

**كرة اليد للصغار كجزء من المفردات النظرية لمادة كرة اليد للمرحلة الرابعة -  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى**

المصدر:

ليث ابراهيم جاسم؛ كرة اليد - اساسيات منهجية. جامعة ديالى: المطبعة المركزية  
لجامعة ديالى، ٢٠١٥.

**✻ كرة اليد المصغرة:**

من اجل تسليط الضوء على الفوائد التي يمكن ان توفرها لعبة كرة اليد في تلبية متطلبات الافراد في مختلف مراحلهم العمرية بما تتضمنه من مميزات ممتعة ومفيدة لصحتهم الجسمية والنفسية، وتماشياً مع واقع البنية التحتية للمنشآت الرياضية في بلدنا ومن بينها مراكز الشباب والمدارس، نضع بين يدي طلبة الكلية في تخصص التربية الرياضية والذين من المؤمل ان يعملون في المجال الرياضي التربوي ابتداء من التطبيق لطالب الكلية كأول ممارسة ميدانية لتخصصه التربوي في المجال الرياضي او بعد التخرج في عملهم معلمين او مدرسين او مدربين للتلاميذ والفرق الرياضية ضمن كادر وزارة الشباب، نقدم لهم مختصر مبسط من الاطر والقواعد الفنية والقانونية للعب الصغار لعبة كرة اليد انسجاماً مع سعي الاتحاد الدولي ووزارة الشباب في بلدنا في نشر اللعبة فضلاً عن فوائد الانتظام المبكر للأفراد في هذه اللعبة المحببة، اذ انه في لعبة كرة اليد كلعبة منظمة لا بد ان تبدأ ممارستها للصغار في سن مبكرة من ٨- ١٠ سنوات حتى يصبح عندنا لاعبين متخصصين في اللعبة يتمتعون بمهارات فنية وخططية على اعلى مستوى من خلال زيادة العمر التدريبي للاعبين والذي يمكن الوصول اليه عن طريق البداية المبكرة من عمر الخمس الى الست سنوات تلبية لدوافع اللعب لديهم وخدمة للعبة كرة اليد.

ويجب فهم كرة اليد المصغرة أو كرة يد الأطفال على أنها فلسفة مضمونها هو لعب الأطفال بالكرة. هذه الفلسفة يجب أن تضع في حساباتها غريزة اللعب لدى الأطفال أي أنها تتضمن المرح والسعادة والمعايشة من ناحية ولكن أيضاً من الناحية الأخرى تحتوي على الأساليب المنهجية التعليمية لتدريس الرياضة في سن المدرسة

الابتدائية ومراكز الشباب لرعاية المواهب الرياضية. لذلك فإننا نرى أن كرة اليد المصغرة تصلح للمدرسة وكذلك لأندية كرة اليد وأيضاً بشكل خاص للمهرجانات الرياضية والمعسكرات. فكرة اليد هي لعبة تجذب انتباه الاطفال لما تتميز به من سرعة وقوة وجدية في الاداء الى جانب تسجيل عدد كبير من الاهداف مما يشجعهم على الاشتراك في لعبها ومزاولتها. وفيه يتم توجيه النشاط للأولاد البنات في سن مبكرة إلى اللعب والتمرين في شكل لعب ونقل الأهداف التعليمية الاجتماعية المؤثرة. وهذا يعني نقل خبرة الحركة وتعليم المهارات الخاصة باللعبة فضلاً عن السرعة والتنسيق الحركيين وهذا على نفس الدرجة من الأهمية مثل تطوير أساليب سلوكية معينة في اللعب كروح الفريق واللعب النظيف.

ويسعى الاتحاد الدولي لنشر اللعبة زيادة عدد الممارسين الصغار منها لما تتميز به هذه المرحلة السنية من خصائص مميزة حيث يسهل تقليد الاداء المهاري وتثبيته بصورة جيدة، وكذلك اكتساب العادات الخلقية والتربوية والتي يستمر اثرها مع اللاعب طوال فترة حياته الرياضية، وبذلك يعمل على خلق جيل جديد من اللاعبين متكامل من الناحية الفنية والخلقية بما يؤدي في النهاية الى الارتقاء بالمستوى المهارى والخططي والخلقي وبالتالي الوصول الى اعلى المستويات الرياضية. و يجب على كل حال وضع اللعب والممارسة في الصدارة بينما توضع النتائج والفوز في الخلفية حيث أن كرة اليد المصغرة ليست مثل كرة يد الكبار فلا ينبغي أن يكون هناك تمرين وتكتيك وإنما قواعد بسيطة تساعد الأطفال على اللعب بالكرة.

### ❁ اهداف كرة اليد المصغرة:

تعد اهداف كرة اليد المصغرة الامتداد الطبيعي لاهداف ممارسة الرياضة بالعموم ولعبة كرة اليد كنتيجة مرجوة من ممارستها للأفراد والمجتمع الا ان لها خصوصيات في اهدافها تختلف فيها عن اهداف ممارسة كرة اليد للكبار يمكن ان نلخصها بالتالي:

(١) اشتراك اكبر عدد ممكن من اللاعبين واللاعبات في مزاولة هذا النوع من النشاط (زيادة قاعدة الممارسة).

(٢) استغلال طاقة الاطفال في هذه المرحلة السنية التي تتميز بزيادة الطاقة بما يفيدهم بدنيا وصحيا واجتماعيا وتربويا.

- ٣) تكوين علاقة بين المبتدئ واللعبة مبكرا.
- ٤) تكوين علاقات اجتماعية بين المبتدئين.
- ٥) تنمية دافعية التدريب لدى الاطفال.
- ٦) تنمية الاحساس الحركي بالمكان.
- ٧) تهيئة المبتدئ بدنيا وعصبيا للدخول في مراحل التعلم التالية.

وعلى ذلك وجب على المدرب ان يضع في الحسبان من خلال الاشراف على كرة اليد المصغرة العمل على تنمية النواحي العقلية والاجتماعية للصغار بما يعني:

☆ يجب تحفيز عملية التطوير العقلي للاطفال من خلال تضمين مفاهيم الزمان والمكان (انتهى، تحت، وراء، امام، قف).

☆ يجب تطوير لغة التفاهم للاطفال مع محيطه (مجال ممارسة الرياضة).

☆ يجب ادراك ان الاطفال الصغار يتعلمون من خلال التجارب متمثلة بالتطبيق وليس له تجارب خاصة.

☆ ان الطفل الصغير لا يرى الصلة بين السبب والنتيجة.

☆ يتعلم الطفل من خلال اجزاء الالعاب، خصوصا بالكرات.

☆ ان الصغير يتعلم متى ما قضى وقتاً ممتعاً.

كما على المدرب او المدرس للتربية البدنية والرياضية ان يعلم ان ممارسة كرة اليد المصغرة تعمل على:

☆ تدريب وتسهيل التطوير العقلي للطفل، لذا من الممكن تحسين حالات الادراك لدى الطفل بما يساعده على اتخاذ القرار ويتصرف.

☆ ان المقارنة للتطور العقلي للطفل تؤدي إلى التطوير هوية الطفل. يعني الطفل مدرك ومتفهم لنفسه.

☆ ذلك الوعي والتطور في تدريب وخلال المعلم او المدرب تؤدي الى تطور الثقة بالنفس والتحكم بجسمه.

- ☆ الإدراك ووعي الطفل بجسمه يمكن أن يطور خلال الاتزان والتناسق والتكيف لظروف التمارين أي يمكن ان يحل المشكلة باستخدام جسمه.
- ☆ المدربون يجب عليهم الأخذ بنظر الاعتبار التنمية الاجتماعية للطفل من خلال الممارسة الرياضية. يعني قدرته على ممارسة اللعب سوية مع الاطفال الآخرين.

### ✿ المبادئ الأساسية لكرة اليد المصغرة:

لاشك ان أي ممارسة رياضية منظمة لابد ان تحتوي على ضوابط عامة متمثلة بمبادئ تساعد في تحقيق الاهداف الموضوعية، ومن المؤكد ان تلك المبادئ ينبغي ان تتماشى مع طبيعة البيئة والفرد وفي لعبة كرة اليد المصغرة يمكن التعرض الى ملامح تلك المبادئ بالنقاط التالية:

☆ ليس متفق عليه أن تكون اللعبة لعبة موحدة بمعنى أنه يجب أن تكون لكل دولة قواعدها الخاصة بها حسب إمكانياتها والشروط الخاصة بها لممارسة لعبة كرة اليد المصغرة وتشجيعها (وطبعا حسب الامكانيات المتوفرة من ساحات وادوات).

☆ ينبغي أن تكون كرة اليد المصغرة عبارة عن حركة وتشجيع على اللعب وممارسة الرياضة للصغار.

☆ الجنس: يمكن في هذه المراحل السنية ان يلعب الأولاد والبنات في فرق مختلطة لقلة الفوارق في الصفات الحركية والجسمية بينهم في المراحل المبكرة (قبل مرحلة المراهقة).

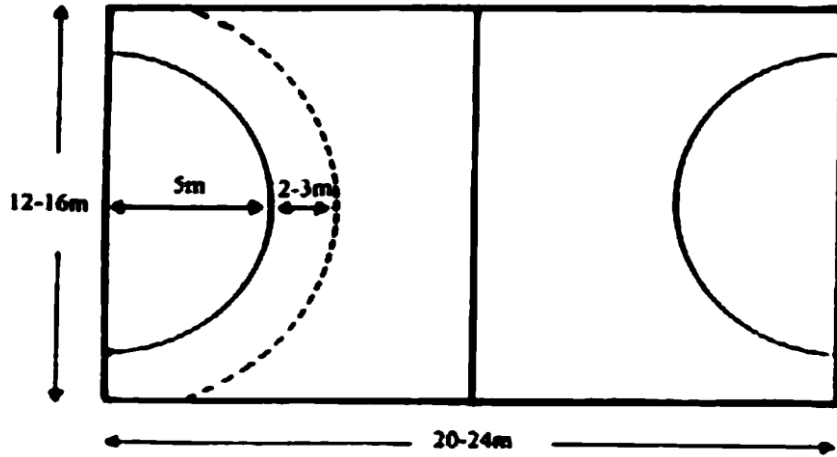
☆ السن: من سن ست سنوات وحتى عشر سنوات أو حتى أكبر بسنة.

☆ عدد اللاعبين: ٤ لاعبين في الملعب + حارس مرمى

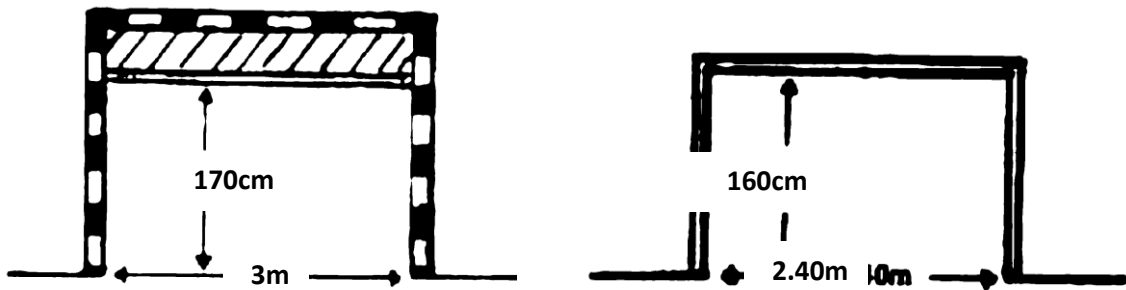
☆ مدة المباراة: تحدد حسب السن.

☆ الكرة: صالحة للأطفال (ملونة)؛ مرنة؛ ليست ثقيلة؛ مطاطية سهلة الطبطبة؛ سهلة الإمساك والتحكم وخشنة السطح إن أمكن ومحيطها من ٤٤ إلى ٤٩ سنتيمتر (لتناسب ايدي الصغار).

☆ الملعب: مصغر بعرض ١٢ الى ١٦ مترو طول ٢٠ الى ٢٤ متر (مثلاً ٢٠ × ١٣ متر)  
 لتكون بحجم ثلث الملعب الكبير (ملعب كرة اليد الرسمي)، وهذا مناسب  
 لاغلب ساحات اللعب في المدارس او المراكز الشبابية.  
 ☆ محيط منطقة المرمى: نصف دائرة نصف قطرها ٥ أمتار من منتصف المرمى.



☆ المرمى: مصغر ٢,٤٠ × ١,٦٠ متر أو ٣ × ١,٧٠ متر.



### 🌸 الملاحظات الواجب مراعاتها في تدريب كرة اليد المصغرة :

- (١) استخدام الالعاب الصغيرة التي تعتمد على اللقف والرمي بقواعد مبسطة.
- (٢) تعليم المهارات البسيطة في الاستلام والمناولة والتصويب.
- (٣) الابتعاد عن المهارات العالية كالتصويب بالوثب العالي او التصويب مع الطيران والسقوط.
- (٤) التدريبات التطبيقية تكون سهلة بعيدا عن الاداء المركب.
- (٥) استغلال عنصر السرعة بتدريبات الهجوم الخاطف مع المناولة القصير.

- ٦) عدم التقيد بخطة جماعية بل يترك اللعب الهجومي حر بالمهارات الفردية.
- ٧) استخدام الدفاع فرد لفرد معظم الوقت.
- ٨) يمر الصغار على مراكز اللعب المختلفة (لاعب/حارس مرمى).

### 🌸 **دور مدرس التربية الرياضية (المدرّب) في تعليم الصغار والمبتدئين:**

يجب على المدرس او المدرّب اتباع اسلوب خاص في تعليم وتدريب الفرق الصغيرة من خلال خبرته ومعافه التي استقاها من دراسته الجامعية او خبرته في ممارسة اللعبة ممزوجةً في فن التعامل مع هذه المرحلة ويكون ذلك من خلال التركيز على جانين اساسيين هما:

اولاً: ممارسة الصغار المباريات التعليمية.  
ثانياً: ممارسة الصغار تدريبات الاحساس بالحيز المكاني.

#### **اولاً: ممارسة الصغار المباريات التعليمية:**

- ١) يبدأ المدرّب بتعليم المبتدئ اللعبة من خلال ممارسة المباريات التعليمية، على ملعب مصغر مع استخدام مجموعة قليلة من قواعد اللعبة الاساسية مثل قاعدة الثلاث الخطوات، التصويب من خارج منطقة المرمى.
- ٢) يضع المدرّب بعض القوانين الاستثنائية كضوابط لتحقيق متطلبات فنية في اسلوب الاداء.

#### **ثانياً: ممارسة الصغار تدريبات الاحساس بالحيز المكاني:**

- وتمارس هذه التدريبات على مراحل وذلك على النحو التالي:
- ١) مرحلة التحرك الشامل (بان يكون الهدف من هذه المرحلة هو التحرك بفاعلية لتحقيق دافع اللعب دون التركيز على ضوابط قانونية محددة للعبة).
  - ٢) مرحلة التحرك الدقيق ( بان يكون الهدف من هذه المرحلة اضافة الى الهدف السابق تحرك الصغير بما ينسجم مع متطلبات كرة اليد المصغرة الفنية والقانونية).

- ٣) مرحلة التحرك الدفاعي ( بالتركيز اضافة الى الاهداف سابقة الذكر على الشروط الفنية والقانونية للتحركات الدفاعية لكرة اليد المصغرة).
- ٤) مرحلة التدريبات الجماعية على شكل العاب منظمة والعب صغيرة ومسابقات وتتابعات(مع الارتباط بالتحركات الهجومية).
- ٥) مرحلة التدريبات الموقفية على العاب منظمة والعب صغيرة ومسابقات وتتابعات(مع الارتباط بالتحركات الهجومية).
- ٦) مرحلة التدريبات الموقفية على شكل العاب منظمة والعب صغيرة (المرتبطة بالتحركات الدفاعية).

### ❁ القواعد الاستثنائية لكرة اليد المصغرة:

يجب على المدرس او المدرب ان يضع قواعد خاصة للعب كرة اليد المصغرة للصغار شريطة مراعاة التدرج في عدد ومستوى تلك القواعد حتى لاتمنع الهدف الاساسي في لعب الصغار الا وهو الاحساس بالاستمتاع في ممارسة اللعبة ومعلوم ان القواعد والضوابط تقيد التحركات التي تقوم بها الصغير للاستمتاع، وعموما يمكن للمدرب ان يميز بين مستويين لتلك القواعد على اساس الصغار المبتدئين والذين مارسوا كرة اليد المصغرة او يمكن ان يقسم المستويين على اساس المرحلة السنية ليشمل المستوى الاول الصغار تحت ١٠ سنوات وفوقها للمستوى الثاني. وهنا لابد من الاشارة الى ان واقع مستوى الافراد الممارسين من الصغار هو ما يجب ان يخضع لتقييم المدرب. فعلى سبيل المثال لا الحصر يمكن للمدرب ان يضع القواعد البسيطة التالية عند لعب كرة اليد المصغرة:

المستوى الاول: للصغار المبتدئين او تحت (١٠ - ١١ سنة):

يمكن للمدرب ان يضع القواعد التالية للصغار والمبتدئين نلخصها على اساس الهجوم والدفاع:

أ) في الهجوم:

☆ يسمح للاعب بمناولة الكرة حادة (مباشرة) في خط مستقيم .

☆ ويسمح فقط لحارس المرمى بمناولة كرة مقوسة من داخل منطقة المرمى بشرط عبورها خط المنتصف وان تصل الى مهاجم منفرد.

الجزء: رمية حرة

☆ يسمح للاعب بالاحتفاظ بالكرة لمدة ثانية واحدة وهي في حالة الثبات.

الجزء: رمية حرة.

☆ لا يسمح للاعب بطبطة الكرة ويستثنى من ذلك حاله انفراد المهاجم.

الجزء: رمية حرة

☆ يسمح للاعب المهاجم بطبطة الكرة مرة واحدة فقط في حالة تنفيذه لحركة خداع يعبر بعدها لجسم المدافع.

(ب) في الدفاع:

☆ يتحتم على المدافعين الدفاع بنظام الملازمة فقط (رجل لرجل) على ان يبدأ الدفاع في نصف الملعب الخلفي للفريق بعد كل عملية ارسال ويمكن للمدافعين القيام بعملية الدفاع في اي مكان من الملعب عند استمرار حالة اللعب.

☆ يجب على الحكم ان يواجه اللاعبين نحو القيام بعملية الدفاع بالملازمة وبعد عملية التوجيه تبدأ الجزاءات على النحو التالي:

الانذار الاول.

الانذار الثاني.

احتساب الفريق منهزما.

(ج) حراسة المرمى:

يسمح لاي لاعب بالقيام بحراسة المرمى لاي عدد من المرات وفي اي وقت من المباراة بشرط اختلاف لون ملابسه عن ملابس الفريق وبشرط دخول الملعب بالطريقة القانونية.

(د) نظام الايقاف:



في حالة قيام اللاعب بخطأ يستحق عليه الايقاف يعاقب بالايقاف لمدة دقيقة واحدة على ان يحل محله لاعب اخر لضمان سير الدفاع بالملازمة.  
وفي حالة قيام لاعب من نفس الفريق بخطأ يستحق عليه الايقاف اثناء مدة ايقاف زميلة يعاقب الفريق برمية جزاء.

#### هـ) نظام المباراة:

تتكون المباراة من اربعة اشواط على ان يتم تغيير نصفي الملعب بعد الشوط الثاني بعد فترة راحة مدتها ٥ ق لكل شوط ٦ ق.  
يسمح لسته لاعبين فقط بالتسجيل في كل شوط، يلعب منهم خمسة لاعبين فقط ويجلس اللاعب السادس في مقعد البدلاء.  
لايسمح للاعبين المسجلين في احد الاشواط بتسجيل اسمائهم في الشوط التالي (وبهذا يكون الحد الادنى لعدد اللاعبين المسجلين في ورقة التسجيل ١٢ لاعب والحد الاقصى ٢٤ لاعب).  
يجب ان يسجل جميع اللاعبين في ورقة التسجيل قبل بداية المباراة.

#### و) نظام اللاعبين:

في حالة عدم تكملة عدد عشرة لاعبين للتسجيل على شوطين يسمح بتسجيل عدد ستة لاعبين في احد الاشواط على ان تحتسب نتيجة الشوط الغير مسجل فيه افراد الفريق منهزما (٤/صفر).

#### ي) الملعب والمرمى ومنطقة المرمى:

الملعب: مستطيل طوله ٢٠ م وعرضه ١٢ م  
المرمى: ارتفاعه متر ونصف، والعرض مترين (يقاس من الداخل)  
منطقة المرمى: تحدد منطقة المرمى بخط طوله ٢ م على بعد ٤,٥ م من خط المرمى ويتم توصيل نهايتي هذا الخط بخط المرمى بربع دائرة نصف قطرها ٤,٥ م.

المستوى الثاني : للصغار المتمرسين او المبتدئين فوق ١٠ سنوات:

(أ) في الهجوم: يسمح للاعب بمناولة الكرة الحادة في خط مستقيم.

الجزء: رمية حرة في حالة الكرة المقوسة.

ويستثنى من ذلك حالة الكرة المقوسة من حارس المرمى من داخل منطقة

المرمى (مثل الصغار تحت ١٠ سنوات)

(ب) في الدفاع: يسمح فقط للفريق بالدفاع بنظام الملازمة (مثل الصغار تحت ١٠ سنوات)

(ج) في حراسة المرمى: مثل الصغار تحت ١٠ سنوات.

(د) نظام الاستبعاد: مثل الصغار (تحت ١٠ سنوات).

(هـ) نظام المباراة: تلعب المباراة على شوطين كل شوط ١٥ ق بينهما ٥ ق راحة.

او يمكن للمدرب ان يضع الشروط التي يراها مناسبة للصغار شريطة ان يعتمد مبدأ التدرج في وضع تلك الشروط الاستثنائية فكلما استوعب الصغار مستوى الشروط يمكن للمدرب ان يضع شروطا جديدة او معدلة وصولاً الى تناغم الصغار مع الاشكال الحركية المناسبة للعبة كرة اليد وان لا يغفل ان الهدف الاساسي هو استمتاع الصغار من خلال ممارستهم للعبة كرة اليد المصغرة.

### تعريف الصغار بكرة اليد المصغرة:

على الصغار ان يعرفوا ان كرة اليد المصغرة هي امتداد كرة اليد كلعبة جماهيرية لذا عليهم ان يعرفوا بعض المحددات المبسطة والمعروضة بأسلوب يجذب انتباههم من اجل تفاعلهم واكتسابهم تلك المحددات بسرعة كي يبدأ اللعب والاستمتاع من خلال هذه اللعبة المحببة. على ذلك فاننا سنعرض في هذا الموضوع الجوانب والمحددات البسيطة بأسلوب نحكي فيه ايصالها الى الممارسين من الصغار والتي

يمكن للمدرس او المدرب اعتماده لهذا الغرض عن طريق العبارات المختصرة واللغة المبسطة مضافاً لها بعض الصور الكارتونية، والتي يمكن للمدرس والمدرّب نسخها وتوزيعها على الصغار المهتمين والذين يرغبون بممارسة لعبة كرة اليد المصغرة:



😊 اللاعب الاكبر سنّاً او احد اللاعبين الكبار يقوم بالتحكيم. وسوف نشرح مواد القانون الاكثر اهمية بالنسبة لك. كلما رأيت صورة الحكم فانها تصف مخالفة لقانون اللعبة وعندها يجب على الحكم ان يطلق صافرته.

😊 كرة اليد للصغار ٤+١ هي مباراة كرة اليد للاطفال. ويمكن ان يلعب الاولاد والبنات معاً في فريق واحد. وهدف المباراة هو رمي الكرة داخل مرمى الفريق المنافس لتسجيل هدف، وكذلك منع رمي الكرة في المرمى الخاص أي منع تسجيل هدف.



ويلعب الاطفال في ساحة أصغر من الساحة التي يلعب بها الكبار. ويوجد في الساحة اربعة لاعبين + حارس مرمى لكل فريق، في حين ينتظر اللاعبون الآخرون على مقعد البدلاء حتى يأتي دورهم للمشاركة في اللعب. يستبدل المدرب اللاعبين الذين هم

داخل الملعب باللاعبين الذين هم على مقعد البدلاء على بشكل مستمر، وبهذا نتأكد من ان كل اللاعبين سيشاركون في اللعب. فاذا كنت في الساحة وحصلت على الكرة

....

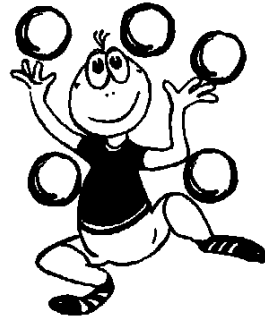
😊 فانه يسمح لك باخذ خطوة او خطوتين او ثلاثة خطوات والكرة في يدك ومن ثم رمي الكرة نحو المرمى او مناولتها للزميل.



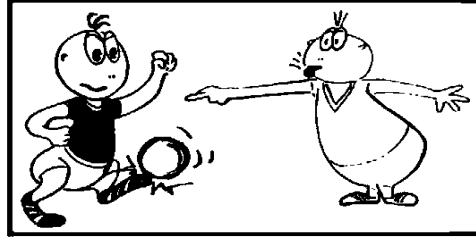
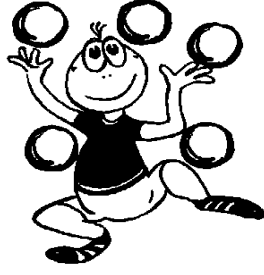
1... 2...  
3... 4... 5...  
6... 7...

😊 ويسمح لك بطبطبة الكرة على الارض لعدد المرات التي تريدها، واذا مسكت الكرة بيدك فانه يسمح لك بمناولة الكرة الى زميلك.

😊 يسمح لك بلعب الكرة باستخدام جسمك من الركبة وحتى الرأس (أي يسمح للاعب اثناء لعب الكرة برمي او مسك او ايقاف او دفع او ضرب الكرة باستخدام اليدين والذراعين والرأس والجذع والفخذين والركبتين).

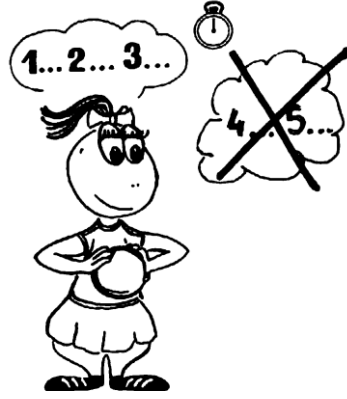


☹ لايسمح للاعب ان يلعب الكرة برجله (أي لايق له لمس الكرة بالقدم او الساق اسفل الركبة).



إذا حصلت على الكرة ....

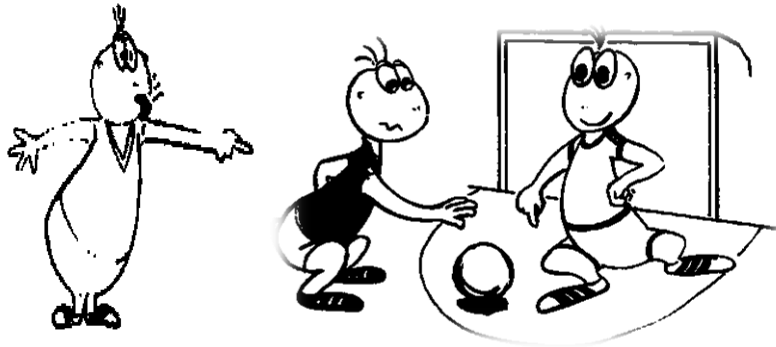
☹️ فإنه لا يسمح لك بمسك الكرة بيدك لأكثر من ٣ ثواني والا فان الحكم سيطلق صافرته.



😊 يسمح لك بطبطقة الكرة على الارض لعدد المرات التي تريدها.

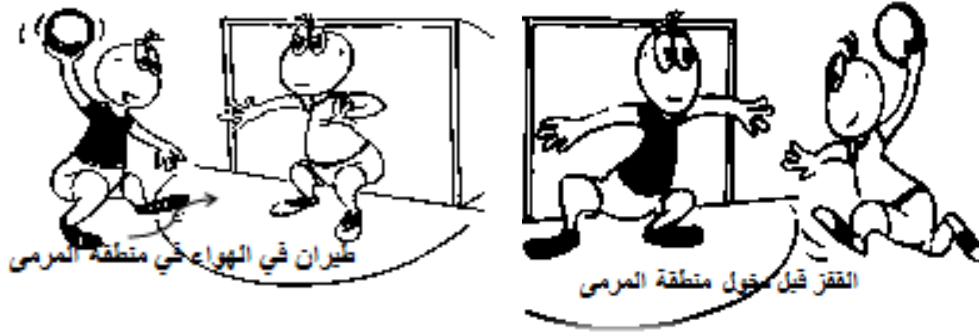
☹️ ولكن عندما تمسك الكرة بيدك فإنه لايسمح لك بطبطقة الكرة مرة ثانية والا فان الحكم سيطلق صافرته.

☹️ لا يسمح لك بطبطقة الكرة داخل منطقة المرمى.



إذا رميت (صوبت) الكرة نحو المرمى...

😊 فانك تستطيع ان تقفز محلقاً (في الهواء) داخل منطقة المرمى والكرة بيدك، وذلك اذا قفزت قبل دخول منطقة المرمى.



☹️ ولا يسمح لك بدخول منطقة المرمى والكرة بيدك، والا فان الحكم سيطلق صافرته.



اذا كنت لاعباً مهاجماً امام المنافس...  
☹️ لا يسمح لك بتوجيه الكرة نحو وجه المنافس، والا فان الحكم سيطلق صافرته.



😊 ويسمح لك بحماية الكرة باستخدام جسمك.

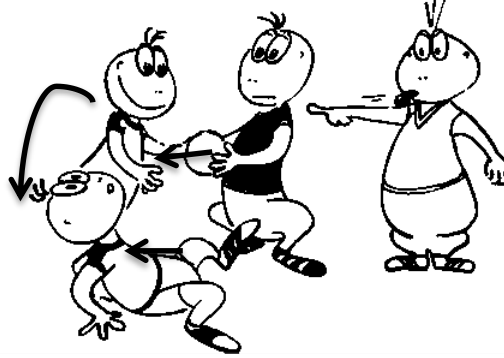


☹️ ولكن لا يسمح لك بالركض والكرة بيدك نحو المنافس، والا فان الحكم سيطلق صافرته.

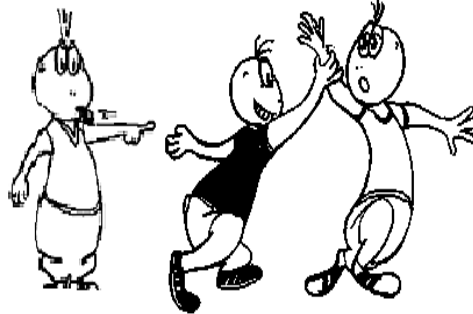


اذا كنت لاعباً مدافعاً...

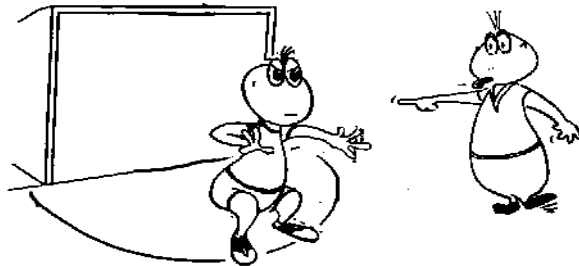
☹️ لا يسمح لك بدفع او مسك منافسك اذا كانت الكرة معه.



☹️ ولا يسمح لك بدفع او مسك منافسك حتى اذا لم تكن الكرة معه.



☹️ ولا يسمح لك بالوقوف في منطقة المرمى او عبورها خلال قيامك بالدفاع.



انت لاعب مدافع جيد...

☹ لا يسمح لك ضرب الكرة لإخراجها من يد المنافس.

☹ لا يسمح لك الإمساك بالكرة وسحبها لإخراجها من يدي المنافس.

☹ لا يسمح لك باعتراض المنافس باستخدام رجلك.



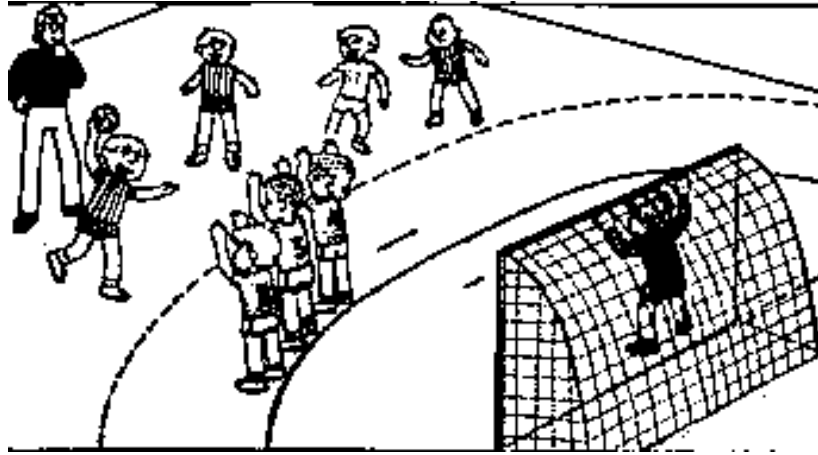
انت لاعب مدافع جيد

😊 حاول دائماً ان تقف بين منافسك وبين مرمائك، وان تمنع منافسك من

رمي الكرة نحو المرمى.

😊 اللعب مع منافسك دائماً بطريقة تتفق مع قانون اللعبة، واذا نجح في

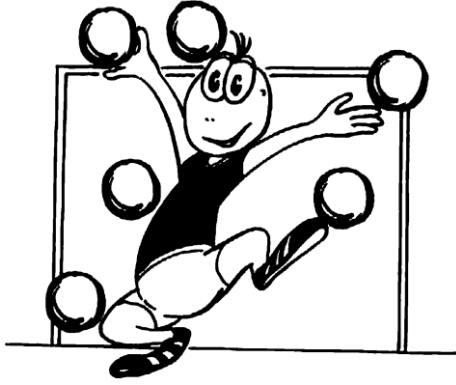
الرمي (التصويب) نحو المرمى فدعه يرمي.





إذا كنت حارس مرمى...

😊 فإنه يسمح لك باستخدام  
كل أجزاء جسمك لصدد  
الكرة.



😊 ويسمح لك بترك منطقة المرمى لمسك الكرة ولعبها للامام.



😊 ويسمح لك بمناولة الكرة  
لأحد زملائك خارج منطقة  
المرمى.

إذا كنت حارس مرمى...

☹ لا يسمح لك بجلب الكرة من خارج منطقة  
المرمى الى داخلها.

☹ لا يسمح لك ايضاً بمسك مناوله من زميلك  
عندما تكون واقفاً داخل منطقة المرمى، والا  
فان الحكم سيطلق صافرته.  
☹ لايسمح لك بترك منطقة المرمى والكرة معك.

