Dr. Mohamed Nageeb

قانون كرة اليد

شرح تسع مواد من قواعد اللعبة

المواد ١ و٢ و٣ و٤ و٥ و٦ و٧ و٩ و١٠

مذكرة مختصرة مبنية على الفيديوهات التعليمية للدكتور محمد نجيب

المادة ٨ خارج هذا الشرح

المحتويات

١ المادة ١: الملعب

٢ المادة ٢: زمن اللعب والإشارة النهائية والوقت المستقطع

٣ المادة ٣: الكرة

٤ المادة ٤: الفريق والبدلاء والأدوات وإصابات اللاعب

٥ المادة ٥: حارس المرمى

٦ المادة ٦: منطقة المرمى

٧ المادة ٧: اللعب السلبي

٩ المادة ٩: تسجيل الأهداف

١٠ المادة ١٠: رمية الإرسال

ملاحظات على الاستخدام

- هذه المذكرة تركز على أهم النقاط وليست نقلًا حرفيًا لكل بنود الكتاب.
- التحديثات المعتمدة في الفيديوهات مطبقة هنا: ثلاثة أوقات مستقطعة للفريق في المادة ٢، و١٦ لاعبًا و٥ إداريين في المادة ٤، وعنوان المادة ٧ «اللعب السلبي» بـ٤ تمريرات، وتحديث دائرة الإرسال في المادة ١٠.
- راجعنا النقاط الجوهرية على قواعد اللعب الرسمية للاتحاد الدولي لكرة اليد، طبعة ١ يوليو ٢٠٢٥.

المرجع: IHF Rules of the Game, Indoor Handball (1 July 2025)
https://www.ihf.info/sites/default/files/2026-10/09A%20-%20Rules%20of%20the%20Game_Indoor%20Handball_E.pdf

المادة ١ الملعب

تحدد المادة الأولى أبعاد ملعب كرة اليد ومرماه وخطوطه، وهي أساس فهم باقي المواد.

الأبعاد ومنطقة الأمان

- الملعب مستطيل طوله ٤٠ مترًا وعرضه ٢٠ مترًا، ويتكون من منطقة اللعب ومنطقتي مرمى.
- الخطان الأطول هما خطا الجانب، والأقصر خطا المرمى. خط المرمى هو الجزء الواقع بين القائمين، وخط المرمى الخارجي على جانبيه.
- يحيط بالملعب منطقة أمان: متر واحد على الأقل على الجانبين ومتران خلف المرمى.
- لا يجوز تغيير خصائص الملعب أثناء اللعب لصالح أحد الفريقين.

المرمى

- يقع المرمى في منتصف كل خط مرمى خارجي، ويجب أن يكون مثبتًا جيدًا.
- قياسه من الداخل: ارتفاع متران وعرض ٣ أمتار. يربط بين القائمين عارضة، وتكون حافتهما الخلفية على استقامة الحافة الخلفية لخط المرمى.
- مقطع القائمين والعارضة مربع ضلعه ٨ سم، ويُدهنان بشريطين لونيهما متباينان فيما بينهما ومع خلفية القاعة.
- يُجهز المرمى بشبكة توقف الكرة، وعمقها حسب إرشادات الاتحاد الدولي: ٩٠ سم من أعلى و١١٠ سم من أسفل.

عرض الخطوط

- كل خطوط الملعب جزء من المنطقة التي تحددها.
- عرض خط المرمى بين القائمين ٨ سم، وعرض باقي الخطوط ٥ سم.
- يجوز الاستعاضة عن الخط الفاصل بين منطقتين متجاورتين باختلاف لون الأرضية بينهما.

منطقة المرمى وخط الـ٦ أمتار

- أمام كل مرمى منطقة مرمى يحدها خط الـ٦ أمتار.
- يتكون الخط من جزء مستقيم طوله ٣ أمتار موازٍ لخط المرمى، وعلى طرفيه ربعا دائرة نصف قطر كل منهما ٦ أمتار، يُقاس من الركن الخلفي الداخلي للقائم، ويصلان الجزء المستقيم بخط المرمى الخارجي.
- يبدأ القياس من الحافة الخلفية لخط المرمى.

خطوط الرمية الحرة والـ٧ أمتار والـ٤ أمتار

- خط الرمية الحرة (٩ أمتار): خط متقطع يبعد ٣ أمتار خارج خط منطقة المرمى، أي ٩ أمتار من خط المرمى. طول كل قطعة ١٥ سم والمسافة بين القطع ١٥ سم.
- خط الـ٧ أمتار (رمية الجزاء): طوله متر واحد أمام المرمى.

- خط الـ٤ أمتار (حد حارس المرمى): طوله ١٥ سم.
- يُقاس الخطان الأخيران من الحافة الخلفية لخط المرمى حتى الحافة الأمامية للخط.

المنتصف والتبديل والطاولة

- يصل خط المنتصف بين منتصفي خطي الجانب، وفي وسطه دائرة رمية البداية قطرها ٤ أمتار، وتكون خطًا أو منطقة بلون مختلف. هي إلزامية في بطولات الاتحاد الدولي ودوريات المحترفين للكبار.
- لكل فريق خط تبديل على خط الجانب، يبعد ٤.٥ متر عن خط المنتصف، وتنتهي بعلامة موازية طولها ١٥ سم داخل الملعب و١٥ سم خارجه.
- طاولة الميقاتي والمسجل أقرب إلى خط الجانب من مقاعد البدلاء، وعلى بعد ٥٠ سم على الأقل من الخط، بحيث يرون خطوط التبديل.
- في النسخة الحالية للقواعد توجد منطقة تدريب: من ٣.٥ متر من خط المنتصف حتى ٨ أمتار من خط المرمى الخارجي.

ملخص المادة

- الملعب ٤٠ × ٢٠ مترًا، ومنطقة الأمان متر على الجانبين ومتران خلف المرمى.
- المرمى ارتفاعه متران وعرضه ٣ أمتار، ومقطع القائمين والعارضة ٨ سم.
- عرض خط المرمى بين القائمين ٨ سم، وعرض باقي الخطوط ٥ سم.
- منطقة المرمى ٦ أمتار، والرمية الحرة متقطعة على ٩ أمتار، والجزاء على ٧ أمتار، وحد الحارس ٤ أمتار.
- دائرة رمية البداية قطرها ٤ أمتار، وخط التبديل يبعد ٤.٥ متر عن المنتصف.

المادة ٢ زمن اللعب والإشارة النهائية والوقت المستقطع

تنظم المادة الثانية مدة المباراة وكيف تنتهي وحالات توقف الوقت.

زمن اللعب

- من عمر ١٦ سنة فما فوق: شوطان، مدة كل شوط ٣٠ دقيقة، وبينهما راحة ١٠ دقائق.
- الناشئون من ١٢ إلى ١٦ سنة: كل شوط ٢٥ دقيقة. ومن ٨ إلى ١٢ سنة: كل شوط ٢٠ دقيقة.
- يبدأ زمن اللعب بصافرة الحكم، وينتهي بالصافرة النهائية الصادرة من الساعة أو الميقاتي، أو بصافرة الحكم إن لم تصدر.

الوقت الإضافي

- إذا انتهت المباراة بالتعادل ووجب تحديد فائز: راحة ٥ دقائق، ثم وقت إضافي من شوطين مدة كل شوط ٥ دقائق، وبينهما راحة دقيقة.
- إذا استمر التعادل يُلعب وقت إضافي ثانٍ بالطريقة نفسها.

رميات الـ٧ أمتار الترجيحية

- إذا قررت قواعد المسابقة اللجوء إلى رميات الـ٧ أمتار: يختار كل فريق خمسة لاعبين، ويرمون بالتبادل.
- يُجري الحكم قرعة، ويختار الفائز بها أن يرمي أولًا أو أخيرًا.
- في الجولة الأولى، إذا حُسمت النتيجة رياضيًا قبل أن يرمي كل فريق خمس رميات فلا يلزم تنفيذ الباقي.
- إذا استمر التعادل يختار كل فريق خمسة لاعبين من جديد، ويتغير الفريق الذي يبدأ في كل جولة. ويُحسم الفوز عند أول فرق في الأهداف بعد أن ينفذ الفريقان العدد نفسه من الرميات.
- لا يشارك اللاعب المعاقب بالإيقاف دقيقتين، ولا المستبعد في نهاية الوقت.

عند الصافرة النهائية

- تُحاسَب أي مخالفة قبل الصافرة النهائية أو معها.
- إذا انطلقت الصافرة أثناء تنفيذ رمية حرة أو رمية ٧ أمتار، أو والكرة في الهواء بعد الرمية، تُعاد الرمية. ولا تُعاد أي تصويبة عادية فقط لأن الصافرة جاءت والكرة في الهواء.
- في الرمية الحرة بعد الصافرة النهائية فقط: يبدل الفريق الرامي لاعبًا واحدًا، ويجوز للمدافع أن يبدل لاعب ميدان بحارس مرمى إن كان يلعب بلا حارس. ويبتعد زملاء الرامي ٣ أمتار، وخارج خط الرمية الحرة للمنافس.
- إذا أطلق الميقاتي الصافرة مبكرًا يُكمَل الوقت المتبقي. وإذا تأخر انتهاء الشوط الأول يُقلَّل الثاني بالقدر نفسه، أما تأخر انتهاء الشوط الثاني فلا تعديل عليه.

الوقت المستقطع

- الوقت المستقطع وقفة في زمن اللعب، وهو إلزامي في أربع حالات: إيقاف دقيقتين أو استبعاد، ووقت مستقطع للفريق، وصافرة من الميقاتي أو المراقب، وتشاور الحكمين.
- صافرة طاولة الميقاتي توقف الساعة فورًا، وأي هدف بعدها يُلغى. لكن العقوبات الشخصية الصادرة قبل التوقف الفعلي تبقى سارية.
- لكل فريق ثلاثة أوقات مستقطعة في المباراة، مدة كل منها دقيقة، بحد أقصى اثنان في كل شوط، وواحد فقط في آخر ٥ دقائق من الوقت الأصلي، ولا شيء في الوقت الإضافي. هذا النظام اختيار للاتحادات وليس الأصل.

ملخص المادة

- كل شوط ٣٠ دقيقة لمن بلغ ١٦ سنة فأكثر، وبينهما راحة ١٠ دقائق.
- إذا لزم فائز بعد التعادل: وقت إضافي من شوطين، كل شوط ٥ دقائق، وبينهما راحة دقيقة. بعده يُحدد الفائز حسب قواعد المسابقة، وقد يكون برميات ٧ أمتار.
- الوقت المستقطع إلزامي في أربع حالات.
- لكل فريق ثلاثة أوقات مستقطعة في الوقت الأصلي، مدة كل منها دقيقة، بحد أقصى اثنان في الشوط.

المعتمد في هذا الشرح: ثلاثة أوقات مستقطعة للفريق في المباراة، بحد أقصى اثنان في أي من الشوطين، بدل وقت واحد في كل شوط.

المادة ٣ الكرة

تحدد المادة الثالثة مواصفات الكرة ومقاساتها.

مواصفات الكرة

- الكرة من الجلد أو مادة صناعية، مستديرة، وسطحها غير لامع وغير زلق.
- نوعان: كرات بلاصق، وكرات بدون لاصق.

الكرات التي تستخدم اللاصق

- المقاس ٣: للرجال والشباب من ١٦ سنة. المحيط من ٥٨ إلى ٦٠ سم، والوزن من ٤٢٥ إلى ٤٧٥ جرامًا.
- المقاس ٢: للسيدات والشابات من ١٤ سنة، وللشباب من ١٢ إلى ١٦ سنة. المحيط من ٥٤ إلى ٥٦ سم، والوزن من ٣٢٥ إلى ٣٧٥ جرامًا.
- المقاس ١: للصغار من ٨ إلى ١٤ سنة للبنات، ومن ٨ إلى ١٢ سنة للأولاد. المحيط من ٥٠ إلى ٥٢ سم، والوزن من ٢٩٠ إلى ٣٣٠ جرامًا.

الكرات بدون لاصق

- الفئات نفسها بمحيط أصغر قليلًا: المقاس ٣ من ٥٥.٥ إلى ٥٧.٥ سم، والمقاس ٢ من ٥١.٥ إلى ٥٣.٥ سم، والمقاس ١ من ٤٩ إلى ٥١ سم.
- يلزم كرتان قانونيتان على الأقل لكل مباراة، وتكون الاحتياطية على طاولة الميقاتي.

ملخص المادة

- الكرة بلاصق للرجال من ١٦ سنة مقاسها ٣، ومحيطها من ٥٨ إلى ٦٠ سم.
- يلزم كرتان قانونيتان على الأقل لكل مباراة.

المادة ٤ الفريق والبدلاء والأدوات وإصابات اللاعب

تنظم المادة الرابعة عدد أعضاء الفريق والتبديل والزي والتعامل مع الإصابات.

الفريق

- الفريق ١٦ لاعبًا كحد أقصى، يوجد منهم في الملعب ٧ كحد أقصى والباقون بدلاء. ويلزم ٥ لاعبين على الأقل عند البداية.
- تسمح القواعد الحالية بأن يلعب الفريق بسبعة لاعبي ميدان دون حارس مرمى.
- الإداريون ٥ كحد أقصى ولا يُبدَّلون أثناء المباراة. أحدهم المسؤول، وهو الوحيد المسموح له بمخاطبة الميقاتي والمسجل، وأحيانًا الحكمين. ودخول الإداري الملعب يحتاج إذنًا من الحكم، كالمساعدة في إصابة.

التبديل

- يجوز التبديل في أي وقت وبشكل متكرر دون إخطار الميقاتي، بشرط أن يكون اللاعب المبدَّل قد خرج فعلًا، ويكون الدخول والخروج من خط تبديل الفريق، حتى مع الحارس.
- التبديل الخاطئ عقوبته إيقاف دقيقتين للاعب المخطئ.
- اللاعب الإضافي الذي يدخل دون تبديل يُعاقب بإيقاف دقيقتين، ويلعب فريقه بلاعب أقل مدة الإيقاف.
- إذا دخل لاعب موقوف الملعب يأخذ إيقافًا آخر مدته دقيقتان.

الأدوات

- لاعبو الملعب في الفريق بزي موحد ومختلف بوضوح عن الفريق الآخر، والحراس بلون يميزهم عن الجميع.
- الأرقام من ١ إلى ٩٩، بارتفاع ٢٠ سم على الأقل من الخلف و١٠ سم من الأمام.
- يُمنع ارتداء أدوات قد تسبب إصابة، ولا يشارك اللاعب إلا بعد إزالة الخطر.

الإصابات

- اللاعب الذي ينزف أو عليه دم يخرج فورًا بتبديل عادي، ولا يعود حتى يتوقف النزيف ويُنظَّف.
- في حالة الإصابة يجوز للحكم أن يسمح لشخصين مؤهلين فقط بدخول الملعب في الوقت المستقطع لمساعدة المصاب. ومن يزيد عنهما، أو يوجه اللاعبين، أو يقترب من المنافسين أو الحكام، يُعاقب.

ملخص المادة

- الفريق ١٦ لاعبًا كحد أقصى، منهم ٧ في الملعب، و٥ على الأقل عند البداية.
- التبديل من خط الفريق، والتبديل الخاطئ إيقاف دقيقتين.
- الأرقام ٢٠ سم من الخلف و١٠ سم من الأمام.
- اللاعب النازف يخرج فورًا.

المعتمد: ١٦ لاعبًا و٥ إداريين كحد أقصى. هذا الشرح ملخص للأهم وليس نقلًا حرفيًا لكل بنود الكتاب.

المادة ٥ حارس المرمى

تبين المادة الخامسة ما يجوز لحارس المرمى وما يمتنع عليه.

المسموح

- يلمس الكرة بأي جزء من جسمه أثناء الدفاع داخل منطقة المرمى.
- يتحرك بالكرة داخل المنطقة دون قيود لاعبي الملعب، لكن لا يجوز أن يتأخر في تنفيذ رمية حارس المرمى.
- يستطيع ترك المنطقة دون كرة والمشاركة في اللعب، وعندها يخضع لقواعد اللاعبين. ويُعد قد تركها عندما يلمس أي جزء من جسمه الأرض خارج الخط.
- ما دامت إحدى قدميه على الخط أو خلفه، يستطيع تحريك القدم الأخرى في الهواء فوق الخط.

الممنوع

- تعريض المنافس للخطر أثناء الدفاع.
- ترك المنطقة بالكرة وهي تحت سيطرته بعد صافرة الرمية، وهذا يعطي المنافس رمية حرة.
- لمس كرة ثابتة أو متدحرجة خارج المنطقة وهو بداخلها، أو إعادة الكرة من الملعب إلى المنطقة.
- لمس الكرة بالقدم أو بالساق تحت الركبة وهي متدحرجة باتجاه الملعب.
- تجاوز خط الـ٤ أمتار قبل أن تفارق كرة الـ٧ أمتار يد المنفذ.

ملخص المادة

- يلمس الحارس الكرة بأي جزء من جسمه وهو يدافع داخل منطقته، ولا يجوز له تركها بالكرة وهي تحت سيطرته.

المادة ٦ منطقة المرمى

تحدد المادة السادسة من يدخل منطقة المرمى وما يترتب على الدخول.

الدخول إلى المنطقة

- الحارس وحده يدخل منطقة المرمى. وتشمل المنطقة الخط نفسه، ويُعد لاعب الملعب داخلها إذا لمسها بأي جزء من جسمه.
- مهاجم دخل ومعه الكرة، أو دخل دونها واستفاد: رمية حارس مرمى.
- مدافع دخل واستفاد: رمية حرة. وإن أضاع بدخوله فرصة تسجيل واضحة: رمية ٧ أمتار.
- لا عقوبة إذا دخل بعد أن لعب الكرة ولم يسبب ضررًا للمنافس، أو دخل دون كرة ودون فائدة.

الكرة داخل المنطقة

- الكرة المتدحرجة داخل المنطقة تبقى في اللعب وفي حوزة فريق الحارس، ولا يلمسها إلا الحارس.
- إذا استقرت أو أمسكها الحارس تصبح خارج اللعب، ويعيدها برمية حارس المرمى.
- إذا لمسها زميل للحارس وهي متدحرجة: رمية حرة.
- يجوز لمس الكرة وهي في الهواء فوق المنطقة.

ملخص المادة

- منطقة المرمى للحارس فقط، ودخول لاعب الملعب يُحتسب بلمس الخط.
- دخول مهاجم بالكرة يعني رمية حارس مرمى، ودخول مدافع يضيع فرصة واضحة يعني رمية ٧ أمتار.

المادة ٧ اللعب السلبي

تتناول المادة السابعة كيفية لعب الكرة بالمسموح، ثم قاعدة اللعب السلبي.

لعب الكرة

- المسموح: رمي الكرة ومسكها وإيقافها ودفعها وضربها، باليدين مفتوحتين أو مقبوضتين، وبالذراعين والرأس والجذع والفخذين والركبتين.
- يجوز الاحتفاظ بالكرة حتى ٣ ثوانٍ، ولو كانت على الأرض، والتحرك بها حتى ٣ خطوات.
- إذا استلم اللاعب الكرة في الهواء فنزول القدم أو القدمين على الأرض لأول مرة لا يُحسب خطوة.

اللعب السلبي

- بعد أن يرفع الحكم إشارة التحذير، يكون أمام الفريق المستحوذ على الكرة ٤ تمريرات كحد أقصى للتصويب على المرمى. المعتمد هنا ٤ تمريرات بدل ٦.
- إذا لم يصوّب حتى تُستلم التمريرة الخامسة، تُحتسب رمية حرة ضده.

ملخص المادة

- اللاعب يمسك الكرة ٣ ثوانٍ، ويتحرك بها ٣ خطوات.
- بعد إشارة التحذير في اللعب السلبي، أمام الفريق ٤ تمريرات كحد أقصى للتصويب، وإلا احتُسبت رمية حرة ضده.

المعتمد: عنوان المادة السابعة «اللعب السلبي»، ويشمل شرح لعب الكرة، ويقتصر جزء اللعب السلبي على ٤ تمريرات.

المادة ٩ تسجيل الأهداف

تحدد المادة التاسعة متى يُحتسب الهدف وكيف يُحدد الفائز.

متى يُحتسب الهدف

- يُحتسب الهدف عندما تعبر الكرة خط المرمى الداخلي بكامل محيطها، بشرط ألا يرتكب الرامي أو زميله أو أحد إداريي الفريق مخالفة قبل الرمية أو أثناءها.
- يؤكد حكم المرمى الهدف بصافرتين قصيرتين مع إشارة اليد رقم ١٢.
- يُحتسب الهدف أيضًا إذا خالف مدافع القواعد ودخلت الكرة مع ذلك.

متى لا يُحتسب

- إذا أوقف الحكم أو الميقاتي أو المراقب المباراة قبل أن تعبر الكرة الخط بالكامل.
- إذا سجل لاعب في مرماه يُحتسب الهدف للفريق المنافس، إلا إذا كان الحارس ينفذ رمية الحارس.
- بعد أن يقرر الحكم الهدف ويصفر لرمية الإرسال التالية، لا يجوز إلغاء الهدف.

النتيجة

- الفائز هو الفريق صاحب الأهداف الأكثر. وإذا تساوى العدد أو لم تُسجل أهداف فالنتيجة تعادل.

ملخص المادة

- يُحتسب الهدف عندما تعبر الكرة كلها خط المرمى دون مخالفة من الفريق المسجل.
- الهدف الذي حكم به الحكم لا يُلغى بعد صافرة رمية الإرسال.

المادة ١٠ رمية الإرسال

تنظم المادة العاشرة بداية الشوطين، وكيف تُنفذ رمية الإرسال بعد كل هدف.

القرعة ومن يبدأ

- في بداية المباراة يختار الفريق الذي يكسب القرعة: إما البدء بالكرة أو اختيار جهة الملعب، ويأخذ المنافس الاختيار الآخر.
- يتبادل الفريقان الجهتين في الشوط الثاني، ويبدأ بالكرة الفريق الذي لم يبدأ في الأول.
- بعد كل هدف ينفذ رمية الإرسال الفريق الذي اهتزت شباكه. وتُجرى قرعة جديدة قبل كل وقت إضافي.

رمية الإرسال من دائرة الإرسال (تعديلات ٢٠٢٢)

- الدائرة قطرها ٤ أمتار في منتصف خط المنتصف. تُنفذ الرمية في أي اتجاه، وخلال ٣ ثوانٍ بعد صافرة الحكم.
- يصفّر الحكم عندما تكون الكرة داخل الدائرة ومع الرامي رِجل واحدة على الأقل داخلها.
- يتحرك الرامي داخل الدائرة ويستطيع الجري، لكنه لا يتجاوز خطها بأي جزء من جسمه قبل أن تُعتبر الرمية منفذة، ولا يرتد بالكرة بعد الصافرة، ولا يقفز أثناء التنفيذ.
- تُعتبر الرمية منفذة عندما تخرج الكرة من يد الرامي وتتجاوز خط الدائرة بالكامل، أو يلمسها زميل بعد تمريرة.

أماكن اللاعبين

- في بداية كل شوط يكون كل اللاعبين في نصف ملعبهم.
- لا يتجاوز زملاء الرامي خط المنتصف قبل الصافرة، إلا من كان داخل الدائرة.
- المنافسون خارج الدائرة، ويجوز أن يكونوا خارجها مباشرة، ولا يلمسون الكرة أو الرامي حتى تُنفذ الرمية.
- بعد الهدف يجوز للمنافسين أن يكونوا في النصفين، لكن خارج الدائرة.

ملخص المادة

- رمية الإرسال تُنفذ من دائرة الأربعة أمتار خلال ٣ ثوانٍ بعد الصافرة.
- الفريق الذي اهتزت شباكه هو الذي ينفذ رمية الإرسال.
- المنافسون خارج الدائرة.