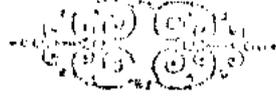


خلاصة قرآن المعب وبسطة للناسين



إلى كل رياضي ناشئ . . . نتقدم بأول كتيب من نوعه
رأجياً أن يلتقي به جانباً — أو يحتفظ به إن شاء — وذلك في
اليوم الذي ينمو فيه ويشهد ساعده إلى حد يدعو إلى الحاجة إلى
مراجع أكبر وأدق في تفاصيله .

نتقدم بهذا الكتيب الذي سنعقبه بغيره وغيره إن شاء الله .
رأجياً لكل ناشئ توفيقاً في رياضته مؤملين على يديه الخير
للمرياضة ولنفسه ولبلده .



الرياضى الناشئ

كرة القدم

Association Football
(Soccer)

(القوانين الدولية مبسطة)

محمد محمد فضالى

مدرس معهد التربية للمعلمين

١ - الملعب

المعرض : ٥٠ - ١٠٠ ياردة

الطول : ١٠٠ - ١٣٠

الملعب العادي : ٧٥ X ١١٥

التخطيط : انظر الرسم

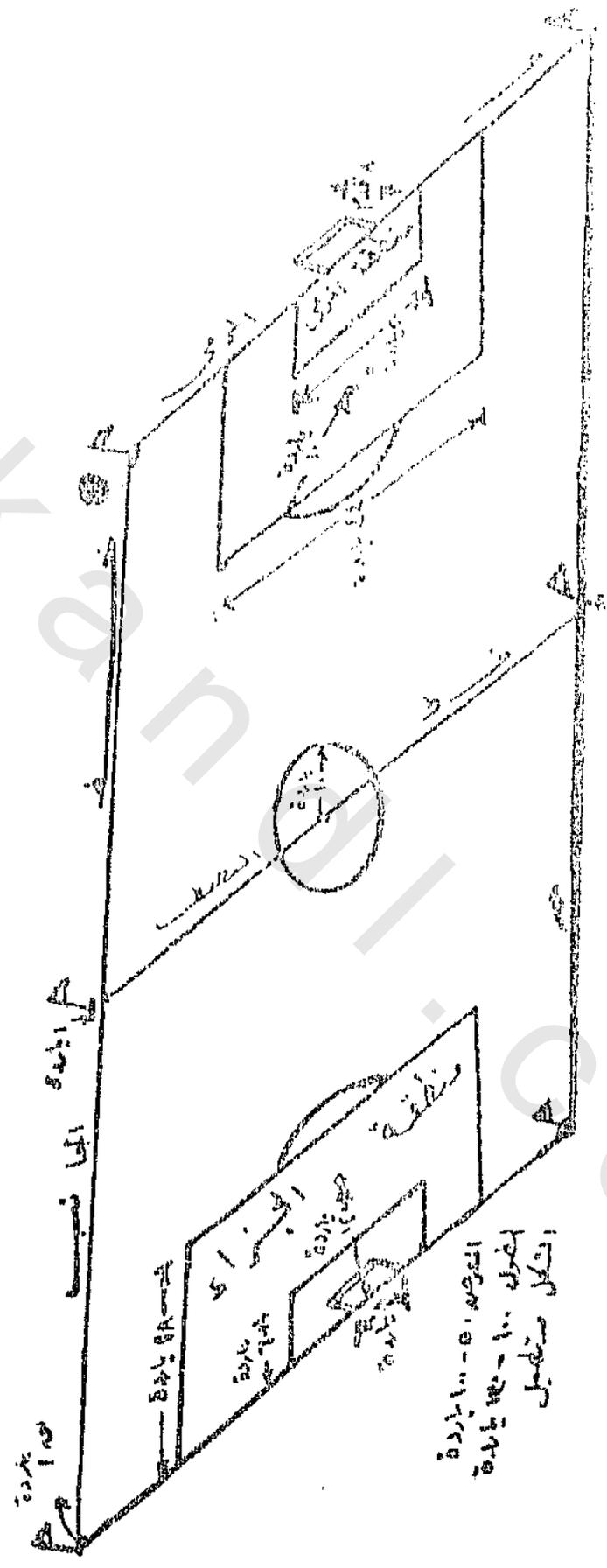
ارتفاع المرمى : ٨ أقدام

اتساع المرمى : ٨ ياردات

الأعلام : ٤ إجبارية في الأركان

اثنان اختياريان عند خط النصف

طبيب كرة القدم



المنطقة - 10 ياردة
 المنطقة - 10 ياردة
 المنطقة - 10 ياردة

٢ - الكرة

المحيط : ٢٧ - ٢٨ بوصة

الوزن : ١٤ - ١٦ أونس

وتصنع من الجلد ويجب نفخها جيداً
يلزم الفريق المضيف باعدادها واعداد كرة احتياطية

٣ - اللاعبين

يتكون الفريق من ١١ لاعبا أحدهم حارس المرمى

ولا بد من استئذان الحكم فيما يلي :-

- ا - تغيير حارس المرمى بأحد زملائه أثناء اللعب .
- ب - دخول الملعب (ولا يسمح به إلا واللعب متوقف)
- ج - مغادرة الملعب .

٤ - الملابس

لا يجوز ارتداء ما فيه خطورة .

يجب أن يخالف حارس المرمى في ملابسه باقي اللاعبين .

أباز الحذاء لا تمتد لأكثر من نصف بوصة سواء في ارتفاعها

أم في سمكها .

٥ - التحكيم

يحكم المباراة حكم واحد يساعده مراقبان للخطوط وله أن

يقص أيهما إذا رأى ما يدعو إلى ذلك .

٦ - مراقبا الملطوط

يتمس اختيارهما من المخايدين ومهبة كل هى مساعدة الملحك
فى كل ما يطالبه منهما .

٧ - زمن اللعب

فترتان متساويتان كل منهما هـ دقيقة ،
بينهما فترة للراحة قدرها هـ دقائق .
لا يحتسب الوقت الضائع ضمن زمن اللعب .
لا يجوز مد الوقت فى أى من الفترتين إلا كإل ضربة
جواز .

٨ - بدء اللعب

تجرى القرعة بقطعة نقود معدنية على اختيار إما نصف الملعب
أو الارسال Kick off .

الارسال هو وضع الكرة فى اللعب (فى بدء فترتى اللعب
أو بعد كل إصابة للمرمى) . ويراعى فى اجرائه :-

أ - توضع الكرة فى نقطة الوسط وتضرب لبعء خط النصف .
ب - يجب أن تسير الكرة مسافة تساوى طول محيطها حتى تصبح
فى اللعب .

ج - ليس للمرسل أن يلمسها بعد ضربها اول مرة إلا بعد أن
يلعبها غيره .

٨ - لا يعتبر إصابة الرمي مباشرة من الإرسال.

٩ - توقف اللعب

يتوقف اللعب وتعتبر الكرة خارج اللعب عند:

أ - عبور الكرة بكاملها أحد خطي الجانب أو الرمي سواء على الأرض أم في الهواء .

ب - إذا أوقف الحكم اللعب .

يجب أن يستمر اللاعبون في اللعب حتى إشارة الحكم .

١٠ - الإصابة Goal

يكسب المباراة الفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف .

تعتبر الإصابة صحيحة عند مرور الكرة بكاملها فوق خط

الرمي بين القائمين وتحت العارضة من لاعب غير متصل و بدون أن ترمى أو تدفع باليد أو الذراع .

١١ - التسلل Off-side

يعتبر اللاعب متسللا إذا كان متديخلا في اللعب وكان أقرب

من الكرة إلى خط رمي الفريق المنافس في اللحظة التي تلعب فيها

الكرة وكان بوجوده هنا يكتسب فائدة ما في لعبة .

ويستثنى من ذلك : —

- أ - وجود اللاعب في نصف ملعب فريقه .
- ب - وجود لاعبان أو أكثر بينه وبين خط مرمى الفريق الآخر .
- ج - إذا مسّت الكرة أو لمسها لاعب عن الفريق الآخر .
- د - ضربات المرمى أو الركن أو رميات الجانب .

المخالفات

— الخشونة في اللعب : —

- (١) بالساقين : الرمس ، الضرب ، الوثب على المنافس ، محاولة إيقافه .
 - (٢) بالذراعين : دفع المنافس أو مسكه .
 - (٣) بالجنوح : ثنيه أو إمسا أو خلطنا لدفع المنافس .
- تعتبر المهاجمة بطريقة خطيرة أو اذا كانت من الخلف خشونة من هذا النوع .

ب - طريقة اللعب : —

- (١) مسك الكرة أو حملها أو ضربها باليد (ما عدا حارس المرمى وهو داخل منطقة الجزاء) .
- (٢) جرى حارس المرمى وهو حامل الكرة لأكثر من ٤ خطوات .

٢) التسلسل .

٤) ضرب الكرة أكثر من مرة في الإرسال أو في الضربات الحرة .

ح - سوء السلوك : -

١) دخول اللاعب أو الخروج منه بدون إذن الحكم .

٢) إظهار عدم الاعتبار لقرارات الحكم .

٣) التفرد بالفاظ فاحشة .

١٣ - الضربة الحرة Free Kick

هي جزء المخالفات وتكون مباشرة أو غير مباشرة .

الضربة الحرة المباشرة : يمكن إصابة المرمى منها مباشرة .

الضربة الحرة الغير مباشرة : لا يمكن إصابة المرمى منها إلا

بعد أن يلعب الكرة لاعب خلاف الضارب .

يراعى في إجراء الضربات الحرة ما يلي : -

أ - وضع الكرة في مكان حدوث المخالفة .

ب - وقوف الفريق المنافس على بعد ١٠ ياردات من الكرة

على الأقل .

ح - يمكن للضارب توجيه الكرة لأي اتجاه شاء .

د - ليس للضارب أن يمس الكرة بعد ضربها إلا بعد أن يلعبها

هـ - لا يجوز لأي من اللاعبين لعب الكرة إلا بعد أن تسير الكرة مسافة تساوي طول محيطها .

ـ في الضربات الحرة للمرمى المدافع من داخل منطقة الجزاء يجب أن تخرج الكرة عن حدود هذه المنطقة حتى تعتبر في اللعب .

٤ - ضربة الجزاء Penalty Kick

تسمح للفريق الذي ترتكب ضده مخالفة داخل منطقة جزاء الفريق المخالف ويراعى في إجرائها ما يلي : -

أ - توضع الكرة عند علامة الجزاء .
ب - يبقى داخل منطقة الجزاء حارس المرمى والضارب فقط .
ج - يقف حارس المرمى على خط المرمى بين القائمين ولا تتحرك قدماه إلا بعد ضرب الكرة .

د - تضرب الكرة للأمام وليس للضارب أن يلعبها إلا بعد أن يلعبها غيره - للضارب الحق في أن يلعب الكرة مرة ثانية إذا ارتدت من حارس المرمى ولكن ليس له هذا الحق إذا ارتدت الكرة من العارضة أو من أحد قائمي المرمى .

٥ - رمية الجانِب Thrown - in

إذا تسبب لاعب في إخراج الكرة (بكاملها) عن خط الجانِب سواء على الأرض أم في الهواء ، فينال الفريق الغير مخالف حقه ، مسا من الجانِب .

ويراعى الراعى فى إجراهم الرمية ما يلى :

ا - يضع كراتا قدميه على الأرض خارج خط الجانب أو عليه

ب - يكون مراعياً للملعب .

ج - يستعمل كراتا يديه .

د - رمية الكرة من فوق رأسه فعلا ولا يستعملها .

هـ - ليس له أن يلمس الكرة إلا بعد أن يلمسها غيره .

١٦ - ضربة المرمى Goal Kick

إذا تسبب لاعب مهاجم فى خروج الكرة (بكاملها) عن

خط المرمى ، فإن الفريق المدافع ينال ضربة مرمى .

ويراعى فى إجرائها .

ا - توضع الكرة فى أى نقطة فى نصف منطقة المرمى بالجهة التى

خرجت منها .

ب - لا يلمس الضارب الكرة ثانية حتى يلمسها غيره .

ج - يجب أن تخرج الكرة عن منطقة الجزاء حتى تعتبر فى اللعب .

د - يقف أفراد الفريق المنافس على بعد أكثر من ١٠ ياردات .

هـ - لا يمكن إصابة المرمى مباشرة من ضربة المرمى .

لا يجوز أن يتلقى حارس المرمى الكرة بيديه ليضربها إلا بعد

أن تخرج عن منطقة الجزاء .

١٧ - ضربة الركن Corner Kick

إذا تسبب لاعب مدافع فى إخراج الكرة (بكاملها) من

خط مرماه (خارج المرمى) سواء على الأرض أم في الهواء ،
فإن الفريق المهاجم ينال ضربة ركن .
ويواجه في إجراءاتها : -

ا - توضع الكرة في أى نقطة في منطقة الركن في الجهة التي
خرجت منها .

ب - لا يجوز نخلع أى من الأعلام لتمهيل ضرب الكرة .

ج - يجوز إصابة المرمى مباشرة من ضربة الركن .

د - لا تعتبر الكرة في اللعب إلا إذا سارت مسافة تساوى
طول محيطها .

هـ - ليس للضارب أن يمس الكرة بعد ضربها إلا بعد أن يلعبها
شيرة .

المخالفات والجزاءات

الجزاء	المخالفة
الإخراج من اللعب لتغييرها يعاد الإرسال في أى مكان بالملاعب : ضربة حرة مباشرة داخل منطقة جزاء المخالف : ضربة جزاء ضربة حرة غير مباشرة	ارتداء ملابس فيها خطورة خطأ في عملية الإرسال الخشونة أو استخدام اليد اللعب . جرى حارس المرمى بالكرة أكثر من ٤ خطوات

الجزاء	المخالفة
<p>ضربة حرة غير مباشرة (يجوز الإنذار ثم الطرد)</p>	<p>التسابل سوء السلوك تكرار لمس اللاعب للكرة في : الضربات : الحرة ، الركن ، المرمى ، الإرسال أو رميات الجانب . اخراج الكرة عن خط الجانب اخراج الكرة عن خط المرمى في ضربة الجزاء</p>
<p>ضربة حرة غير مباشرة رمية بجانبية للفريق الآخر من المهاجم : ضربة رمي للدفاع من المدافع : ضربة ركن للمهاجم من المدافع : تحتسب الإصابة إذا نجحت ، تعاد الضربة إذا فشلت الإصابة من المهاجم تعاد الضربة إذا نجحت الإصابة ، يستمر اللعب إذا فشلت الإصابة من الضارب : ضربة حرة غير مباشرة</p>	

ملاحظة :

يستأنف اللعب بإسقاط الحكم الكرة بين لاعبين متنافسين في جميع حالات توقف اللعب لأسباب غير منصوص عليها في القوانين ، ولا تلعب إلا بعد أن تمس الأرض .

نصائح للاعبين

١ - ادرس القوانين جيداً . . . واعلم أنك بدون معرفتها لا يمكن أن يتحسن لعبك أو تحصل فيه إلى مستوى عال .

٢ - لا تناقش أياً من قرارات الحكم بأى حال من الأحوال فإنها نهائية لا رجوع فيها . ولا تظهر أى اعتراض عليها سواء بالقول أو بالإشارة أو تضرب الكرة بعيداً مظهراً عدم الرضاء .

٣ - يجب أن تستمر في اللعب دون توقف حتى تسمع صفارة الحكم حتى في حالة إشارة من أى من مراقبي الخطوط . . . فالحكم هو الشخص الوحيد المسؤول عن إصدار أية أحكام . وفي أحيان كثيرة يمتنع الحكم عن مجازاة لاعب أخطأ إذا رأى أنه سيستفيد من ذلك .

٤ - ابذل جهدك على ألا تتلقى أى إنذار من الحكم .
واعلم أن أى خطأ منك بعد إنذارك سينظر إليه كأنه خطأ جسيم .
٥ - احتفظ دائماً بشعورك وهدوتك مهما كانت الظروف ومهما هوجمت بخشونة . ولا تتظاهر بأن إصابتك شديدة مع بساطتها واعلم أن الحكم من واجبه أن يعمل على حماية كل لاعب .

٦ - لا بد من استئذان الحكم عند الخروج من الملعب إلا في حالة

الإصابة الشديدة ولا بد من ذلك أيضاً قبل دخول الملعب أثناء سير اللعب .

٧ - حارس المرمى :

- أ - من سوء السلوك تعلقه بالعارضة .
 - ب - عند تغييره لا بد من إخطار الحكم .
 - ج - يجب أن تخالف ملبسه باقي اللاعبين .
 - د - لا يسمح لأي لاعب بضرب الكرة وهي بين يديه .
 - هـ - يسمح بكتفه إذا خرج من منطقة المرمى .
- ٨ - الإرسال (بدء اللعب في أي من الفترتين أو استئنافه عقب الإصابة) :

يبدأ اللعب بعد ضرب الكرة وليس من صفارة الحكم .
فالواجب إذن عدم التحرك إلا بعد أن تضرب فعلاً .

٩ - خروج الكرة عن الخطوط :

لا يتوقف اللعب إلا إذا عبرت الكرة بأكملها الخط إلى خارج الملعب سواء على الأرض أم على الهواء . أما إذا كانت تتدحرج على الخط فإنها تعتبر داخله .

١٠ - التسلل : لا يجازى اللاعب به :

- أ - إلا في الجملة التي يكتسب بموقفه فائدة ما .
- ب - إذا كان متدخلاً في اللعب أو حاجباً الكرة عن حارس المرمى .

ب - في حالات ضربات الركن أو المرمى أو الرميات الجانبية أو إذا وجد اللاعب في نصف ملعبه أو كان بينه وبين خط مرمى الفريق الآخر لاعبان أو أكثر من المنافسين .

ج - إذا كان وراء الكرة بالنسبة لخط مرمى الفريق الآخر .

د - إذا جامته الكرة عن طريق أحد منافسيه .

١١ - خطأرة اللعب :

أ - الوثب على المنافس خطر ولا يمكن إلا أن يكون بتعمد .

ب - يسمح بالكتف النظيف .

١٢ - ضربة الجزاء :

أ - يقف حارس المرمى على خط المرمى بين القائمين ولا يحرك قدميه إلا بعد ضرب الكرة .

ب - يجوز لباقي اللاعبين الوقوف في أى مكان بالملعب خارج منطقة الجزاء وعلى بعد أكثر من ١٠ ياردات من الكرة .

ج - يجب أن تضرب الكرة للأمام وأن ينتظر الضارب إشارة الحكم .

د - ليس للضارب أن يلعب الكرة ثانية إذا ارتدت من العارضة ولكن له ذلك إذا ارتدت من حارس المرمى .

هـ - لا يجوز للاعب ما أن يندفع من خارج منطقة الجزاء لداخلها إلا بعد ضرب الكرة .

وإنه إذا خالف الفريق المدافع ذلك ونجست الإصابة رغمًا
عن ذلك فإنها تحتسب . أما إذا كانت المخالفة عن طريق الفريق
المهاجم فإن ضربة الجزاء تعاد في حالة نجاح الإصابة .

وأخيرا اعلم أن كل لاعب يطرد من الملعب يرفع أمره إلى
الجهات المهمة على اللعبة وفي الغالب يعاقب بالإيقاف وقد يصل
الأمر إلى شطبه نهائيا من اللعب في مسابقاتها .
وبدراساتك المستمرة لقرانين اللعبة والسؤال عن كل ما
يعن لك فيها تسير في الطريق السليم الذي يؤدي بك إلى التقدم فإن
ذلك يبعد عنك الشك في قرارات الحكم ويجعل كل همك التفرغ
إلى اللعب أثناء سيره . وهذا هو الذي يجعل منك رياضيا حقا
سواء في لعبه أم في خلقه وتصرفاته .

سلسلة

الالعاب الرياضية الجديدة

يظن البعض أن مقياس التقدم الرياضي للاسم هو ما يفوز به نفر قليل من أفرادها من بطولات عالمية... ولكن المقياس الحقيقي لهذا التقدم يجب أن يكون مبنياً على أساس عدد من يمارس الرياضة وكثرتهم حتى ولو لم يكن بين هذا العدد ولا بطل واحد...

وبلادنا قد تفشت فيها الأمية الرياضية بشكل يفوق كل داء عضال أصيبت به... فأمامنا جهاد طويل للقضاء عليها خاصة وأولى الأمر منا يعتقدون أن الرياضة لها وعيب لا قيمة له وفاتهم ما لها من مزايا خلقية وجسمية و عقلية وغاب عنهم ما تبدله الأسم من جهود في سبيل رفع شأنها وتسهيل ممارستها لكل فرد من أفرادها بإيجاد الملاعب الكافية وبالتأيد المادي والأدبي.

إذن فلا حول لنا إذا تركنا جانباً الاعتماد على تأييد أولى الأمر منا أو على مساعدتهم . معتمدين في جهادنا على أنفسنا .
ولأنه لجهاد عسير يتطلب من كل قادر أن يتكاتف ويتعاون لوضع الأساس اللازمة .

إقتنا نريد أن تكون الرياضة للجميع ونريد الجميع أن يكونوا

رياضيين ...

ولما كان من الصعب على البعض القيام بأنواع معينة من الرياضات لطبيعة تكوينهم ونزعاتهم وقدرتهم فلا بد لنا من تقديم أنواع عديدة حتى يجد كل منا ما يناسبه منها ويلائمه ... وهذا هو النصيب الذي ستساهم به سلسلة كتبنا الألعاب الرياضية الجديدة في هذا الجهد لنشر الرياضة والله ولي التوفيق ؟

وقد صدر منها :

○ كرة السرعة ...

○ كرة اليد ...

○ تنس الطاولة ...

○ كرة السلة ...