

ملخص المهارات الأساسية لكرة القدم وقوانين الملعب بدن 311



تم تحميل هذا الملف من موقع مناهج مملكة البحرين

موقع المناهج ← مناهج مملكة البحرين ← الصف الثالث الثانوي ← بدن ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-04-14 10:10:50

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقاير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
بدن:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث الثانوي



صفحة مناهج مملكة
البحرين على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث الثانوي والمادة بدن في الفصل الثاني

نموذج الإجابة لامتحان نهاية الفصل الثاني

1

امتحان نهاية الفصل الثاني

2

نموذج إجابة لامتحان نهاية الفصل الثاني

3

نموذج امتحان نهاية الفصل الثاني

4

امتحان نهاية الدور الثاني مقرر بدن 311

5

أهم ما ذكر في مقرر بدن 311

مقدمة تاريخية:

• تعتبر كرة القدم رياضة جذابة لها شعبية كبيرة تستهوي الكثيرين ويمكن مزاولتها في أي مكان في الشوارع والأراضي والفضاء والحدائق والأندية طالما تواجدت الكرة.

عام 218م: نشأة كرة القدم في دربي في إنجلترا، حيث لعبها أهل المدينة احتفالاً بفوزهم على كتيبة رومانية غازية حسب المؤرخون "جلوفر" و"فيتزستيفين".

• استقرت كرة القدم في الجزر البريطانية التي يعزلها مضيق المانش عن أوروبا ومضت لفترة طويلة.

القرن 14: انتشار كرة القدم في إنجلترا انتشار النار في الهشيم (انتشاراً واسعاً).

عام 1863م: تأسيس الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم، وأطلق على كرة القدم اسم "Soccer" وتعني كرة القدم.

• بعدها تأسست العديد من الأندية في بريطانيا وأوروبا.

عام 1870م: إقرار قوانين كرة القدم.

بطولة كأس العالم: تتنافس عليها أكثر من 150 دولة وتُقام كل 4 سنوات.

عام 1904م: تأسيس الإتحاد الدولي لكرة القدم "الفيفا FIFA".

• لكل دولة اتحاد كرة قدم مشترك في الإتحاد الدولي لكرة القدم "الفيفا FIFA".

عام 1930م: أول بطولة لكأس العالم في الأرجواي في مدينة مونتفيدو وانتهت بفوز الأرجواي على الأرجنتين 2-4.

كأس العالم 1930م: كان يحمل اسم "جول ريميه" ويزن 4 كجم من الذهب.

عام 2010م: إقامة بطولة كأس العالم في جنوب إفريقيا.

التاريخ	الحدث
عام 218م	نشأة كرة القدم في دربي في إنجلترا.
القرن 14	انتشار كرة القدم في إنجلترا انتشار النار في الهشيم (انتشاراً واسعاً).
عام 1863م	تأسيس الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم، وأطلق على كرة القدم اسم " <u>Soccer</u> " وتعني كرة القدم.
عام 1870م	إقرار قوانين كرة القدم.
عام 1904م	تأسيس الإتحاد الدولي لكرة القدم "الفيفا FIFA".
عام 1930م	أول بطولة لكأس العالم في الأرجواي في مدينة <u>مونتفيدو</u> وانتهت بفوز الأرجواي على الأرجنتين 2-4.
عام 2010م	إقامة بطولة كأس العالم في جنوب إفريقيا.

المهارات الأساسية لكرة القدم

اللعب الجماعي		الخداع (المحاورة)	رمية التماس	ضرب الكرة بالرأس	التصويب	السيطرة على الكرة		الجري بالكرة	التمرير
أنواع طرق اللعب	أنواع اللعب الجماعي	الأنواع			الأنواع	أنواع امتصاص الكرة	أنواع السيطرة على الكرة	الأنواع	الأنواع
1. طريقة	1. اللعب	1. الخداع بالجسم الهجومي			1. التصويب	1. امتصاص	1. السيطرة على	1. الجري بالكرة	1. التمرير
3/3/4	الجماعي				بوجه القدم	الكرة بمشط	الكرة بباطن	بوجه القدم	بباطن القدم
	الهجومي				الأمامي	القدم	القدم	الداخلي	
2. طريقة	2. اللعب	2. الخداع بالكرة الدفاعي			2. التصويب	2. امتصاص	2. السيطرة على	2. الجري بالكرة	2. التمرير
2/4/4	الجماعي				بوجه القدم	الكرة بالصدر	الكرة بوجه	بوجه القدم	الخارجي
	الدفاعي	الخارجي	الخارجي	القدم الخارجي	الخارجي				
3. طريقة	3. اللعب	3. الخداع المركب			3. التصويب	3. امتصاص	3. السيطرة على	3. الجري بالكرة	3. التمرير
2/5/3						بالرأس	الكرة بالفخذ	الكرة بأسفل	بوجه القدم
						القدم	الأمامي		

أولاً: التمرير:

من أكثر المهارات الأساسية استخداماً في كرة القدم وتستخدم بكثرة في المباريات، والفريق الذي يجيد هذه المهارة يستطيع بدرجة كبيرة أداء واجباته الدفاعية والهجومية في الملعب بشكل سليم.

أنواع التمرير:

- 1- التمرير بباطن القدم
- 2- التمرير بوجه القدم الخارجي
- 3- التمرير بوجه القدم الداخلي

التمرير بباطن القدم: أكثر أنواع التمرير شيوعاً ويستخدم في التمريرات القصيرة.

الوصف الحركي للأداء:



1. وضع القدم الثابتة (غير الضاربة) بجانب الكرة وعلى مسافة مناسبة منها، ويشير وجه القدم الأمامي إلى الاتجاه المراد تمرير الكرة إليه مع ثني قليل في ركبة الرجل الثابتة.
2. سحب الرجل الضاربة إلى الخلف بحركة تمهيدية بحيث تشكل القدم زاوية قائمة مع قدم الرجل الثابتة.
3. ضرب الكرة بباطن القدم عند منتصفها.
4. الجذع يميل قليلاً للأمام والذراعان تحفظان اتزان الجسم لحظة ضرب الكرة.
5. متابعة القدم الضاربة للكرة باستمرار توجيهها إلى الأمام.

التمرير بباطن القدم

التمرير بوجه القدم الخارجي: يستخدم للتمريرات الطويلة + التهديف من مسافات بعيدة.

الوصف الحركي للأداء:



- 1- يقوم اللاعب بالاقتراب من الكرة وفي خط مستقيم بحيث توضع القدم الثابتة بجانب الكرة ويشير مشط القدم إلى الاتجاه الذي تمرر إليه الكرة.
- 2- وتؤرجع الرجل الضاربة للخلف والأمام لضرب الكرة بالوجه الخارجي للقدم عند منتصفها.
- 3- هذا وتستمر الرجل الضاربة للكرة في اتجاهها إلى الأمام بعد ضرب الكرة، على أن يقع النظر على الكرة لحظة ضربها.

التمرير بوجه القدم الخارجي

التمرير بوجه القدم الداخلي: تستخدم لحالات لعب الكرات العالية، يتميز بأدائها وإتقانها لاعبو الأجنحة ويمكن استخدامها في الركلات الركنية.

الوصف الحركي للأداء:

يراعى الالتزام بجميع ما ورد، غير أن وجه الاختلاف ينحصر في تعديل وضع القدم بحيث يكون التمرير بوجه القدم الداخلي، هذا مع ضرورة الاحتفاظ بالتوازن وتعديل وضع حركة مفصل القدم حيث يكون اتجاهه إلى الخارج.



ثانياً: الجري بالكرة:

من أهم المبادئ الأساسية التي يجب الاهتمام بها نظراً لممارستها من قبل جميع اللاعبين.

أنواع الجري:

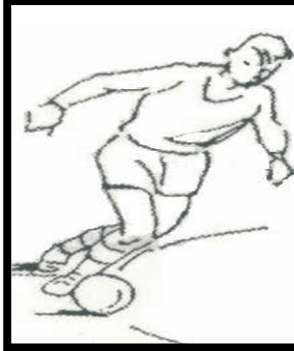
- 1- الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي
- 2- الجري بالكرة بوجه القدم الخارجي
- 3- الجري بالكرة بوجه القدم الأمامي

الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي:



الوصف الحركي للأداء:

- 1- ربط العلاقة بين سرعة جري اللاعب وتحكمه في الكرة خلال الجري بها.
- 2- يفضل ملامسة مقدمة القدم للكرة في نقطة أعلى من وسط الكرة بقليل حتى لا ترتفع عن الأرض عند لمسها.
- 3- رفع النظر عن الكرة بعد لعبها مباشرة والنظر للملعب والزميل ثم معاودة النظر للكرة كي لا تخرج عن سيطرة اللاعب.
- 4- عدم دفع الكرة إلى الأمام لمسافة بعيدة كي لا تتحرف ويفقد اللاعب السيطرة عليها.



الجري بالكرة بوجه القدم الخارجي:

الوصف الحركي للأداء:

- 1- في اللحظة التي تسبق ملامسة وجه القدم الخارجي للكرة، على اللاعب أن يدير (يلف) قدمه باتجاه الرجل الأخرى.
- 2- بعد الانتهاء من ملامسة الكرة بوجه القدم الخارجي، يتابع الجري بصورته العادية الطبيعية.
- 3- على اللاعب أن يوزع نظره بين لحظة وأخرى حتى يستكشف الملعب.



الوصف الحركي للأداء:

- 1- على اللاعب أن يقوم بالجري العادي وباتجاه الكرة.
- 2- يجب أن تلامس القدم الكرة في نهاية الخطوة.
- 3- يجب أن تلامس القدم مقدمة الكرة في نقطة أعلى من مستوى وسط الكرة بقليل حتى لا ترتفع إلى الأعلى.
- 4- يجب أن يرفع اللاعب نظره إلى الأعلى لاستكشاف الملعب بعد كل لمسة للكرة بالقدم تقريبا.
- 5- يجب أن لا تدفع الكرة إلى الأمام لمسافة بعيدة.

الجري بالكرة بوجه القدم الأمامي:



ثالثاً: السيطرة على الكرة:

من المهارات الهامة، لا يمكن للاعب أداء أي مهارة أخرى ما لم يتمكن من إتقان هذه المهارة على أكمل وجه.

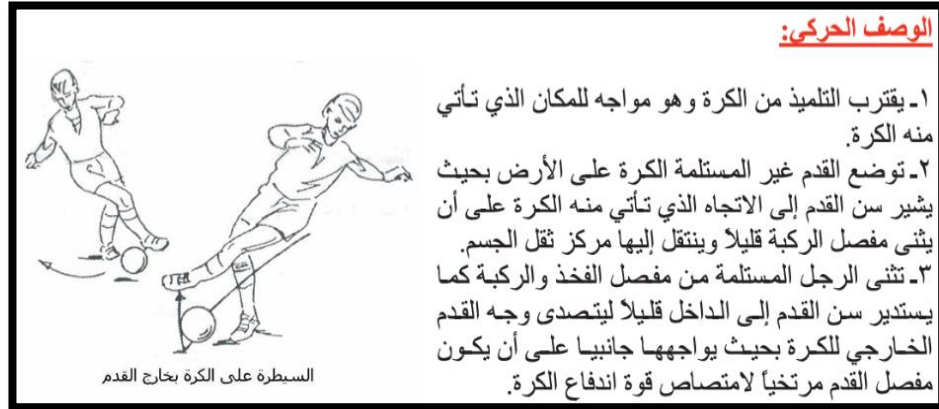
أنواع السيطرة على الكرة:

- 1- السيطرة على الكرة باطن القدم
- 2- السيطرة على الكرة بوجه القدم الخارجي
- 3- السيطرة على الكرة بأسفل القدم

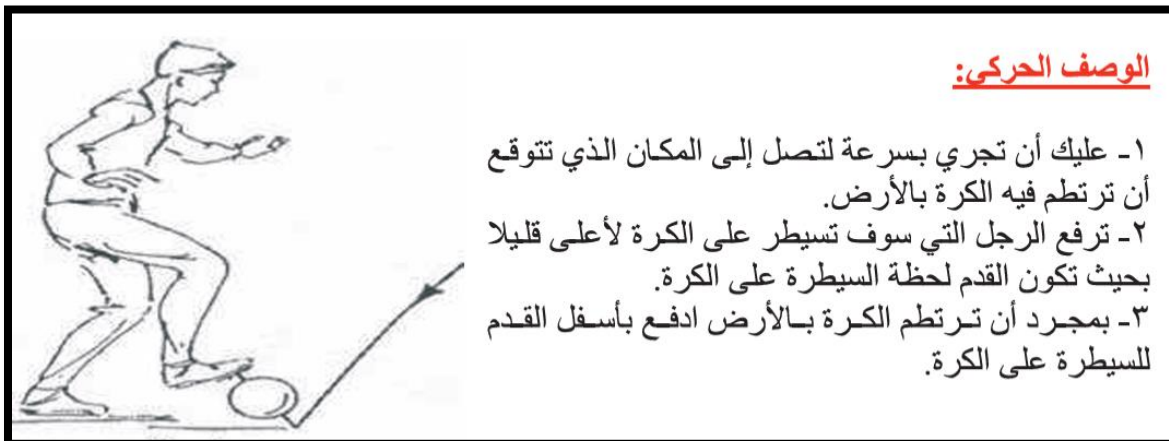
السيطرة على الكرة باطن القدم:



السيطرة على الكرة بوجه القدم الخارجي:



السيطرة على الكرة بأسفل القدم: يستخدم عندما تأتي الكرة إلى اللاعب من الأمام وبدا من حركتها أنها سترتطم بالأرض لترتد عنها عالياً من فوق اللاعب، وعليه فإن اللاعب يحاول أن يكتمها بعد ارتطامها بالأرض مباشرة قبل أن تتخطاه.



أنواع امتصاص الكرة:

- 1- امتصاص الكرة بمشط القدم
- 2- امتصاص الكرة بالصدر
- 3- امتصاص الكرة بالفخذ

امتصاص الكرة بمشط القدم: لا يختلف عن بقية مهارات السيطرة على المهارات، والخلاف ينحصر في الجزء

المستخدم من القدم.



امتصاص الكرة بالصدر: يتكرر بصورة مستمرة في اللعب، ولهذه المهارة أهمية لا يُستغنى عنها.



امتصاص الكرة بالفخذ:



رابعاً: التصويب:

من أهم أساسيات كرة القدم، ولا بد كل لاعب يصل لمرحلة متقدمة من إجادة اللعبة أن يتقن مهارة التصويب من مختلف مناطق الملعب. ويكون بالقدمين أو الرأس لتسجيل أهداف بقوة وعناية في مرمى الفريق المنافس.

أنواع التصويب:

- 1- التصويب بوجه القدم الأمامي
- 2- التصويب بوجه القدم الخارجي
- 3- التصويب بالرأس

التصويب بوجه القدم الأمامي:

يكون بالجزء الممتد من

سن القدم حتى المفصل

وهو الجزء الذي يغطيه رباط الحذاء،

ويعتبر أقوى أنواع التصويب.

الوصف الحركي:

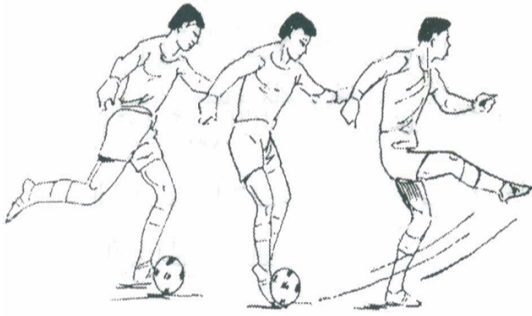
أ- الاقتراب من الكرة في خط مستقيم من مسافة مناسبة.

ب- وضع القدم الثابتة بجانب الكرة و على بعد مسافة مناسبة منها، على أن يشير سن القدم إلى المكان الذي ستوجه إليه الكرة.

ج- أثناء أداء الخطوة السابقة تكون الرجل التي ستقوم بأداء التصويب قد سحبت إلى الخلف من مفصل الفخذ على أن يكون بها انثناء من مفصل الركبة، وفي نفس الوقت يميل الجزء العلوي من الجسم (الرأس و الصدر) إلى الخلف قليلاً.

د- توجيه الرجل الضاربة إلى الأمام على أن يضرب وجه القدم الأمامي منتصف الكرة و هو مدور و مشدود و ثابت في الوقت الذي يندفع فيه الجزء العلوي من الجسم إلى الأمام.

هـ أثناء ضرب الكرة يجب أن تعمل الذراعان على حفظ اتزان الجسم و يكون النظر موجهاً إلى الكرة لحظة ضربها.



التصويب بوجه القدم الأمامي

التصويب بوجه القدم الخارجي:

الوصف الحركي:

1- يمكن أن يكون الاقتراب من إما على خط مستقيم مع المكان المطلوب توصيل الكرة إليه أو بالانحراف للخارج قليلاً.

2- وضع القدم غير الضاربة إلى الخلف قليلاً إلى جانب الكرة وعلى مسافة مناسبة حتى تسمح للقدم الضاربة بحرية الحركة على أن تنته

ركبة الرجل الثابتة من مفصل الركبة قليلاً.

3- يميل الجزء العلوي للجسم قليلاً إلى الأمام وإلى الجانب في اتجاه الرجل الضاربة وتعمل الذراعان على حفظ التوازن.

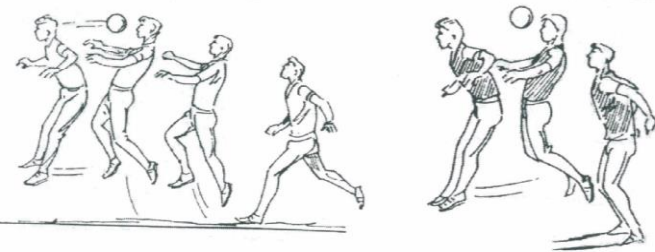


التصويب بوجه القدم الخارجي

التصويب بالرأس: يعتبر السلاح الثاني للاعبين، والعامل الأول عندما تكون الكرة مرتفعة بالنسبة للاعب الدفاع أو الوسط الهجوم. وإجادة هذه المهارة ضرورياً وأساسياً. ويكون بالارتقاء بقدم واحدة أو اثنتين.

الوصف الحركي للأداء:

- 1- ميل الجذع إلى الخلف ثم إلى الأمام لتوليد قوة للتصويب.
- 2- مقابلة الكرة بجبهة الرأس في منتصفها مع فتح العينين.
- 3- متابعة ضرب الكرة مع الهبوط والاحتفاظ بالتوازن.

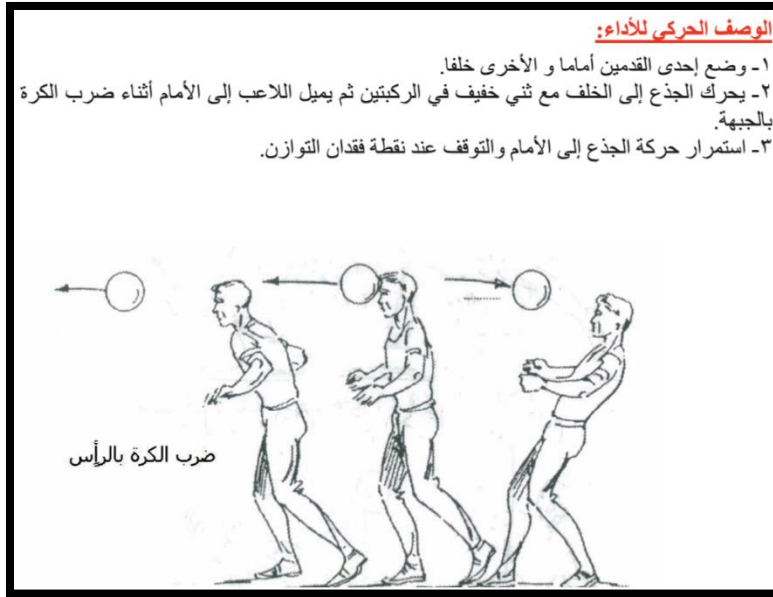


التصويب بالرأس من الارتقاء بقدم واحدة

التصويب بالرأس من الارتقاء بالقدمين

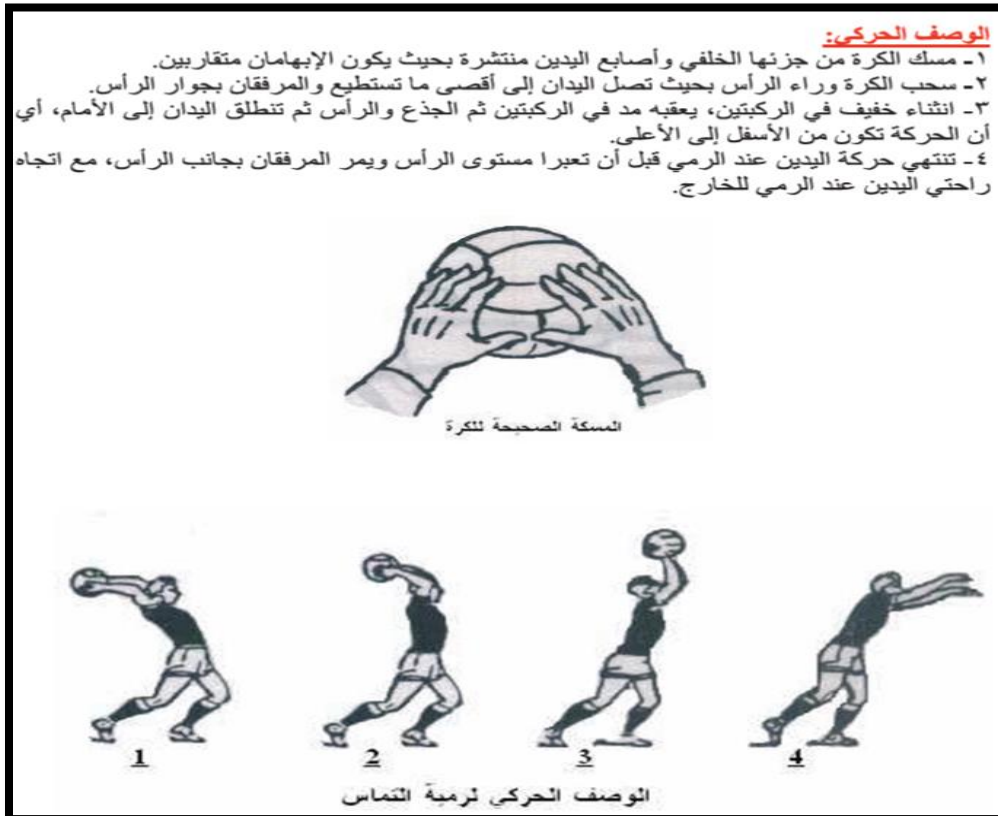
خامساً: ضرب الكرة بالرأس:

من المهارات الأساسية والمهمة، وغالباً تسجل أهدافاً جميلة بمهارة ضرب الكرة برأس وفي المواقف الصعبة، لذلك يقوم اللاعبون من مختلف المراكز الدفاعية بمحاولة قطع الكرات العالية بواسطة الرأس خصوصاً عند تشكل خطراً واضحاً على المرمى.



سادساً: رمية التماس:

لها شأن كبير، يتقن اللاعب هذه المهارة على رميها بالقوة المناسبة لتذهب إلى الزميل المطلوب إيصال الكرة إليه ليتمكن من الاستفادة منها في أداء جمل خطية تنتج عنها أهداف في مرمى الفريق المنافس.



وسيلة تجعل المنافس يتوقع حركة اللاعب المستحوذ على الكرة توقعاً خاطئاً، لتكون استجابة المنافس بالنسبة لحركة اللاعب المستحوذ خاطئة. وذلك يمكّن اللاعب المستحوذ من القيام بالتصرف الخططي بالأسلوب الذي يختاره.



في الخداع، يجب مراعاة ما يلي:

- 1- تغيير سرعة الجري من البطيء إلى السريع أو العكس.
- 2- تغيير اتجاه الجري.
- 3- استخدام ضربات مختلفة كأن يتظاهر اللاعب بضرب الكرة بشدة ثم لا يقوم بذلك أو لا يلمسها أو يعكسها.
- 4- دحرجة الكرة يميناً ويساراً لجعل المنافس في حيرة.

أنواع الخداع:

- 1- الخداع بالجسم
- 2- الخداع بالكرة
- 3- الخداع المركب

الخداع بالجسم: الغاية الأساسية هي الابتعاد عن المنافس أو تحييده قدر الإمكان خصوصاً عندما يكون هذا اللاعب حائزاً الكرة.

الخداع بالكرة: يهدف إلى تظاهر اللاعب المستحوذ على الكرة سيقوم بالمرور من جهة ثم من الجهة الأخرى.

الخداع المركب:

- 1- الخداع بإيقاف الكرة ويتمثل في التظاهر للمنافس بأن اللاعب المستحوذ على الكرة سوف يقوم بإيقافها أسفل القدم ثم ينطلق بها.
- 2- الخداع عن طريق الدوران بالكرة بدائرة أصغر من دائرة دوران المنافس.
- 3- الخداع عن طريق التظاهر بضرب الكرة بوجه القدم وعند الاقتراب من المنافس أداء عكس ذلك، حيث يقوم اللاعب المستحوذ على الكرة بالتظاهر بركل الكرة بوجه القدم، غير أنه يقوم بركلها بوجه القدم الخارجي إلى الجانب عندما يقترب منه المنافس.

خلاصة المهارات واتقانه مهارة أساسية.

أنواع اللعب الجماعي:

- 1- لعب جماعي هجومي
- 2- لعب جماعي دفاعي

اللعب الجماعي الهجومي:

- مهم لما يحدثه من خطر على دفاع الفريق المنافس.
- يتطلب التعاون من جميع أفراد الفريق.
- يعتمد على المحاورة والتصويب والخداع.
- يبدأ بالتمريرات البسيطة ثم المشتركة بين لاعبين 2 أو 3، مثل التمريرة الحائطية التي تعتبر القاعدة الأساسية **لللعب الجماعي.**
- تتطلب الخطط الجماعية تمريرات مناسبة للظروف والمواقف التي تحدث في المباريات.

اللعب الجماعي الدفاعي:

- له أهمية في المحافظة على مرمى الفريق دون تسجيل أهداف من المنافس.
- يساعد الفريق في تنظيم خطط هجومية.

طرق اللعب:

- عدد اللاعبين داخل الملعب: 11 لاعب.
- حارس المرمى: مكانه ثابت عند المرمى في منطقتة.
- اللاعبين العشرة البقية: يتوزعون توزيع مناسب وذلك ما يطلق عليه طريقة اللعب.
- المهاجمين: لاعبون توكل إليهم واجبات هجومية أكثر من الدفاعية.
- المدافعين: لاعبون توكل إليهم واجبات دفاعية أكثر من هجومية.
- لاعبو وسط الملعب: لاعبون تتقارب واجباتهم الهجومية مع الدفاعية.

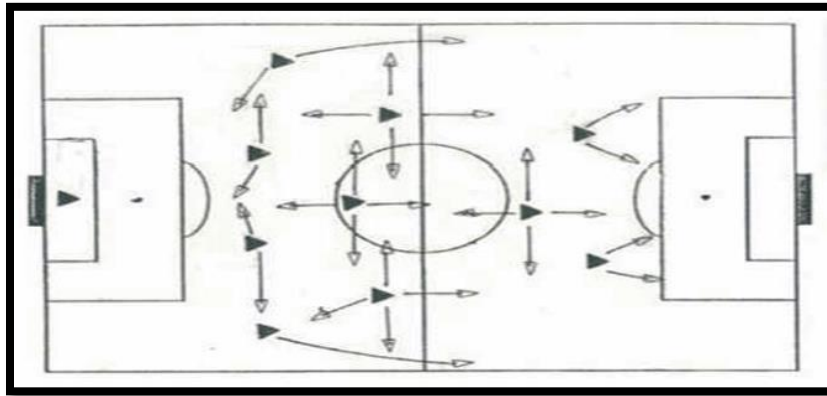
طرق اللعب تنقسم إلى:

طريقة 3/3/4: تتميز بالتوزيع المناسب للاعبين في أجزاء اللعب المختلفة أثناء الهجوم والدفاع، ويكون:

3 مدافعين خلفهم ظهير حر

3 لاعبين وسط

3 مهاجمين

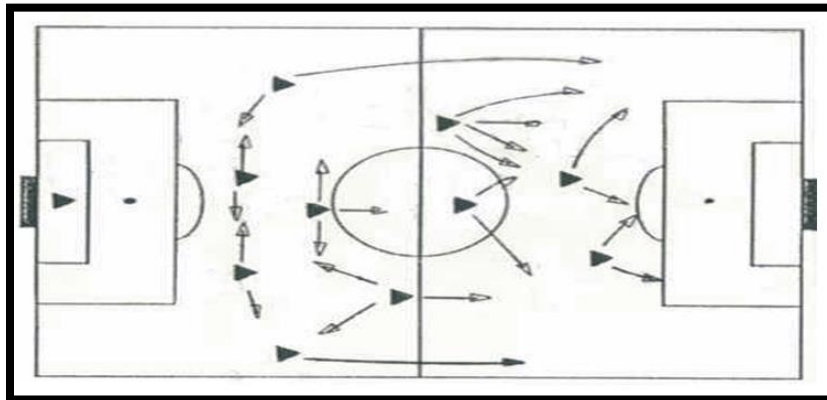


طريقة 2/4/4: لتأمين الشق الدفاعي من اللعب والعمل على تحقيق الزيادة العددية في منطقة وسط الملعب + الإستفادة من المساحات الخالية عند الاستحواذ على الكرة نتيجة سحب المدافعين المنافسين عند الهجوم، ويكون:

3 مدافعين خلفهم ظهير حر

4 لاعبين وسط

2 مهاجمين

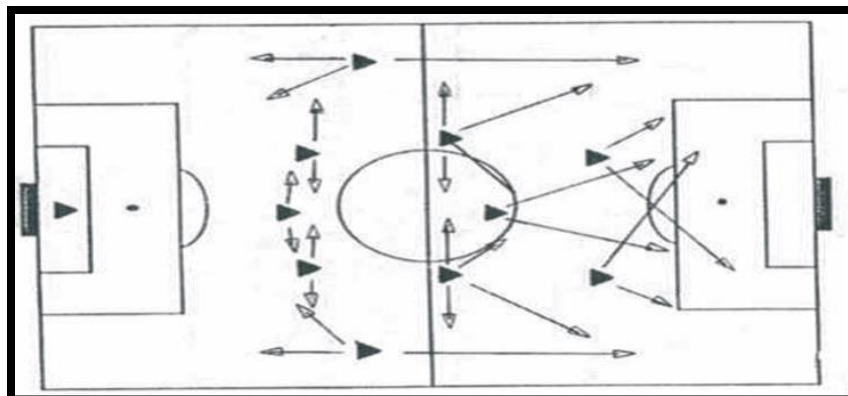


طريقة 2/5/3: أحدث الطرق، ويتم التركيز فيها على الزيادة العددية في منطقة وسط الملعب، وتعتمد أساساً على المفاجأة في الهجوم والانطلاق، من الخلف إلى الأمام، ويكون:

3 مدافعين

5 لاعبين وسط

2 لاعبين في الأمام (مهاجمين)

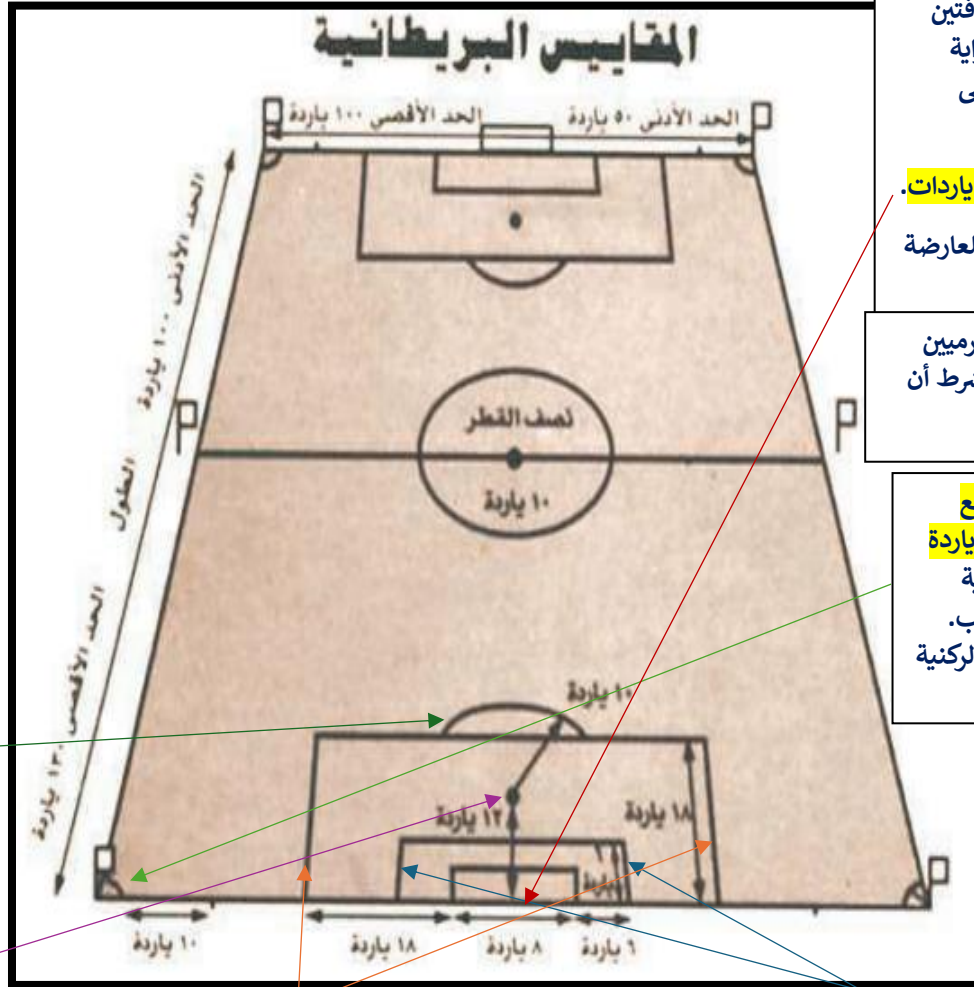


مواد قانون كرة القدم (17 مادة):

المادة (1) ميدان اللعب (الملعب):

أبعاد الملعب في المباريات الدولية		أبعاد الملعب	
الطول الأقصى 120 ياردة	الطول الأدنى 110 ياردة	الطول الأقصى 130 ياردة	الطول الأدنى 100 ياردة
120-110 ياردة		130-100 ياردة	
العرض الأقصى 80 ياردة	العرض الأدنى 70 ياردة	العرض الأقصى 100 ياردة	العرض الأدنى 50 ياردة
80-70 ياردة		100-50 ياردة	

تخطيط الملعب: بخطوط تدخل ضمن مساحة الملعب وعرضها لا يزيد عن 5 بوصة.



المرميان: يتكونا من قائمين رأسيين مثبتين على مسافتين متساويتين من قوائم الراية الركنية ويتصلان من أعلى بواسطة عارضة أفقية.

المسافة بين القائمين 8 ياردات. ارتفاع الحافة السفلية للعارضة عن الأرض 8 أقدام.

يمكن تثبيت شبك المرميين والأرض خلف المرمى بشرط أن لا تعيق حركة الحارس.

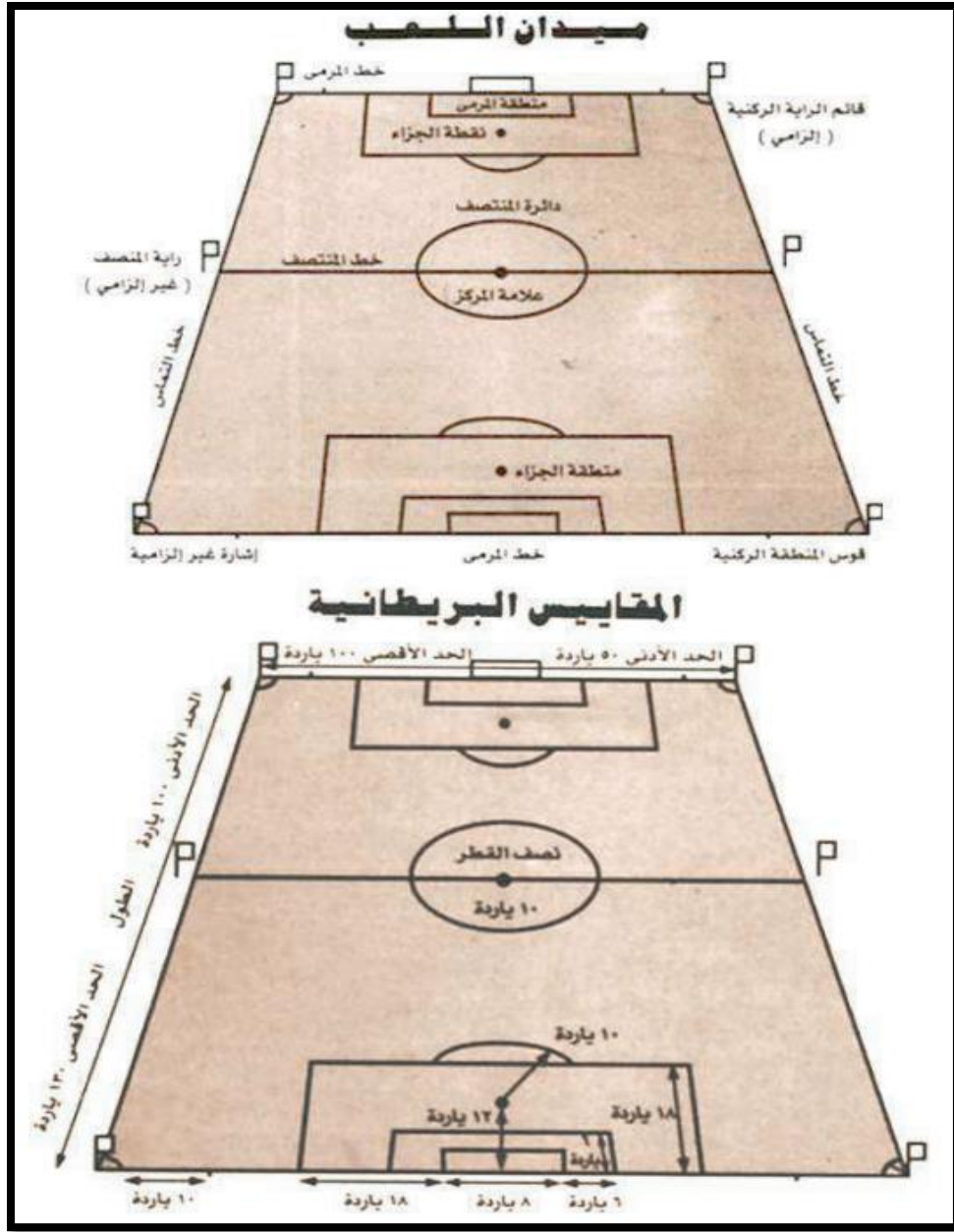
المنطقة الركنية: ربع دائرة نصف قطرها ياردة واحدة من قائم الراية الركنية داخل الملعب. ويوضع قائم الراية الركنية على ارتفاع 5 أقدام.

قوس من دائرة نصف قطرها 10 ياردات من علامة ركلة الجزاء.

توضع علامة الجزاء على مسافة 12 ياردة من منتصف المرمى.

منطقة الجزاء: خطان عموديان بزاوية قائمة على خط المرمى مسافة 18 ياردة من الحافة الداخلية لقائم المرمى ويمتد هذان الخطان داخل ميدان اللعب على مسافة 18 ياردة ويوصلان بخط مواز لخط المرمى.

منطقة المرمى: خطان عموديان بزاوية قائمة على خط المرمى على مسافة 6 ياردة من الحافة الداخلية لقائم المرمى. يمتد الخطان داخل ميدان اللعب على مسافة 6 ياردة ثم يوصلان بخط مواز لخط المرمى.



تكون ضمن مساحة اللعب ولا يزيد عرضها عن 5 بوصة (12 سم).	خطوط الملعب
خطان عموديان على مسافة 6 ياردة تمتد من حافة القائمين الداخلية إلى ميدان اللعب بزواوية قائمة على خط المرمى.	منطقة المرمى
خطان عموديان على مسافة 18 ياردة تمتد من حافة القائمين الداخلية إلى ميدان اللعب بزواوية قائمة على خط المرمى.	منطقة الجزاء
على بعد 12 ياردة من نقطة منتصف المرمى.	علامة الجزاء
يرسم على بعد 10 ياردة من علامة الجزاء.	قوس منطقة الجزاء
ترسم ربع دائرة نصف قطرها ياردة واحدة من قائم الراية الركنية داخل الملعب.	المنطقة الركنية
لا يقل عن 5 أقدام أو 1.5 متر مع رأس غير مدبب	ارتفاع قائم الراية
8 ياردة	المسافة بين القائمين
8 أقدام	ارتفاع العارضة

المادة (2) الكرة	المادة (3) عدد اللاعبين
مصنوعة من: الجلد أو مادة مناسبة محيط الكرة: 27-28 بوصة وزن الكرة: 410-450 جرام عند بدء المباراة ضغط الكرة الجوي: 0.6-0.7	عدد اللاعبين: 11 لكل فريق بما فيهم حارس المرمى لا يمكن بدء المباراة إذا كان عدد اللاعبين في الفريق: أقل من 7 عدد البدلاء: 3-7 عدد التبديلات المسموح في المباريات الرسمية والدولية: 3 تغيير حارس المرمى: يجوز لأي لاعب بشروط معينة وهي: 1- إخطار الحكم قبل إجراء التغيير. 2- التغيير يكون أثناء توقف المباراة.

مادة (4) معدات اللاعبين	مادة (5) الحكم
معدات اللاعبين الأساسية: فانية - سروال (هاف) - جوارب - واقيات الساقين - حذاء	تدار المباراة من قبل حكم له سلطة مطلقة مطبقاً قوانين اللعبة. صلاحيات وواجبات الحكم: 1- تنفيذ مواد قانون اللعبة 2- قيادة المباراة بالتعاون مع حكمين مساعدين + حكم رابع إذا تطلب الأمر.

مادة (6) الحكام المساعدون (مهمتهم خاضعة للحكم)
واجباتهم: 1- متى تكون الكرة بأكملها تجاوزت ميدان اللعب. 2- أي فريق له الحق في ركلة ركنية أو ركلة مرمى أو رمية التماس. 3- متى يعاقب اللاعب عندما يكون في موقف تسلل. 4- عند طلب تبديل. 5- حدوث سلوك سيء أو أي حادثة لم يتمكن الحكم من مشاهدتها. 6- عند ارتكاب مخالفات ويكون الحكمان المساعدان أقرب للحدث. 7- عند تنفيذ ركلة جزاء إذا قام حارس المرمى بالتحرك للأمام قبل ركل الكرة وما اجتازت المرمى.

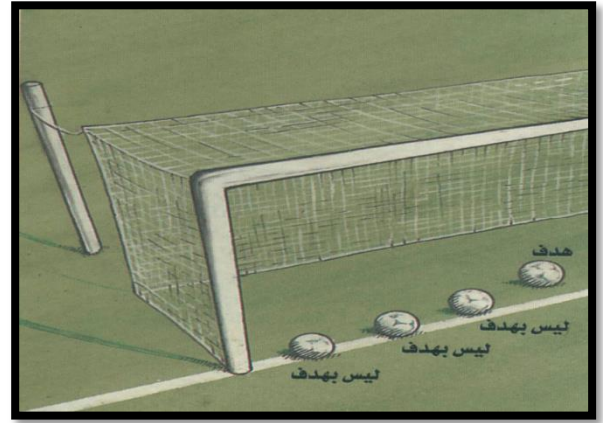
المادة (7) مدة المباراة	المادة (8) ابتداء واستئناف اللعب
فترات اللعب: شوطان متساويان لكل منهما 45 دقيقة. فترة الراحة بين الشوطين: 15 دقيقة على الأكثر. يمكن تعديل فترة الراحة بين الشوطين بموافقة الحكم. الوقت الإضافي: عند التعادل يجوز إضافة شوطين إضافيين مدتهم 15 دقيقة وفي حال استمرار التعادل تحسم النتيجة بركلات الجزاء ترجيحية.	بداية اللعب: قرعة بقطعة نقود معدنية، والفائز له حق اختيار المرمى الذي سيقوم بمهاجمته في الشوط الأول والفريق الآخر له ركلة البداية. يمكن تسجيل هدف مباشرة من ركلة البداية.

المادة (9) الكرة في اللعب وخارج اللعب

الكرة خارج اللعب	الكرة في اللعب
تعتبر الكرة خارج اللعب عند: 1- اجتياز الكرة كاملها خط المرمى أو خط التماس سواء على الأرض أو في الهواء. 2- توقيف الحكم للعب.	تعتبر الكرة في اللعب عند: 1- عند ارتداد الكرة من قائم المرمى أو العارضة أو قائم الراية الركنية وبقيت داخل ميدان اللعب (الملعب). 2- عند ارتداد الكرة من الحكام عندما يكونوا داخل ميدان اللعب (الملعب).

المادة (10) طريقة احتساب الهدف:

يكون احتساب الهدف: عند اجتياز الكرة بالكامل خط المرمى بين القائمين تحت العارضة، ولا يُحسب هدف إذا ارتكب الفريق مخالفة قبل ذلك.



المادة (11) التسلل:

التسلل: إذا كان اللاعب أقرب إلى خط خصمه من الكرة وثاني آخر لاعب من الفريق الخصم.

حالات عدم احتساب حالة التسلل:

- 1- إذا كان اللاعب في نصف ميدان اللعب (الملعب) الخاص بالفريق. (يعني منطقة فريق اللاعب)
- 2- إذا كان اللاعب في مستوى واحد مع لاعب ثاني آخر من الفريق الخصم.
- 3- إذا كان اللاعب في مستوى واحد مع آخر لاعبين اثنين من الفريق الخصم.

حالات مخالفة التسلل: عندما يكون اللاعب في اللحظة التي يلمس فيها الكرة، أو عندما يرى الحكم:

- 1- التداخل في اللعب
- 2- التداخل مع الخصم
- 3- مستفيداً من فرصة وجوده في الموقف

حالات عدم احتساب مخالفة التسلل: لا تعتبر مخالفة إذا استلم اللاعب الكرة مباشرة من:

- 1- ركلة مرمى
- 2- رمية تماس
- 3- ركلة ركنية

المادة (12) الأخطاء وسوء السلوك:

الركلة الحرة المباشرة (فاول)، تُحسب عند:

- 1- ركل أو محاولة ركل الخصم
 - 2- عرقلة أو محاولة عرقلة الخصم
 - 3- القفز على الخصم
 - 4- مكاتفة الخصم
 - 5- ضرب أو محاولة ضرب الخصم
 - 6- دفع الخصم
 - 7- مهاجمة الخصم من أجل استحواذ الكرة والاحتكاك به قبل لمس الكرة
 - 8- مسك الخصم
 - 9- البصق على الخصم
 - 10- لمس الكرة المتعمد اليد (باستثناء حارس المرمى داخل منطقة الجزاء)
- باعتبارهم إهمال وتهور أو إفراط في استخدام القوة.

ركلة الجزاء (بلنني): تُحسب عند ارتكاب خطأ داخل منطقة الجزاء بشرط أن تكون الكرة في اللعب.

الركلة الحرة غير المباشرة (ترجيعة): تُحسب عند ارتكاب حارس المرمى خطأ في منطقة الجزاء (على فريق الحارس) عند:

- 1- السيطرة على الكرة بيديه لأكثر من 6 ثوانٍ في حوزته
- 2- لمس الكرة بيده مرة أخرى بعد إطلاقها من حوزته دون لمس أي لاعب آخر
- 3- لمس الكرة بيديه بعد ركلها إليه عن عمد من قبل زملائه
- 4- لمس الكرة بيديه بعد استلامها مباشرة من رمية تماس من قبل أحد أفراد الفريق

الركلة الحرة غير المباشرة (ترجيعة): تُحسب عند ارتكاب المهاجم خطأ في منطقة الجزاء (على فريق المهاجم) عندما:

- 1- يلعب بطريقة خطيرة
- 2- يعيق تقدم الخصم
- 3- يمنع حارس المرمى من إطلاق الكرة من يديه
- 4- ارتكاب أي مخالفة أخرى لم تذكر في المادة 12

يتم لعب الركلة الحرة المباشرة وغير المباشرة من المكان الذي حدثت فيه المخالفة

مخالفات تستدعي إنذار (بطاقة صفراء)	مخالفات تستدعي طرد (بطاقة حمراء)
ارتكاب اللاعب سلوك غير رياضي	اللعب العنيف
اعتراض اللاعب بالقول أو الفعل	السلوك المشين
إصرار اللاعب على مخالفة القوانين	البصق على الخصم أو أي شخص آخر
تأخير اللاعب استئناف اللعب	حرم الفريق المنافس من هدف أو فرصة باستعمال لمس اليد (لا ينطبق على الحارس في منطقة الجزاء)
عدم مراعاة المسافة المطلوبة عند استئناف اللعب بالكرة الركنية أو الركلة الحرة	ارتكاب خطأ يستوجب ركلة جزاء أو حرة يحرم اللاعب المنافس من فرصة هدف وهو متحرك باتجاه المرمى
دخول اللاعب إلى ميدان اللعب (الملعب) دون إذن الحكم	الألفاظ البذيئة والإشارات العدوانية والمهينة
ترك ميدان اللعب (الملعب) دون إذن الحكم	تلقي إنذار ثاني في المباراة (بطاقتين صفراء = طرد)

المادة (13) الركلات الحرة:

أنواع الركلات الحرة:

- 1- ركلات حرة مباشرة
- 2- ركلات حرة غير مباشرة

- تكون الكرة ثابتة عند لعب الركلات الحرة
- لا يجوز لمنفذ الركلة لمس الكرة مرة أخرى إلا بعد لمسها للاعب آخر.

الركلة الحرة المباشرة:

- يحتسب هدف إذا تم لعب الكرة مباشرة إلى مرمى الفريق المنافس.
- إذا تم لعب الركلة الحرة في اتجاه مرمى نفس الفريق، تُحسب ركلة ركنية لصالح الفريق الخصم.

الركلة الحرة غير المباشرة:

- يعبر عنها الحكم برفع ذراعه فوق رأسه وإبقائها في ذلك الوضع حتى يتم تنفيذ الركلة ويستمر بهذه الإشارة حتى تُلعب الركلة وتلمس ل لاعباً آخر أو تصبح خارج الملعب.

المادة (14) ركلة الجزاء:

- تُمنح ضد الفريق عند ارتكاب مخالفة من أحد المخالفات الـ 10 التي يُعاقب عليها بركلة حرة مباشرة في منطقة الجزاء. (يعني نفس أسباب الركلة الحرة المباشرة (فاول) لكن الفرق أنها تكون في منطقة الجزاء)
- يحتسب هدف إذا تم لعب الكرة مباشرة إلى مرمى المنافس.
- يضاف وقت لركلات الجزاء في نهاية كل شوط أو نهاية الفترات الإضافية.

المادة (16) ركلة المرمى

- طريقة لاستئناف اللعب.
- يُحسب هدف في حال وصول الكرة لمرمى الفريق المنافس (يعني من قول لقول).

المادة (15) رمية التماس

- طريقة لاستئناف اللعب.
 - لا يحسب هدف إذا لعبت الكرة للمرمى مباشرة.
 - يتم منحها عند اجتياز الكرة كاملها خط المرمى أو خط التماس سواء على الأرض أو في الهواء.
- يجب على الرامي:
- 1- مواجهة ميدان اللعب (الملعب).
 - 2- يكون جزء من الأقدام على خط التماس أو خلفه. (يعني تكون على الخط أو وراه)
 - 3- استخدام كلتا اليدين.
 - 4- رمي الكرة من خلف وفوق الرأس.

المادة (17) الركلة الركنية:

- طريقة لاستئناف اللعب.
- يحتسب هدف إذا تم لعب الكرة مباشرة إلى المرمى للفريق الخصم.

قائم الراية:

- لا يقل طوله عن 5 قدم أو 1.5 متر.
- لا يكون رأس قائم الراية مدبب.

وجوده إلزامي

