا . - إيقاف الاعب المركزي لإعاقه تدوير الكرة . - حصر المستقبلين المحتملين لتنظيم اعتراض الكرة . - إبطاء صعود الكرة من خلال مراقبة الخصم المباشر . ● بالنسبة للوقت : - إعاقه وتأخير حركة غير الحاملين للكرة . - مضايقة حامل الكرة . - عزل حامل الكرة للحصول على الرمية الحرة . ● بالنسبة لاطوار لعب: - ترك الخصم يسدد إذا كانت الأفضلية لحارس المرمى . - دفع الخصم للخطأ (المشي بالكرة .إعادة التنطيط) - التمويه لخداع الخصم .

الجدول يوضح مبادئ وقواعد الدفاع

مبادئ الهجوم تعاكس مبادئ الدفاع.

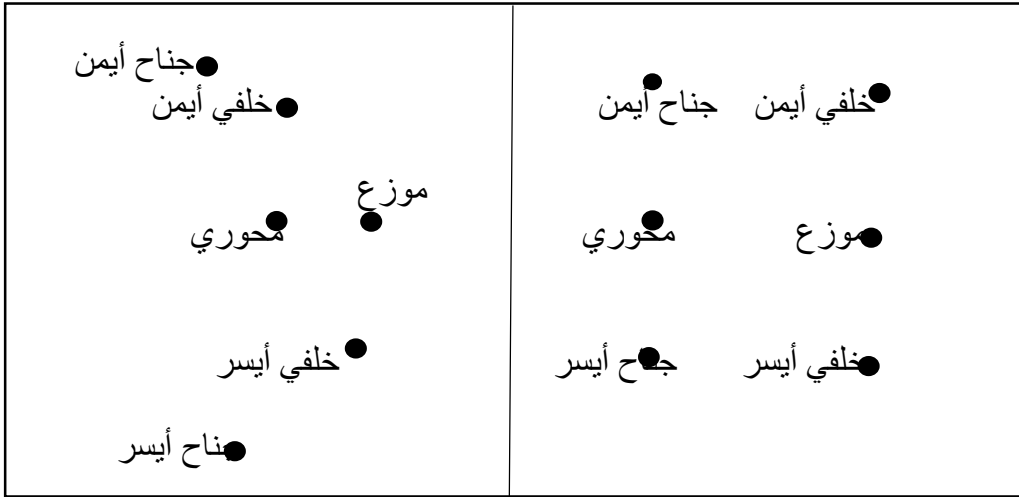
الهجوم	الدفاع
الحفاظ على الكرة	إسترجاع الكرة
وضع لاعب في وضعية تسديد	حماية المرمى.
خلق حالة عدم التوازن	خفض من حالة عدم التوازن

التنسيق الجماعي و تقسيم المهام:

إذا كان اللاعبون مطالبين باحترام مبادئ الدفاع والهجوم ، كل المهام الضرورية لقلب موازين القوى لا يتم تنفيذها من طرف لاعب واحد .

في الهجوم المنظم

في الهجوم الخاطف



الشكل يوضح مناصب اللعب في كرة اليد

الفريق ليس مجرد مجموعة أشخاص موجهون نحو نفس الهدف وبالتالي يقومون بنفس العمل بل الفريق يعرف بتنظيمه الخاص لأدوار اللعب وهناك تقسيم للمهام يطبق على مستوى الفريق وبالتالي إذا كانت المهام (الواجبات) الفردية يجب أن تتوافق مع مبادئ اللعب الجماعي. فإن مهام كل لاعب يمكن أن تكون مختلفة ضمن العمل الجماعي.

تقسيم الفضاء :

لريح المعركة يجب احتلال الميدان، التقسيم الجيد لفضاء اللعب يسمح باحتلال أكبر مساحة ممكنة ، واحتلال الفضاء من أهم معايير مستوى اللعب .

مناصب اللعب :

لتقاسم المهام المختلفة في فضاء اللعب. اللاعبون يحتلون مناصب. هذه المناصب ترتبط بوظائف خاصة يمكن التعريف منصب اللعب بالموقع الذي يحتله اللاعب داخل الميدان .

المناصب في الهجوم (لأنه في الدفاع لهم تسمية أخرى):

يمكن تمييز مناصب أمامية وأخرى خلفية، يوجد إذن تقسيم للفضاء في العمق فهناك 3 لاعبين خلفين و3 لاعبين أماميين، يمكن أيضا تمييز مناصب اللعب وفق موقع اللاعب جانبا مما يؤدي إلى ظهور التقنيات الخاصة لكل منصب (التسديد مثلا). لذلك غالبا مما يتخصص اللاعبون بمنصب لعب محدد .

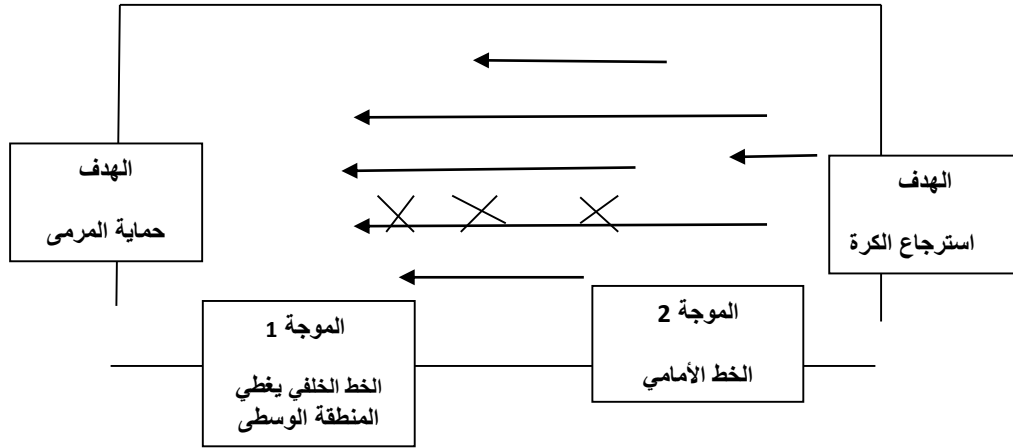
التحركات المسارات وتوقيت التدخلات يختلف حسب منصب اللعب مثال:

- الصعود السريع بالكرة:

من أجل الاحتلال المثل للفضاء، على اللاعبين أن يقسموا الفضاء في العمق (هجوم طبقي) وجانبيا (فتح اللعب). ينفذ الصعود السريع بالكرة على 3 أمواج الموجة الأولى تتكون من الثلاثة المتقدمين (الجناحين-محوري) والثانية تتكون من الخلفيين، والموزع يبقى قريب من حارس المرمى لمساعدته على تصعيد الكرة، هذا هو المخطط المثالي وهو يعتمد على مكان التسديد، يمكن استعمال مخططات أخرى مع تغيير قطاع اللعب مثلا لكن مع احترام أخذ اللاعبين مسارات منحنية (الجري على شكل حرف C)

• الارتداد الدفاعي:

غالبا ما ينفذ على دفعتين (موجتين) الخلفيين اللذين يعودون لحماية المرمى لمراقبة اللاعبين الأماميين للفريق المنافس و يقومون بتغطية المنطقة الوسطى، ويشكلون حاجز بين الهجوم والرمي، بينما يقوم لاعبو الخط الأمامي بتعطيل صعود الفريق المنافس بالكرة بمضايقة حامل الكرة ومحاولة قطع التمريرات (هدفهم موجة نحو استرجاع الكرة)



الشكل يوضح تمرکز اللاعبين أثناء الارتداد الدفاعي

المناصب تحدد مساحات التدخل الخاصة وتنسب لهذه المناصب مقاصد خاصة وبالتالي مهام محددة، عموما نجد من اليسار إلى اليمين بالنظر على المرمى:

- الجناح الأيسر (أقصى اليسار).
- الخلفي الأيسر (إلى الخلف وقليلًا إلى الوسط)
- اللاعب المحوري (يتحرك على طول المنطقة).
- الموزع أو صانع الألعاب (في الوسط والأكثر تأخرًا)
- الخلفي الأيمن
- الجناح الأيمن.

قطاعات اللعب :

منصب اللعب يحدد قطاعا معينًا للعب وبالتالي فإن الملعب مقسم جانبيا إلى أروقة (ممرات)

لكل لاعب رواق يتدخل فيه شكل مميز لكن هذا لا يمنع اللاعبين من تغير القطاعات أثناء اللعب (تقاطع، دخول الجناح إلى منطقة الوسطى مثلا). لكن بتغيير المنصب يحصل اللاعب على مهام جديدة.

التشكيلات:

هي حلول محددة مسبقا لتنظيم الفريق جماعيا في الفضاء، يتم اختيارها على أساس إمكانيات وخصائص الفريق وأيضا على أساس إمكانيات الفريق المنافس، فمثلا لاعب نشيط يقطع غالبا الكرات يمكن أن يلعب بشكل متقدم عن بقية الدفاع لتعطيل تحريك الكرة لكن إن كان فريق يملك لاعبين يجيدان التسديد من بعيد يجبران الفريق المدافع على إتخاذ وضعية بلاعبين متقدمين قصد التدخل بشكل سريع وإعاقة هذين اللاعبين لمنعهما من التسديد.

التشكيل هو التوزيع الجغرافي لوضعيات اللاعبين في الفضاء في مراحل الهجوم والدفاع المنظمين .

يسمى التشكيل على أساس ترتيب اللاعبين من منتصف الملعب إلى المرمى

(6-0)، (5-1)، (4-2)، (3-3)، (3-2-1) وتسمى (1-2-3) لأن اليوغسلافيين اللذين استحدثوها يسموها كذلك، لكن التسميات تغيرت مؤخرا فأصبح العديد من المؤلفين يتحدثون عن (0-6)، (1-5)، ...

يمكن للتشكيل الدفاعي أن يوجه أكثر إما نحو استرجاع الكرة أو حماية المرمى، فمثلا وضع عدد كبير من اللاعبين المتقدمين مثل التشكيل (3-3) يضعف الخط الدفاعي الخلفي ويوفر أدنى حماية للمرمى لكن يوفر فرصة أكبر لاسترجاع الكرة.

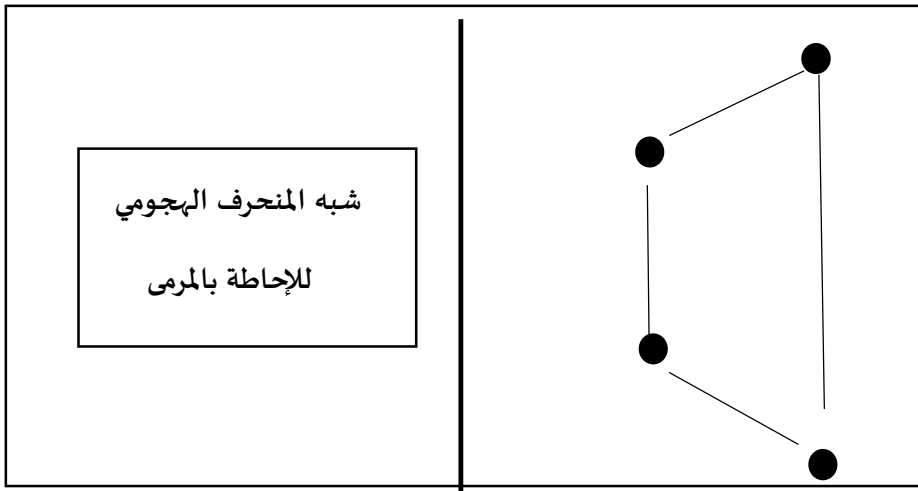
بالمقابل بقاء عدد أكبر من اللاعبين على خط واحد مثل (0-6) يعطي أكبر حماية للمرمى، لكن يوفر فرصا أقل لاسترجاع الكرة.

فاختيار التشكيل يعتمد إذن على التوجه التكتيكي المطلوب (هل اللاعبين المهاجمين متفوقين أو المهزيمين في النتيجة، هل هم في حالة تفوق أو نقص عددي، هل اللعب في بدايته أو نهايته...).

-نفس الشيء في الهجوم. الأولوية في الهجوم المنظم هي الإحاطة بالدفاع وفتح اللعب جانبيا في العمق .

وهناك أربع مراكز لعب لا يمكن الاستغناء عنها لتحقيق هذا المبدأ مهما كانت التغيرات في قطاع اللعب.

هذه المناصب لا بد أن تكون مشغولة (اللاعبين الخلفيين، والجناحين).



الشكل يوضح مناصب اللعب الأساسية في كرة اليد

توزيع للمهام :

لاعب واحد لا يمكنه منفردا تنفيذ مجموع المهام المطلوبة لذلك يوجد تقسيم للأدوار، نظام اللعب هو الذي يحدد العلاقة الموجودة بين لاعبي الفريق الواحد وهو الذي يحدد مسؤولية كل لاعب تجاه الفريق .

- في الدفاع يتوزع اللاعبون إما على لاعبي الفريق المنافس (دفاع رجل لرجل) أو على مساحة يجب تغطيتها (دفاع المنطقة)، حاليا الأنظمة الدفاعية صارت مختلطة على المدافعين مراقبة خصم مباشر وتغطية قطاع معين.
- في الهجوم يمكن تحديد نظامين للعب :الحركة السريعة للكرة وحركة اللاعبين هنا أيضا نادرة هي الحالات التي لا يجمع فيها بين النظامين .

هناك علاقة وثيقة بين نظام اللعب الدفاعي والهجومى .

- دفاع رجل لرجل يجب أن يقابله تحريك سريع للاعبين
- دفاع المنطقة يجب أن يقابله تحريك السريع للكرة.

يمكن أن نلاحظ أن التشكيلات ونظام اللعب مفهومان مختلفان ويكملان بعضهما. كل فريق يجب أن يكون له تشكيل ونظام لعب في الدفاع والهجوم، وكل تشكيل وكل نظام لعب يشكل معوقات مختلفة والقدرة على التغيير بسرعة تجبر الخصم على التأقلم.

التموضع في الهجوم :

تبعاً لتحركات اللاعبين بالكرة أو بدونها نميز:

- 2-4 في الهجوم: يعني ذلك اللعب ب:لاعبين (02) محوريين ظهيرين (2) وجناحين (2) الأربعة مراكز الأساسية هي الظهيرين والجناحين من أجل الاحتلال الأمثل للملعب. وهذا يشكل شبه منحرف
- 1-5: يعني ذلك اللعب بلاعب محوري متقدم وبقية اللاعبين كل في منصبه.

4-4 تصنيف الدفاع:

يسمح هذا التصنيف بتحديد مختلف أنواع الدفاع بطريقة تحليلية :

1- على أساس مكونات اللعب:

- دفاع المنطقة: بالنسبة للكرة.
- دفاع فردي: بالنسبة للاعب.

2- على أساس الهدف من الدفاع :

- دفاع مرتفع: بشدة من أجل استرجاع الكرة.

- دفاع منخفض: مسطح من أجل حماية المرمى.

3- على أساس تموضع المدافعين في الملعب (الدفاع الهجومي).

- 0-6: اللاعبون حول المنطقة .

- 1-5: لاعب متقدم البقية حول المنطقة.

- 2-4 : لاعبين متقدمين.

- كل اللاعبين على كل الملعب.

- كل اللاعبين على نصف الملعب.

متطلبات كرة اليد

المتطلبات الفسيولوجية

يحتاج اللاعب عند ممارسته لرياضة كرة اليد إلى طاقة كيميائية حيوية تظهر في الملعب على هيئة مجهود بدني، وللطاقة المميزة لمجهود اللاعب في كرة اليد صورتين أساسيتين هما الطاقة الحيوية (في غياب الأكسجين) ، وهي الطاقة الناتجة عند بداية المجهود في التدريب أو المباريات ولفترة زمنية وجيزة ثم يلها مباشرة الطاقة الهوائية. وتستمر باقي فترات التدريب والمباريات وتعتمد على وجود الأكسجين لاستكمال خطواتها الكيميائية في الجسم، كما تعتبر كفاءة الجهاز الدوري التنفسي والقوة العضلية العصبية والسرعة والتوافق العضلي العصبي من أهم المتطلبات الفسيولوجية للاعب كرة اليد، حيث يحتاج اللاعب إلى كفاءة في الطاقة الحيوية الهوائية وبدرجات كبيرة نسبية، وتأتي هنا أهمية الاختبارات الفسيولوجية خاصة اختبار تحديد أقصى استهلاك أكسجين اللاعب لتوضح لنا اللاعب المناسب لرياضة كرة اليد بصورة نسبية، كما تستطيع التفريق بين اللاعبين لإيضاح الفرق في مستوى لياقتهم البدنية العامة والتي تفيد المدرب والإداري والنادي والاتحاد وتساعدهم في انتقاء أفضل العناصر لتمثيل النادي، كما أننا نشير أيضا لأهمية الارتقاء لمستوى العمليات الكيميائية والحيوية واللاهوائية بالجسم والاختبارات اللازمة مثل: اختبار لتحديد كمية حامض اللبن في الدم حيث يفيد ذلك أيضا في التعرف على لياقة لاعب كرة اليد .

ويمكن استخلاص الحصيلة التالية من المتطلبات الفسيولوجية للنشاط:

- يتميز الجهد في كرة اليد بالتناوب لعددا كبيرا من الحركات القصيرة جدا والانفجارية (أكثر من 300)، تتخللها فترات استرجاع أكثر هدوءا (مدة تتجاوز 25 أو 30 في المجموع). هذه الجهود القصيرة لا تتجاوز 2-3 ثواني ولا تمثل إلا 10٪ من إجمالي زمن المباراة.
- هذه الجهود تمثل العناصر المحددة للأداء، لأنه هنا يصنع الفارق في المباراة (تسجيل هدف بعد انطلاق سريع، إيقاف مهاجم من طرف مدافع أكثر حيوية ...). وهذه الصفات يجب أن تكون الموضوع الأول للإعداد البدني .
- من وجهة النظر العملية، يتعلق الأمر بتحقيق ما يقارب 300 حركة انفجارية ، أثناء قطع 4 كم في ساعة واحدة التحدي هو في الواقع أن يكون اللاعب قادرا على تكرار هذه الجهود الانفجارية في الوقت المناسب، والحفاظ

على الجودة (السرعة والدقة)، والكفاءة، وليس للتحضير للسباق العدو (أين السرعة المتوسطة للتنقل تكون منطقيًا بين 4-5 كلم/سا).

- وعلى مستوى شدة الجهد المبذول التوالي المتقارب من الجهود القصيرة والعنيفة يقود لاعب كرة اليد إلى استثارة VO2max بين 5 و 10 دقائق لكل مقابلة وهذا يفسر كذلك عمل القدرة على الهوائية القصوى، التي تهدف إلى تطوير VO2max (وخصوصًا بين الشباب)، وكذلك لتحسين التحمل وتكيف الجسم مع شدة هذا الجهد.
- وأيضًا، فإن هذا العمل يسير في اتجاه تحسين صفات الاسترجاع خلال الجهد مرتفع الشدة، وبالتالي تحسين القدرة على تكرار الجهود المتفجرة في وضعية الاسترجاع غير المكتمل.
- تطوير مستوى القدرة الهوائية القصوى PMA ينبغي أن يتم بكيفية خاصة بالنشاط، أي بشكل متقطع (متناوب).
- مستويات دقات القلب المسجلة في المباراة، أين يكون المتوسط قريبًا من العتبة اللاهوائية يمكن أن يشجعنا على العمل على القدرة الهوائية بهذه الشدة المفتاحية، وخاصة في رياضات التحمل. ومع ذلك، نادرا ما تبقى هذه الشدة ثابتة، ولكن يمكن الوصول إليها بتراكم جهود ذات شدة أعلى بكثير وفترات استرجاع بشدة دنيا أيضا ما عدا عند اللاعبين الشباب الذين يظهر لديهم قصور حقيقي، لا ينبغي أن يكون تطوير القدرة الهوائية هدفا رئيسيا للإعداد، الشدات المتوسطة التي تنفذ في التدريبات كافية للعمل عليها على المدى الطويل.

المتطلبات المورفولوجية:

- النمط الجسمي: إن النمط الجسمي للاعب كرة اليد هو النمط العضلي والذئب يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين، مع كبر كف اليد وطول، كذلك سلاميات الأصابع مما يساعد على السيطرة على الكرة وقوة التصويب وتنوعه، ولأن كرة اليد تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضات.
- الطول: عامل أساسي ومهم خاصة في الهجوم وتسجيل الأهداف حيث يتضح من خلال الارتقاء كذلك في الدفاع من خلال الصد واسترجاع الكرات.
- الوزن: إن الوزن عامل مهم جدا في كرة اليد، ويظهر ذلك في العلاقة بين وزن الجسم والطول، من خلال هذا المؤشر "Indice"

$$\text{Indice de Robustesse} = \frac{\text{الطول}}{\text{الجسم وزن}} * 1000$$

وكلما كان هذا المؤشر مرتفع ارتفع معه مستوى اللاعب.

- العرض: ويتم قياسه كالاتي: يستند اللاعب إلى حائط، بحيث تكون

الذراعين مبسوطتين " أفقيا، من نهاية إصبع الوسطى من اليد اليمنى إلى غاية نهاية إصبع الوسطى من اليد اليسرى يؤخذ القياس، وهذه الصفة لها أهمية كبيرة بحيث

تؤثر على قوة القذف والرمي، كما أنّ لها أهمية كبيرة عند حراس المرمى بحيث تسمح

لهم بتغطية مساحة كبيرة من المرمى الشبر "كف اليد

ويعبر عن مساحة كف اليد "راحة اليد" ويتم قياسه كالتالي:

من نهاية إصبع الإبهام إلى نهاية إصبع البنصر "الإصبع الصغير" لليد، بحيث تكون

أصابع اليد متباعدة عن بعضها البعض إلى أقصى حد، وأهمية اتساع مساحة كف

اليد تتمثل في: أنها تسهل على اللاعب مسك الكرة (أي سهولة التحكم في الكرة) بمسكة جيدة . (Bayer, 1987 , 23)

والجدول رقم يبين الخصائص المورفولوجية للاعب كرة اليد خلال بطولة العالم 2013 حسب المرتبة المحصل عليها

الرتبة	الفريق	العدد	العمر (سنوات)	الطول واقفا(سم)	الوزن (كغ)	مؤشر كتلة الجسم كلغ/م
1	إسبانيا	16	4.05±28.19	7.60±192.88	11.23±96.88	2.44±26.02
2	الدانمارك	17	4.50±27.47	7.51±194.00	10.37±94.82	2.16±25.17
3	كرواتيا	18	3.70±25.89	8.99±194.39	12.64±96.72	1.79±25.49
4	سلوفينيا	17	4.16±26.88	7.08±191.53	9.97±94.53	1.90±25.73
5	ألمانيا	16	3.36±27.00	4.81±193.44	6.37±92.19	1.17±24.62
6	فرنسا	16	5.31±29.44	6.54±191.00	9.74±92.69	1.69±25.35
7	روسيا	16	3.94±28.56	7.91±192.12	12.79±96.44	2.58±26.06
8	المجر	16	3.55±27.88	6.15±193.44	9.78±96.75	2.08±25.83
9	بولندا	18	28.89±3.89	6.86±193.94	9.62±93.00	1.21±24.65
10	صربيا	18	4.95±26.28	6.73±191.56	9.42±94.56	1.81±25.72
11	تونس	17	4.28±24.76	5.58±190.71	8.80±90.76	2.35±24.96
12	آيسلندا	17	4.46±27.71	5.59±191.82	6.53±92.47	1.37±25.12
13	البرازيل	16	3.75±25.62	4.91±190.19	7.63±95.12	1.74±26.28
14	مقدونيا	17	3.62±28.82	4.92±189.53	9.58±92.65	2.11±25.76
15	بيلاروسيا	17	4.07±27.24	6.03±193.41	11.01±95.82	1.98±25.55
16	مصر	18	3.93±24.78	4.12±184.83	11.84±90.17	2.87±26.34

1.22±25.04	4.83±88.65	3.21±188.12	4.37±27.18	17	الجزائر	17
3.09±25.40	8.17±90.00	5.86±188.56	3.34±25.89	18	الأرجنتين	18
2.25±26.66	8.67±90.00	6.25±183.72	4.46±26.61	18	السعودية	19
2.39±25.47	11.59±87.88	5.83±185.47	4.49±26.76	17	قطر	20
1.93±24.43	7.76±85.22	4.56±186.72	3.79±26.22	18	كوريا الجنوبية	21
2.45±26.65	8.39±96.18	5.83±190.06	4.84±28.35	17	الجبل الأسود	22
1.37±25.69	6.85±88.94	6.04±186.00	3.73±24.78	18	الشيلي	23
1.72±24.65	7.79±85.50	6.89±186.19	3.34±23.88	16	أستراليا	24
2.09±25.53	9.80±92.37	6.82±190.10	4.24±26.86	409		المجموع

المتطلبات النفسية :

- **المواجهة والمثابرة للانتصار :** يتميز لاعب كرة اليد بحب المواجهة وأخذ المسؤولية وإعطاء كل ما يملك من إمكانيات لتحقيق الانتصار والفوز على الخصم.
 - **التحكم في كل انفعالاته:** نظرا لخاصية لعبة كرة اليد، التي تتميز بالاحتكاك بين اللاعبين فإن ذلك يفرض على اللاعب التحكم في انفعالاته لأن ذلك يجعله أكثر حضور ذهني وبدني في المقابلة وكذلك التركيز لتحقيق الهدف الجماعي وهو الفوز.
 - **الدافعية:** حب الانتصار والفوز تجعل من لاعب كرة اليد أكثر دافعية وتحفزا ولقد أثبتت البحوث المتعددة أن اللاعبين الذين يفتقرون إلى السمات الخلقية، والإرادية يظهرون بمستوى يقل على مستوى قدراتهم الحقيقية، كما يسجلون نتائج أقل من المستوى في النواحي البدنية والمهارية وكذا الخطئية –
 - **الذكاء:** يقال عادة أن المنافسة الرياضية عبارة عن كفاح اللاعب وذكاء منافسه ويظهر هذا جليا خلال الألعاب الجماعية، التي تعتمد مواقفها في معظم أوقات المباراة والنجاح فيها يكمن في حسن تصرف اللاعب مع ذاته وزملائه.
- جملة هذه الخصائص التي تتميز بها لاعب كرة اليد بدنية تحتم على المدربين والمربين
- الاهتمام بها فيما يخص اختيار اللاعبين التي تتوافق قدراتهم وخصائصهم.

المتطلبات المهارية في كرة اليد:

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها، وتعني كل التحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب، وتؤدي في إطار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب والمباراة.

إن الهدف الأساسي من تعليم المهارات الأساسية هو أن يجيد اللاعب أداء هذه المهارات بإتقان وتكامل بحيث يصل إلى أن يؤديها كما يجب تحت أي ظرف من ظروف المباراة.

و مهارات كرة اليد تتميز بأنها مترابطة لا يمكن الفصل بين الجزئيات المكونة لها، كذلك تحتوي على العديد من الاستجابات الحركية المتنوعة لمتغيرات غير متوقعة في البيئة الخارجية الغير متوقعة من المنافس لأن اللاعب داخل الملعب يقوم بالأداء في ظروف تصعب التنبؤ بمتطلبات محددة لأدائه حيث أن خطط اللعب في كرة اليد تتميز بتعدد وتنوع المتطلبات المهارية المطلوبة لتنفيذها، وهذه المتطلبات المهارية دائما ما تكون مركبة في جمل حركية تتألف من حيث التكوين في عدة أداءات وحيدة (الاستلام أو التمرير أو التصويب) أو عدة أداءات متكررة مثل (الجرى بالكرة) أو عدة أداءات تشمل الاثنين معا مثل (الاستلام ثم الجري ثم التمرير) .

حصر المتطلبات المهارية الهجومية و الدفاعية لكرة اليد:

حيث نذكر منها ما يلي:

- التمرير و الاستقبال: أساس العمل الهجومي بكرة اليد في بناء الهجمات الخاصة في كرة اليد.
- طبطبة (تنطيط) الكرة: فهي مهارة ضرورية في بعض الحالات و المواقف الخاصة في كرة اليد.
- التصويب: و يحتوي على أنواع و أساليب مختلفة سواء من الثبات أو الحركة و تكون التحركات الهجومية: أمامية أو مائلة ، أو عرضية ، أو طويلة.
- الخداع: بالكرة أو بدونها فيكون بسيطا أو مركبا.
- الحجز و المتابعة: سواء حجز المهاجم أو حجز المدافع و التدرج في المتابعة.
- دفاع فردي: هو الأساس الذي يبني عليه أي شكل من أشكال الدفاع على خط واحد أو أكثر من خط.
- التحركات الدفاعية: هي أساس التناسق و التناغم في العمل الجماعي أو عمل الفريق ككل.
- الحالات الخاصة: تشمل رميات الجزاء، و الرميات الحرة و هي مهارات لا بد من التدريب عليها و إتقانها.

الهجوم الخاطف: لما يحتويه هذا الهدف – الهجوم الخاطف – من محاولة جادة لإظهار الفردية لاستلام الكرة و التصويب على المرمى بعد التمرير من الحارس و اللاعب المستحوذ على الكرة، فضلا عن اختلاف كل مركز من مراكز اللعب في أسلوب بدء الهجوم الخاطف و تنفيذه

المتطلبات البدنية في كرة اليد:

لما كانت كرة اليد الحديثة تتطلب أن يكون اللاعب متمتعا بلياقة بدنية عالية، فقد أصبحت الصفات البدنية الضرورية للاعب كرة اليد أحد الجوانب الهامة في خطة التدريب اليومية و الأسبوعية، و الفترية، و السنوية، كرة اليد الحديثة تتصف بالسرعة في الملعب، و المهارة في الأداء الفني و الخططي، و لبلوغ اللاعب للمميزات التي تؤهله لذلك هو تنمية و تطوير الصفات البدنية حيث يرجع لها الأثر المباشر على مستوى الأداء المهاري و الخططي للاعب خاصة أثناء المباريات

تعتمد كرة اليد في عملية الإعداد البدني على تنمية الصفات البدنية العامة التي يمكن على أساسها بناء و تطوير الصفات البدنية الخاصة و يتم ذلك من خلال التمرينات البدنية سواء بأدوات أو بدون أدوات أو باستخدام الأجهزة و تتمثل هذه الصفات في القوة المميزة بالسرعة ، تحمل القوة، تحمل السرعة، و هناك صفات بدنية أخرى ترتبط ارتباطا

وثيقا بالأداء البدني و المهاري و الخططي و هي مختلطة بأكثر من صفة منها تحمل الأداء، التوافق، التوازن و الدقة. و يستطيع المدرب تنميتها من خلال تدريبات الدفاعو الهجوم أو تكرار الأداء و التحركات المختلفة أثناء القيام بأداء الجوانب المهارية أو الخططية بالكرة أو بدونها.

كما أن زمن المباراة و الذي يبلغ 60 دقيقة يتحرك خلالها اللاعب باستخدام العدو تارة ، و الجري تارة أخرى، يؤدي إلى تنوع نظم إنتاج الطاقة بالجسم ما بين الطاقة اللاهوائية عند أداء الحركات السريعة القوية، و الطاقة الهوائية عند أداء الحركات أو الجمل الحركية المستمرة لفترة طويلة، و هذا يلقي عبئا فسيولوجيا على الجهاز العضلي، و الجهازين الدوري و التنفسي، و قدرة الجسم على استهلاك الأكسجين، و التعب و سرعة عمليات الاسترجاع و التي تتم خلال فترات انخفاض معدل اللعب أثناء المباراة نفسها لتعد اللاعب لأداء سريع و قوي متوقع في أي لحظة من مواقف اللعب السريعة المتغيرة

عناصر اللياقة البدنية في كرة اليد:

إن نجاح اللاعب في أداء المهارات الحركية التقنية كأحد الواجبات الأساسية ويتطلب ذلك ضرورة تمتع اللاعب بصفة بدنية تسهم في أداء تلك المهارات بصورة صحيحة فعلى سبيل المثال التحركات الدفاعية والمراوغات والاجتياز الهجومية، تتطلب ضرورة لمتتع اللاعب بدرجة عالية من الرشاقة وسرعة الاستجابة، وتحمل الأداء كذلك عملية الانتقال من الهجوم إلى الدفاع تتطلب سرعة انتقالية، سرعة استجابة و رشاقة وتوافق كما أن يتمتع اللاعب بالتحمل يسهم في استمرار وإتقان العمل الدفاعي بكفاءة طول زمن المباراة، ويمكن حصر الصفات البدنية الضرورية للاعب كرة اليد والتي تتطلبها جوانب المهارات الخططية فيما يلي (درويش، 1998 ، 98)

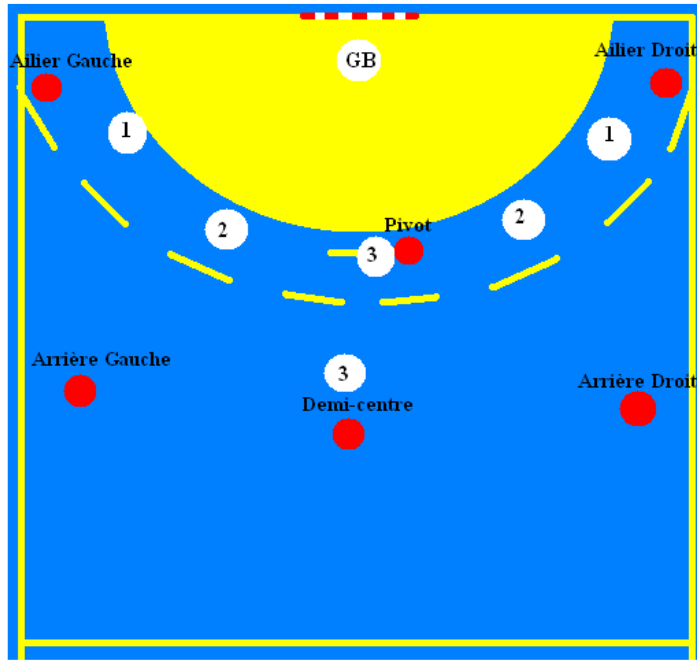
ترتيب مكونات اللياقة البدنية الضرورية للاعب كرة اليد

الرقم	المكون البدني	المكونات البدنية ومركباتها	درجة الأهمية بالدرجات
1	السرعة	1 السرعة الحركية للأداء	8.5
		2 سرعة العدو	8.1
		3 سرعة الاستجابة	8.0
2	القوة	1 القوة المميزة بالسرعة	9.5
		2 القوة العامة	6.4
		3 تحمل القوة	6.3
3	التحمل	1 تحمل الأداء	8.6
		2 تحمل السرعة	8.5
		3 التحمل العام	5.0

8.3		الرشاقة	4
8.1		الدقة	5
7.7		التوافق	6
6.0		المرونة	7
5.7		التوازن	8

خصائص مناصب اللعب

خصائص مناصب اللعب الهجومية



مركز الجناح

الخصائص:

- هو منصب أساسي، فهو أحد المناصب الرئيسية (الخلفية والأجنحة).
- يشغل القطاع الخارجي، لذلك لديه مساحة صغيرة.
- منطقة المرمى أمامه صغيرة لذا فإن التسديد صعب.
- لديه زميل مقرب واحد فقط (ظهير)، لكنه ليس حصريًا، يمكنه، من بين أمور أخرى، اللعب مع المحور عبر منطقة المرمى.
- يجب أن يتجنب التعدي ("المنطقة").

النتائج:

- تتطلب المساحة الصغيرة تغييرات سريعة جدًا في الريم ليتمكن من التغلب على خصمك المباشر.
- يجب الانحراف أي فتح زاوية التسديد بالقفز نحو خط الرمي 7 أمتار (القدرة على الارتقاء) أو باستخدام المؤثرات (الروكوليت،).
- غالبًا ما يجبر الفتح الحارس على ترك مساحة كبيرة خلفه ، مما يسهل عملية اللوب.
- يقود اللاعب إلى القيام بتسديدات بالانقطاع (خدعة في الأسفل ثم تسديد في الأعلى).
- يجب أن يخلق قدرًا كبيرًا من عدم اليقين بشأن تأثير تسديدته من خلال فتح الزاوية ، وبالتالي يجب أن يتقن عددًا كبيرًا من تقنيات التصويب.
- بدون الكرة ، يجب أن يكون في زاوية الملعب ، لإبعاد الدفاع قدر الإمكان.
- يجب عليه دائمًا التثبيت الخارجي قبل دخول داخلي والعكس صحيح.
- بمجرد استعادة الكرة ، يجب عليه التفوق على الارتداد الدفاعي للخصم ويكون قادرًا على ربط الجري - الاستقبال - التسديد بعد تمريرة من حارسه.

خلاصة :

يعتبر الجناح عنصرًا أساسيًا في النظام الهجومي ، ويجب ألا يكون هذا المنصب شاغراً أبدًا (الانزلاق من الخلفي إلى الجناح) لأنه يسمح بفتح الدفاع مما يترك مساحة أكبر للهجوم.

لكي تكون جناحًا ، لا يتعين عليك أن تكون طويل القامة بشكل خاص أو تتمتع بقوة ذراع كبيرة ، ولكن عليك أن تكون سريعًا في الهجوم المضاد وأن تكون دقيقًا في التسديد للتغلب على حارس المرمى .

مركز الخلفي (الظهري):

الخصائص:

- غالبًا ما يكون لاعبا ضخما ، وغالبًا ما يجد نفسه في مواجهة لاعبين ضخام آخرين.
- هو بعيد عن المرمى.
- هو من المناصب الرئيسية.
- يضمن المباعدة بين الهجوم وبالتالي الدفاع.
- لديه مساحة داخلية وخارجية.
- لديه 3 علاقات مميزة (جناح ، لاعب محوري ، موزع) ، لكن يمكنه الوصول إلى جميع زملائه في الفريق.
- يلمس الكثير من الكرات.
- مساحة المرمى كبيرة.

النتائج:

- يجب أن يغير تسديداته (بالارتقاء، بالارتكاز، من الحوض) ، وكذلك تأثيراتها.
- يجب أن يكون قادرًا على استعمال المساحات الداخلية والخارجية.

- يجب أن يتمتع بقدره قوية على الاحتفاظ بالكرة (استقبال - تمريرة).
- يجب أن يكون لديه ارتقاء عمودي جيد.
- يجب أن يتمتع بنوعية جيدة في التسديد.
- يجب أن يكون قادرًا على تغيير تسديده في اللحظة الأخيرة (اعتمادًا على حائط الصد أو حارس المرمى)
- يجب أن يكون قادرًا على تأخير تسديده (تجنب الصد ، تثبيت حارس المرمى).
- لا ينبغي أبدًا الدخول مباشرة في مجال لعب للمحوري ، حتى تتمكن من الاستفادة من الحجز.
- يجب أن يكون قادرًا على اللعب في الجناح ، أو الظهير المقابل أو المحور ، ويجب أن يشغل أحد هذه المراكز الشاغرة ، إذا تم تعويضه..

خلاصة:

بالإضافة إلى كونه أحد الأطول والأكثر تنوعًا في فريقه، فإن الخلفي (الظهير) هو أيضًا من بين أولئك الذين يتمتعون بأكبر قدر من القوة والسرعة في التسديد. إنه قادر على تنفيذ الاستقبال بالكامل بسرعة - تمريرة لتهديد وتشويش الدفاع. يسمح له الارتقاء بتجنب الصدمة وتثبيت الحارس لفترة أطول في المرمى ليسدد في المكان الذي لا يتوقعه على الأقل ، ، لأن النصر غالبًا يعتمد على نجاحه في التسديد.

في حالة التفوق، يجب عليه تثبيت بين 1-2 للتسديد، أو تحرير إلى الجناح أو المحوري ، أو الاستفادة من حجز المحور على رقم 2.

مركز الموزع:

الخصائص:

- ليس منصبًا ضروريًا لأنه لا يضمن المباعدة بين الدفاع.
- لديه علاقات سهلة مع جميع زملائه في الفريق (لكنه يفضل اللعب مع الظهير والمحور).
- إنه يواجه الهدف وبالتالي يستفيد من أكبر منطقة هدف ممكنة.
- إنه بعيد عن الهدف.
- غالبًا ما يواجه بخطئين دفاعيين.

النتائج:

- يجب أن يكون دائمًا موجودًا مقابل المحور الخاص به في نقطة القوة الاختراق.
- كونه قطاعًا مركزيًا ، المرمى مفتوح ، يجب أن يفضل التسديدات من مسافة متوسطة.
- يجب أن يكون قادرًا على التصويب ويجب أن يسدد إذا سنحت الفرصة.
- يجب أن يكون قادرًا على اللعب بسهولة بكلتا يديه.
- في نهاية الصراع الفردي، لديه علاقة مميزة مع المحور.
- يتحقق من احتلال مساحة اللعب ويتصرف وفقًا لذلك.
- يدخل كمحوري ثاني ، دائما مقابل الأول ، بعد تمريرة في الجانب المحوري.

- يجب أن يكون لديه تقنية تسديد جيدة بالارتكاز (المخفي عن حارس المرمى عن طريق المدافعين).

مركز المحوري (لاعب الدائرة):

.الخصائص:

- ليس من المناصب الرئيسية.
- يلعب وظهره للمرمى.
- يمنع الدفاع من التقدم أكثر من اللازم.
- يسدد من القطاع المركزي وحتى من الخارج.
- هو على اتصال مباشر مع المدافعين.
- يجب أن يتجنب التصادمات

النتائج:

- يجب أن يلعب في تناوب في الدفاعات الطبقية.
- يجب أن يححر نفسه من الرقابة.
- يجب أن يلعب ككتلة (منع التحركات الجانبية للمدافعين)
- يجب أن يطلب ويحصل على الكرات خلف المدافعين.
- يجب أن يلعب في الواجهة على دفاعات مسطحة (يمنع صعود المدافعين)
- يجب أن يقوم بالحجز في التفوق العددي (الطويل أو اللحظي) لمنع الانزلاق الدفاعي.
- يجب أن يكون قوي جدا في استقبال الكرة.
- يجب أن يتمتع بحركية كبيرة.
- يجب أن يكون سريعًا في الارتكازات (الدوران حول المدافع).
- ليس لديه مسافة اقتراب.
- غالبا ما يكون غير متوازن.
- يجب أن يكون قادرًا على الوصول إلى المرمى بأكمله وإتقان جميع تقنيات التسديد (الروكوليت ، شبالا...)
- يجب أن يواصل جهده مهما كان العبء الدفاعي.
- يجب أن يتسبب في أخطاء دفاعية (دفاع في المنطقة ، حزام ، إلخ) تؤدي إلى رمي 7 أمتارو / أو اقصاءات.
- يجب أن يكون قادرًا على التسديد في الفضاء القريب من حارس المرمى (الكتفين ، الوركين ، الأذنين ، بين الساقين)..

الخلاصة: المحوري منصب يتطلب الكثير من التضحيات ، حيث أن دوره الأساسي هو مساعدة شركائه في السباق نحو الهدف. يلعب بالتبادل لتسهيل إشراك الظهير (من الأسهل ، على المستوى الحركي، الانطلاق بتمريرة تأتي من الأمام ، بدلاً من تمريرة تأتي من الخلف) ويقوم بالحجز لخلق مساحات أوسع..

مركز حارس المرمى:

دوره الهجومي.

بعد التسديد، يغير حارس المرمى (مثل جميع اللاعبين الآخرين) حالته، ينتقل من حالة المدافع إلى حالة المهاجم. لذلك من الضروري محاولة أخذ سرعة أكبر من الارتداد الدفاعي الخصم ، لأنه من الضروري استعادة الكرة بسرعة (وعدم التركيز على الهدف الذي تلقيناه للتو).

بعد استعادة الكرة، يجب على حارس المرمى أولاً وقبل كل شيء التفكير في التسديدة المباشرة. إذا بدا ذلك مستحيلاً، فإنه يقوم بتمريرة طويلة (حوالي 25 متر)، أو إذا لم يتمكن من ذلك، فتمريرة متوسطة أو قصيرة. لكن كن حذراً، يجب إجراء كل هذا التحليل في جزء من الثانية لتجاوز الدفاع. يجب ألا يتردد في المشاركة في الركض السريع للكرة لمساعدة زملائه في الفريق وإنشاء حل إضافي (لكن لا يجب عليه بالطبع المشاركة في الهجوم المنظم).

عندما يكون فريقه في الهجوم، يجب عليه توقع خسارة الكرة عن طريق منع الحارس الخصم من التمرير أو اعتراضها. خلاف ذلك، يتراجع إلى مرماه.

كل هذه الجوانب من مهام حارس المرمى الهجومية لا يجب إهمالها، يجب أن يعرفها حارس المرمى ويتم تطبيقها.

دوره الدفاعي:

الصد la parade

في المستوى العالي، زمن المسار (الزمن بين انطلاق الكرة ووصولها إلى خط المرمى) قصير جداً، حوالي 0.3 ثانية، على المستوى الدولي سرعة تسديدة 9 أمتار (أكثر من 95 كم / ساعة). ومع ذلك، فإن زمن رد الفعل بالإضافة إلى زمن الحركة أكبر بكثير من 0.3 ثانية. لذلك يجب على حارس المرمى قادراً على التوقع لتسهيل المهمة، يجب أن يستخدم حارس المرمى أكبر مساحة ممكنة، من ال 6 متر مربع، على الأكثر، مع الحرص على عدم وضع أجزاء من الجسم خارج المرمى (حسب المسار بالطبع). كل هذا صعب بسبب أن حارس المرمى متجه بظهره إلى المرمى.

مؤشرات للتنبؤ بالمسار

مؤشرات قادمة من المهاجم	مؤشرات قادمة من المدافع
جري الاقتراب	وضعية حائط الصد
الوضعية / الجانبية	جري المتابعة
النمطية / العادة	

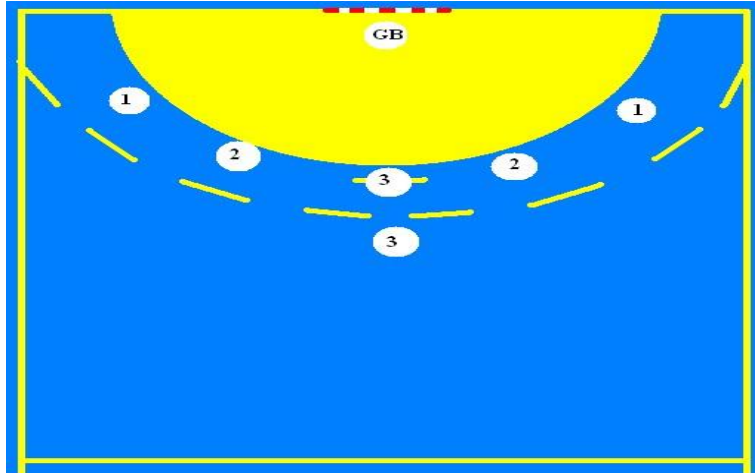
حيث الجانبية: الاستعمال الغالب للأعضاء المزدوجة: اليدين، الرجلين و العينين.

ملخص صفات والمعارف الخاصة بحراس المرمى المحترفين:

- يجب أن يكون لديه تحكم عقلي كبير ليتمكن من التبرع بجسده، وإيقاف الكرات برأسه وإدارة التوتر.
- يجب أن يتمتع بمرونة جيدة لزيادة قدرات حركات الجسم واتساعها وسرعتها.
- يجب أن يكون لديه عضلات جيدة على مستوى حزام البطن والكتفين والذراعين للمقاومة أثناء الاصطدام بالكرة.
- يجب أن يتمتع بسرعة كبيرة (للخروج من الخط بسرعة) وسرعة رد فعل كبيرة.
- يجب عليه بسهولة إدارة مسارات أجزاء جسمه (الانفصالية في حركة الأطراف ، الحركية)
- يجب عليه بسهولة تقييم مسارات الكرة.

يجب أن يكون لديه رؤية جيدة للعبة حتى يتمكن من توقع الأحداث القادمة.

خصائص مناصب اللعب الدفاعية



المدافع رقم 1

الخصائص:

- تقع في القطاع الخارجي
- بجوار رقم 2.
- في بعض الأحيان بعيد جدا عن الكرة.

النتائج:

- لا يمكنهم الاستفادة من المساعدة في القطاع الخارجي.
- يجب عليه تحييد المساحة الخارجية.
- يجب أن يكونوا قادرين على حماية مساحتهم الداخلية دون مساعدة رقم 2.
- يجب ألا يتم تجاوزهم في القطاع الداخلي من قبل الأجنحة أبدًا.
- يجب أن يلعبوا نصف المركز (إذا كان رقم 2 منخفضًا) ، مقابل الكرة وفي التفوق العددي لإعاقة قرار نصف الوسط.

- يجب أن يتأكدوا من حصولهم على المساعدة بالتوافق مع الرقم 2، اعتمادًا على توازن القوى (وإلا فسيكون للجناح مساحة كبيرة).
- يجب عليهم منع الخلفيين من الانطلاق بتمريرة من الجناح ، عندما يكون المحور على الجانب الآخر.
- يجب أن يقتربوا من الاجنحة عندما تصل الكرة إليهم.

المدافع رقم 2

الخصائص:

- هم موجودون في القطاع المركزي.
- لهم حجم مهيب.
- ما بين رقم 1 و 3.
- هم لاعبون دفاعيون أساسيون.

النتائج:

- يجب أن يكونوا أقوىاء في الصراع واحد على واحد.
- يمكن أن يصطفوا بين الرقم 1 والرقم 3، ولكن فقط على الجانب المقابل للمحوري.
- إذا تحرك الظهير بالكامل في المحور، فإن الرقم 2 يأخذ المحوري ويصعد الرقم 3 المنخفض.

المدافع رقم 3:

رقم 3 المنخفض:

- يقع بالقطاع المركزي.
- يجب أن يكون له حجم مهيب
- يتكفل باللاعب المحوري.
- يساعد رقم 2 الذي تم تجاوزه في الداخل.
- يجب أن يضغط على حامل الكرة في نهاية الصراع الفردي ، لذلك عليه ترك المحوري للذهاب إلى حيث يوجد الخطر

رقم 3 المرتفع:

- مكانه في القطاع المركزي ، بعيدا عن المرمى.
- يعيق دوران الكرة.
- يحاول خطف الكرة فقط إذا كان نسبة الحصول عليها عالية.
- يمنع المهاجمين من التسديد.
- يجب ألا يكون أعلى من الكرة أبدًا.