



الإتحاد السعودي للهوكي
Saudi Hockey Federation

تعلم الهوكي





الفهرس

02	المقدمة
04	الهوكي الميداني
08	هوكي 11
18	هوكي الصالات
24	الهوكي الخماسي
29	الخاتمة

المقدمة

يعد هذا الكتاب مرجعًا شاملًا لرياضة الهوكي الميداني، حيث يقدم بأسلوب مبسط ومتكامل شرحًا لأنواع اللعبة. يناقش الكتاب القوانين والأنظمة التي تنظم سير المباريات، تحديد أدوار اللاعبين، معايير السلامة، والمعدات المستخدمة. كما يبرز الاختلافات بين أشكال الهوكي المختلفة والتطورات الفنية والتنظيمية التي شهدتها الرياضة. يستهدف هذا المحتوى إمداد القارئ، سواء كان لاعبًا، مهتمًا، أو باحثًا، بفهم دقيق لأساسيات اللعبة ومفاهيمها، ليصبح هذا الكتاب مرجعًا موثوقًا يعتمد على أحدث القوانين الدولية المعتمدة من الجهات المختصة.





الهوكي الميداني

هوكي الميدان لعبة أولومبية جماعية، و فن تكتيكي يجمع بين المهارة والسرعة والعمل الجماعي، مما يجعلها مثالية لتعزيز اللياقة والانضباط وروح الفريق. يقوم اللاعبون باستخدام عصا الهوكي للتحكم في كرة صغيرة وتسجيل الأهداف في مرمى الخصم ضمن قواعد اللعب النزيه. ظهرت اللعبة أول مرة في الأولمبياد عام 1908، واعتمدت بشكل دائم منذ 1928، تُقام منافسات الهوكي الميداني في الأولمبياد تحت إشراف الاتحاد الدولي للهوكي وتُعد من أكثر الألعاب الجماعية تطورًا وتنظيمًا في الدورات الأولمبية.



مسك العصا

⊗ اليد العليا (اليسرى): تمسك اليد العصا من أعلى بقبضة محكمة، قريباً من نهاية العصا.

⊗ اليد السفلى (اليمنى): تمسك اليد العصا من الأسفل، مما يساعد في التحكم والمناورة.

وضعية الجسم

⊗ الركبتين يجب أن تكونا مثنيتين قليلاً
⊗ الظهر مائل للأمام لتحسين التوازن والاستعداد للحركة
⊗ العينان تتابعان الكرة دائماً.

الأساسيات

⊗ التمرير والاستقبال: يتدرّب اللاعبون على تمرير الكرة بدقة باستخدام الجانب المسطح من العصا، مع التركيز على استقبالها للحفاظ على الاستحواذ والتدرج في اللعب

⊗ التسديد على المرمى: يُسمح بالتسديد فقط باستخدام الجانب المسطح من عصا الهوكي، ويُحتسب الهدف فقط إذا تم التسديد من داخل دائرة المرمى

القوانين الأساسية

- ⑥ لا يسمح باللعب بالجزء الخلفي من العصا.
- ⑥ لا يسمح بلمس الكرة بالقدم أو اليد: الكرة يجب أن تلعب فقط بالعصا.
- ⑥ الألعاب الخطرة محظورة: مثل رفع العصا عالياً بطريقة خطيرة.
- ⑥ التدخلات الجسدية محدودة: منع إعاقة أو دفع الخصم عمداً.
- ⑥ يجب التسديد من داخل دائرة التسديد حتى يحتسب هدفاً.
- ⑥ هذه نظرة عامة مبسطة تعطيك فكرة أساسية عن كيفية لعب هوكي الميدان والتعامل مع العصا والكرة.



المعدات

الخوذة: ضرورة لحماية الرأس، ويجب أن تحتوي على قناع معدني أو بلاستيكي للوجه حسب المعايير

واقى الصدر والكتفين: يوفر حماية للجزء العلوي من الجسم. القفازات: أكبر حجمًا من تلك التي يستخدمها اللاعبون الآخرون، لتوفير حماية أفضل ومساعدة في صد الكرة.

الساقين والقدمين: تُستخدم واقيات خاصة لحماية الساقين والقدمين. **الركبة والمنطقة الأربية:** تُستخدم حماية إضافية للركب والمناطق الحساسة.

زي الحارس

Goalkeeper Uniform



زي اللاعب

Player Uniform



هوكي الميدان - 11 Hockey

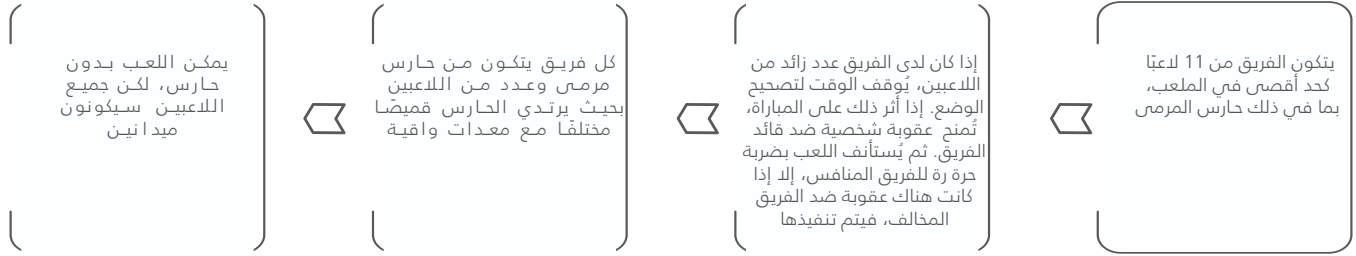


مناطق اللعب

دائرة التسديد هي منطقة نصف دائرية تحيط بالمرمى بقطر 14.63 متر، ويُحتسب الهدف فقط إذا تم تسديد الكرة من داخلها. وتبعد نقطة الجزاء 6.40 مترًا عن المرمى ولا يُسمح بوضع أي معدات داخل المرمى أثناء اللعب

أبعاد الملعب

- الطول: 91.40 م - العرض: 55.00 م
- © الخطوط الجانبية والخلفية تحدد حدود اللعب
- © خط المنتصف يقسم الملعب إلى نصفين متساويين
- © يتم رسم خطوط تعرف بخطوط الـ 23 م عبر الملعب على بُعد 22.90 م من كل خط خلفي



طريقة لعب الحارس

حارس المرمى: يرتدي قميصًا مميزًا ومعدات واقية (خوذة، واقيات الأرجل، وركلات) بدون حارس مرمى: جميع لاعبي الفريق يرتدون قمصانًا موحدة، ولا يحق لأي لاعب استخدام خوذة واقية باستثناء قناع الوجه عند الدفاع في حالة الضربة الركنية الجزائية.

حراسة المرمى

حارس المرمى يلعب دورًا حيويًا في فريق هوكي الميدان، وغالبًا ما يكون عامل الفارق في الحفاظ على نتيجة المباراة من خلال منع الأهداف

المهارات الأساسية لحارس المرمى



صد الكرة

استخدام اليدين، القدمين، أو أي جزء آخر من الجسم لمنع الكرة من دخول المرمى



التغطية الأرضية

يجب أن يكون قادرًا على التحرك بسرعة من جانب إلى آخر من المرمى لتغطية أكبر مساحة ممكنة



الوضعية

يجب أن يحافظ حارس المرمى على وضعية منخفضة، مع الركبتين مثنيتين والجسم مائلًا قليلًا للأمام ليكون جاهزًا للتحرك بسرعة



التعامل مع الكرة

حارس المرمى هو اللاعب الوحيد المسموح له بلمس الكرة بأي جزء من جسمه داخل منطقة الجزاء، بما في ذلك استخدام اليدين والقدمين



التواصل

يجب أن يكون حارس المرمى قائدًا من الخلف، يوجه الدفاع وينبههم لأي مخاطر محتملة



التقدير

يجب أن يكون لدى الحارس تقدير جيد للمسافات والتوقيت ليتمكن من التفاعل بفعالية مع الكرات القريبة والبعيدة



بدء واستئناف اللعب

بداية المباراة

- ⑥ تُلعب الكرة من منتصف الملعب بواسطة الفريق الفائز بالقرعة.
- ⑥ يتغير اتجاه اللعب بين الشوطين

متى يتوقف اللعب؟

- ⑥ إذا خرجت الكرة من الخطوط الجانبية، تُستأنف بضربة حرة
- ⑥ إذا خرجت الكرة من الخط الخلفي دون تسجيل هدف:
- ⑥ لمسها المدافع عن غير قصد، تُستأنف من خط 23 مترًا

التبديلات

- ⑥ مسموح بها في أي وقت أثناء اللعب، ما عدا أثناء تنفيذ ركلة الجزاء، إلا في حالة إصابة أو إيقاف الحارس، حيث يُسمح بالتبديل الفوري له فقط.
- ⑥ لا يوجد حد أقصى لعدد التبديلات أو مرات الاستبدال.
- ⑥ يجب أن يغادر اللاعب المستبدل الملعب قبل دخول البديل.
- ⑥ لا يُسمح باستبدال اللاعبين الموقوفين أثناء فترة إيقافهم.
- ⑥ تتم التبديلات في نطاق 3 أمتار من خط الوسط المتفق عليه مع الحكام.
- ⑥ يتم إيقاف الوقت فقط عند تبديل حارس المرمى وليس للتبديلات الأخرى.
- ⑥ أخرجها المدافع عمدًا، تُحتسب ضربة ركنية جزائية.

خروج اللاعبين ودخولهم

- ⑥ اللاعب المصاب أو الذي ينزف يجب أن يغادر الملعب، ولا يعود حتى يتم تضميد الجرح وتغيير الملابس الملطخة بالدم.
- ⑥ لا يُسمح لأي شخص غير اللاعبين بالتواجد في الملعب دون إذن الحكم.
- ⑥ يتم إيقاف الوقت فقط عند تبديل حارس المرمى وليس للتبديلات الأخرى.

كيف تُحتسب الأهداف؟

يُسجل الهدف إذا لعبت الكرة من داخل دائرة التسديد وتجاوزت خط المرمى بالكامل.

العقوبات

الضربات الحرة (Free Hit):

- ⑥ تُمنح عند المخالفات خارج دائرة التسديد
- ⑥ يجب أن تكون الكرة ثابتة قبل التنفيذ، والخصم على بعد 5 أمتار

الضربات الركنية الجزائية:

- ⑥ التنفيذ يتم من الخط الخلفي على بُعد 10 أمتار على الأقل من القائم
- ⑥ المدافعون يمكنهم ارتداء أقنعة الوجه، لكن يجب خلعها فور انتهاء الهجمة

ضربة الجزاء:

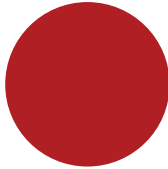
- ⑥ تُمنح عند ارتكاب مخالفة داخل دائرة التسديد تؤدي إلى منع فرصة تسجيل هدف مؤكد أو تؤثر بشكل مباشر على فرصة واضحة للتسجيل.
- ⑥ تُنفذ من نقطة الجزاء على بُعد 6.40 متر.
- ⑥ يجب أن يظل الحارس على خط المرمى أثناء التنفيذ.

البطاقات:

البطاقة الخضراء: إنذار رسمي، ويُستبعد اللاعب من الملعب لمدة دقيقتين

البطاقة الصفراء: استبعاد مؤقت من الملعب، وتُحدد مدته من قبل الحكم حسب نوع المخالفة (5 أو 10 دقائق)

البطاقة الحمراء: طرد نهائي من المباراة، ولا يحق للاعب العودة، ولا يُسمح باستبداله (يلعب الفريق ناقص العدد)



البطاقة الحمراء
طرد نهائي من المباراة



البطاقة الخضراء
إنذار رسمي



البطاقة الصفراء
استبعاد مؤقت من
الملعب



التحكيم

دور الحكام

الحكام: يطبقون القوانين، يراقبون اللاعبين، ويتخذون القرارات لضمان العدالة
مدير البطولة : يقود الفريق الفني، يتخذ القرارات التقنية، ويضمن التنظيم بشفافية
المسؤولون الفنيون: يدعمون الحكام إداريًا وفنيًا (التسجيل، الوقت، مراجعة الفيديو
الملاحظات التنظيمية)

مديرو الحكام: ينسقون مع اللجنة المنظمة، يقيمون أداء الحكام، ينظمون الجداول
ويوجهون فنيًا، ويتعاملون مع الأمور التأديبية.

عدد الحكام:

- © حكام رئيسيان في الملعب، كل واحد يغطي نصف الملعب ويتعاونان معًا.
- © حكم فيديو أو احتياطي عند الحاجة.
- © حكم رابع خارج الملعب للمباريات الكبرى (التنظيم، الوقت، التبديلات، الفيديو).

أماكن الوقوف:

الحكم الأول: يغطي جهة الهجوم اليمنى ويتابع من الخلف والجنب.
الحكم الثاني: يغطي الجهة الأخرى من الملعب ويركز على الدفاع والتمريرات والأهداف.



الكرة العالية

استلام الكرة العالية : يجب على اللاعبين عدم الاقتراب من الخصم الذي يستعد للسيطرة على الكرة، ويجب ترك مسافة لا تقل عن 5 أمتار حتى يُظهر اللاعب متلقي الكرة تحكّمًا واضحًا بها

استلام الكرة العالية: اللاعب صاحب الحق الأول في استلام الكرة العالية له الأولوية. وإن لم يتضح من يملك هذا الحق، فيجب على لاعب الفريق الذي رفع الكرة أن يترك المجال للخصم لاستلامها، لتجنب اللعب الخطير

قواعد التحكم في الكرة العالية

إيقاف وتغيير مسار الكرة: على اللاعبين تجنب إيقاف الكرة أو ركلها أو تغيير مسارها أو التقاطها أو حملها بأي جزء من أجسامهم

قواعد اللعب الآمن

رفع الكرة عمدًا: مسموح فقط عند التسديد على المرمى، بشرط ألا يكون التسديد خطرًا. أما الرفع غير المقصود فلا يُعد مخالفة إلا إذا شكل خطرًا على أي لاعب

اللعب الخطر: يجب تجنبه، ويُعد اللعب خطرًا إذا اضطر لاعب لتفادي الكرة أو تجنب الإصابة بسبب طريقة اللعب

الكرة المرفوعة: يُسمح برفع الكرة فوق المضرب أو الجسم داخل الدائرة، بشرط ألا تكون بطريقة تشكل خطرًا على اللاعبين، خصوصًا في المسافات القريبة

مواصفات المعدات

العصا

لا يتجاوز طولها 105 سم
يجب أن يكون وجهها أملس لضمان التحكم لمثالي بالكرة

الكرة

القطر: 224 - 235 ملم

الوزن: 156 - 163 جرامًا

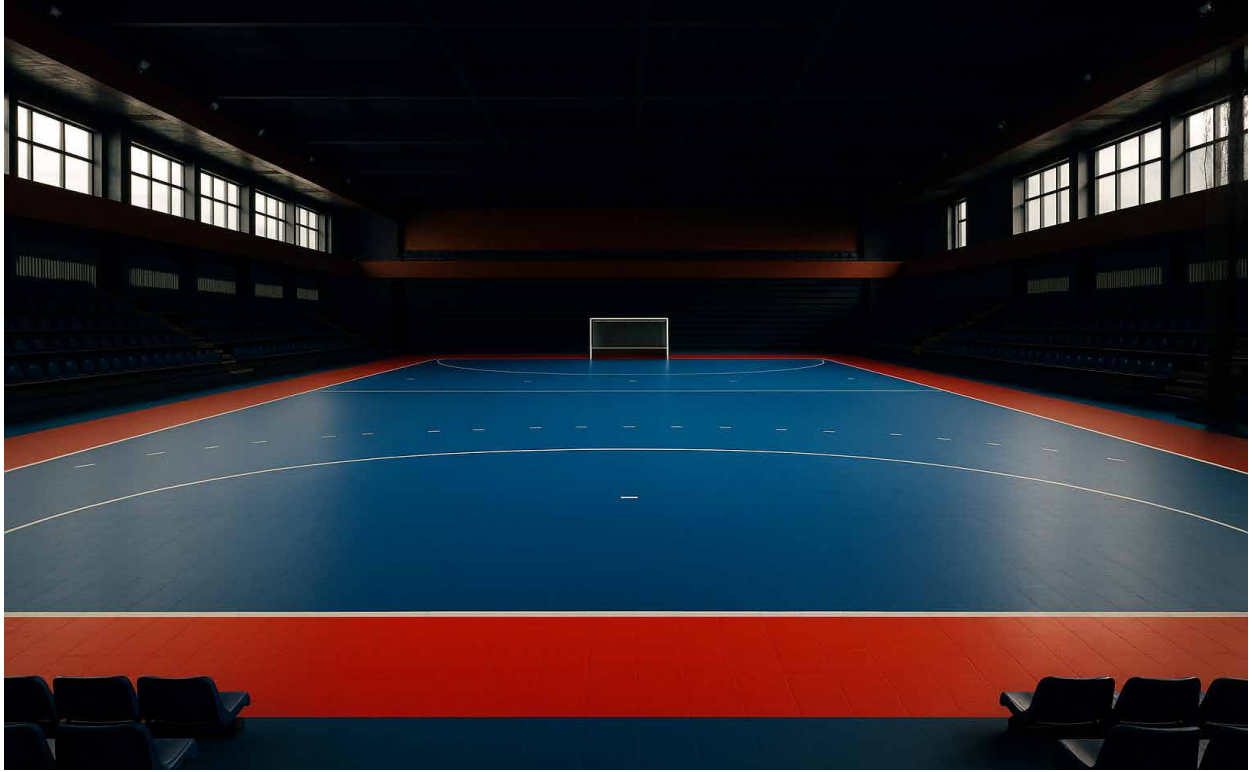
معدات الحراس

تتضمن واقيات الساقين، القفازات، والخوذة.
لا يُسمح للحارس بخلع الخوذة أثناء اللعب.





هوكي الصالة - Indoor Hockey



أبعاد الملعب

الطول: 44 مترًا | **العرض:** 22 مترًا

- ⊙ الخطوط الجانبية والخلفية تحدد حدود اللعب
- ⊙ خط المنتصف يقسم الملعب إلى نصفين متساويين
- ⊙ يُسمح باستخدام ملاعب أصغر بحد أدنى 18 × 36 مترًا وفق اللوائح المحلية

مناطق اللعب

- ⊙ دائرة التسديد هي نصف دائرة قطرها 9 أمتار تحيط بالمرمى، ويُحتسب الهدف فقط إذا تم تسديد الكرة من داخلها
- ⊙ نقطة الجزاء تبعد 7 أمتار عن خط المرمى
- ⊙ الألواح الجانبية تستخدم لتحديد محيط الملعب والتحكم في ارتداد الكرة
- ⊙ ملاحظة: لا يُسمح بوضع أي معدات داخل المرمى أثناء اللعب

تكوين الفرق

عدد اللاعبين

- يتكون الفريق من 6 لاعبين داخل الملعب، بما في ذلك حارس المرمى.
- يُسمح بوجود 6 بدلاء، مع إمكانية التبديل دون حدود طوال المباراة.

التبديلات :

- يمكن إجراء التبديلات في أي وقت، باستثناء أثناء تنفيذ الركنيات الجزائية.
- لا يُسمح بالتبديل أثناء تنفيذ ركلة الجزاء

بدء واستئناف اللعب

بداية المباراة

- تُلعب الكرة من منتصف الملعب بواسطة الفريق الفائز بالقرعة
- يتغير اتجاه اللعب بين الشوتين.

متى تتوقف الكرة؟

- إذا خرجت الكرة من الألواح الجانبية، تُستأنف بضربة حرة من أقرب نقطة .
- إذا خرجت الكرة من الخط الخلفي دون تسجيل هدف:
- لمسها المدافع عن غير قصد، تُستأنف من منتصف الملعب.
- أخرجها المدافع عمدًا، تُحتسب ركنية جزائية.



الضربة الحرة (Free Hit)

ما هي؟ الضربة الحرة هي مخالفة يُعطى فيها للفريق المهاجم فرصة لبدء اللعب من نقطة الخطأ بعد ارتكاب فريق ما خطأ خارج دائرة التسديد.

طريقة التنفيذ: يجب تنفيذ الضربة الحرة من المكان الذي حدث فيه الخطأ و يجب على جميع اللاعبين المنافسين أن يكونوا على بُعد 3 أمتار من الكرة عند التنفيذ.

متى تُمنح؟ تمنح الضربة الحرة عندما يرتكب فريق خطأ من خارج دائرة التسديد مثل الأخطاء البدنية أو لعب الكرة بالقدم.

دور المدافعين: يجب أن يُبقوا البُعد المطلوب حتى يتم تنفيذ الضربة. ويمكن للحارس الاستعداد للتصدي لأي محاولة مباشرة نحو المرمى.

ضربة التحدي (Challenge)

ما هي؟ ضربة التحدي هي فرصة هجومية يُمنح فيها اللاعب فرصة لمحاولة التسجيل من مواجهة مباشرة مع الحارس، وتُستخدم في بعض البطولات لتحديد الفائز في حالة التعادل بعد نهاية الوقت الأصلي.

طريقة التنفيذ: يبدأ المهاجم بالكرة من نقطة على بعد 9.10 متر (3 خطوط) من خط المرمى، عند إشارة الحكم يبدأ العداد (8 ثواني)، ويمكن للمهاجم أن يراوغ أو يسدد بأي عدد من اللمسات بشرط الانتهاء خلال الزمن. **الحارس:** يمكنه التحرك بمجرد انطلاق التحدي و لا يُسمح بأي تدخل من لاعبين آخرين إلا بعد تحرك المهاجم بعد إطلاق الصافرة.

متى تُمنح؟ لا تُمنح أثناء وقت اللعب العادي، بل تُستخدم في حالات كسر التعادل، مثل: مباريات خروج لمغلوب أو مباريات فاصلة في بطولات رسمية.

دور المدافعين والحارس: لا يُسمح لأي لاعب آخر بالتواجد داخل دائرة التسديد باستثناء المهاجم والحارس الحارس يجب أن يبقى على خط المرمى حتى بدء المهاجم للعب.

الضربة الركنية الجزائي (Penalty Corner)

ما هي؟ تُمنح الركنية الجزائية عند ارتكاب مخالفة داخل دائرة التسديد أو عندما تلمس الكرة قدم لاعب الدفاع داخلها

طريقة التنفيذ: يتم وضع الكرة خارج الدائرة على خط الركنية داخل الدائرة. الهجوم يبدأ من هذه النقطة ويجب أن تخرج الكرة من الدائرة قبل أن يُسمح بتسديدها نحو المرمى.

متى تُمنح؟ عندما ترتكب مخالفة داخل دائرة التسديد. أو عند مخالفة متعمدة من الفريق المدافع داخل منطقة الـ 9 أمتار.

دور المدافعين والحارس: يُسمح فقط لأربعة مدافعين بالبقاء داخل المرمى بالإضافة إلى الحارس. يجب أن يبقوا خلف خط المرمى حتى يتم بدء التنفيذ.

التحكيم في هوكي الصالات

دور الحكام

⑥ الحكام يضمنون التزام اللاعبين بالقوانين، يراقبون التصرفات، ويتخذون القرارات لضمان العدالة في الملعب

مدير البطولة:

⑥ مدير البطولة يقود الفريق الفني ويتخذ القرارات التقنية، وينسق بين الجهات لضمان تنفيذ السياسات وتنظيم المنافسة بشفافية

الحكام:

هم المسؤولون في الملعب، يتابعون اللعب ويتخذون قرارات فورية بسرعة ودقة لضمان تطبيق القواعد.

المسؤولين الفنيين:

شمل دورهم دعم الحكام من الجوانب الإدارية والفنية، مثل إدارة طاولة التسجيل، مراقبة وقت اللعب، وإجراء مراجعات الفيديو (في البطولات التي تتضمن ذلك)، إضافة إلى تقديم ملاحظات تنظيمية لضمان سير المباراة وفق القواعد

⑥ مديرو الحكام:

يعملون كحلقة وصل بين الحكام واللجنة المنظمة، ويقومون بـ:
تقييم أداء الحكام ، تنظيم الجداول والمهام التحكيمية ، تقديم التوجيهات الفنية ، التعامل مع المسائل التأديبية الخاصة بالحكام

عدد الحكام:

يتواجد حكام رئيسيان في الملعب. كل منهما يغطي نصف الملعب الأقرب له، ويتنقلان حسب سير اللعب، بحيث يتابع كل حكم الهجمات والدفاعات من جانبه ويُساعِد الآخر في اتخاذ القرارات عند الحاجة
لا يوجد حكم ثالث دائم داخل الملعب، لكن في بعض البطولات، يمكن وجود حكم فيديو أو حكم احتياطي الحكم الاحتياطي يتدخل فقط في حالات الطوارئ، أو إذا تعذر على أحد الحكام الأساسيين الاستمرار
يتواجد حكم رابع خارج الملعب، في المباريات الكبرى، وتكون مهمته تنسيق الأمور الإدارية، تسجيل الوقت، مراجعة الفيديو (عند توفره)، والتعامل مع التبديلات والبطاقات

أماكن وقوف الحكام:

، **الحكم الرئيسي الأول:** يتحرك على جانب من الملعب (عادةً الجهة اليمنى من هجوم الفريق المهاجم) ويتابع اللعب من الخلف والجانب ليتمكن من مراقبة الكرة واللاعبين بشكل فعال.
و**الحكم الرئيسي الثاني:** يغطي الجانب الآخر من الملعب (عادةً الجهة اليسرى)، ويتابع اللعب من منطقة الفريق الدفاعي ويساعد في اتخاذ القرارات المتعلقة بالتمريرات، الأخطاء، والأهداف.

كيف تُحتسب الأهداف؟

يُسجل الهدف إذا لعبت الكرة من داخل دائرة التسديد وتجاوزت خط المرمى بالكامل

البطاقات في هوكي الصالات

يتم استخدام البطاقات لتحذير اللاعبين أو معاقبتهم على المخالفات

البطاقة الخضراء:

الدور: تُعتبر تحذيرًا أوليًا للاعب

العقوبة: يُستبعد اللاعب من الملعب لمدة دقيقتين

متى تُمنح: تُمنح عند المخالفات البسيطة أو الاعتراض غير المبالغ فيه، أو عند التأخير في استئناف اللعب

لبطاقة الصفراء:

الدور: تُعتبر عقوبة أشد لتحذير أكثر جدية أو للمخالفات المتكررة

العقوبة: يُستبعد اللاعب من الملعب لمدة (5 أو 10 دقائق)

متى تُمنح: في لمخالفات الأكثر جدية مثل اللعب الخشن أو الاعتراض المتكرر

البطاقة الحمراء:

الدور: تُعتبر العقوبة الأشد في اللعبة

العقوبة: اللاعب يُستبعد من المباراة بأكملها ولا يُسمح بتعويضه

متى تُمنح: للمخالفات الشديدة مثل السلوك العنيف جدًا أو الخطير





الهوكي الخماسي - Hockey 5s

أبعاد الملعب

⑥ الملعب مستطيل الشكل، ويبلغ طوله 55 مترًا وعرضه 42 مترًا، وهو أصغر من ملعب الهوكي الميداني التقليدي.

⑥ الخطوط الجانبية والخلفية تُحدد حدود اللعب، ويتم استخدام ألواح جانبية صلبة على طول الخطوط الجانبية فقط.

⑥ تُستخدم ألواح جانبية بارتفاع يتراوح بين 10-25 سم.

⑥ يجب أن توفر الألواح ارتدادًا موثوقًا للكرة، لضمان استمرار اللعب بسلاسة، حيث تُعد جزءًا أساسيًا من تكتيك اللعب.

أبعاد الملعب

⑥ يتم تقسيم الملعب بخط المنتصف.

⑥ يتم تحديد خطي ربع الملعب بين خط المنتصف والخط الخلفي.

⑥ نقطة الجزاء تُحدد على بُعد 6.40 متر من خط المرمى.



تكوين الفرق

عدد اللاعبين:

- يتكون كل فريق من 5 لاعبين فقط في الملعب في أي وقت.
- إذا تواجد عدد زائد من اللاعبين، يُوقف الوقت حتى يتم تصحيح الوضع

• الفريق الذي يخالف القاعدة يتلقى عقوبة.

التبديلات:

- يُسمح لكل فريق بوجود 4 بدلاء ولاعب حارس مرمى بديل.
- لا يُسمح بالتبديل أثناء تنفيذ ركلات الجزاء أو أثناء تنفيذ العقوبات إلا في حال إصابة حارس المرمى.

بدء واستئناف اللعب

بداية المباراة:

- يتم تحديد الفريق الذي يبدأ اللعب عن طريق القرعة.
- يتغير اتجاه اللعب في الشوط الثاني.

الكرة خارج الملعب:

- تُعتبر الكرة خارج اللعب عندما تعبر بشكل كامل الألواح الجانبية أو الخلفية.
- يُستأنف اللعب من الفريق الذي لم يلمس الكرة آخرًا.



العقوبات

الضربة الحرة:

تُمنح الضربة الحرة عند ارتكاب مخالفة بسيطة مثل لمس الكرة باليد، التدخل غير القانوني، أو اللعب الخطر في أي منطقة بالملعب باستثناء منطقة الجزاء.

طريقة التنفيذ:

يمكن للمهاجم تمرير الكرة أو تحريكها 4 أمتار قبل التسديد. تُنفذ الضربة من مكان الخطأ إلا إذا كانت داخل المنطقة الدفاعية، فتُنفذ من خارجها. يجب أن تكون الكرة ثابتة، ويبتعد اللاعبون 4 أمتار. لا يُسمح بالتسديد المباشر إلا بعد لمسها أو تحريكها 4 أمتار.

ضربة التحدي:

التحدي هو عقوبة مشابهة لضربة الجزاء في الهوكي، تُحتسب عند ارتكاب الفريق المدافع خطأ يمنع هدفًا محققًا أو خطأ متعمد داخل منطقة الجزاء.

طريقة التنفيذ:

يجب على المهاجم المراوغة أو التمرير بعد التحرك 4 أمتار. يُنفذ التحدي من أقرب نقطة على خط الربع، ويكون الحارس على خط المرمى حتى لمس المهاجم للكرة. يستمر التحدي حتى تسجيل هدف أو ارتكاب مخالفة.

ضربة الجزاء:

تُمنح ضربة الجزاء عند ارتكاب خطأ كبير داخل منطقة الجزاء، مثل استخدام العصا أو التدخل العنيف ضد مهاجم في وضعية تسجيل.

طريقة التنفيذ:

الكرة على نقطة الجزاء على بعد 6.40 متر من المرمى، ويجب على الحارس البقاء على خط المرمى حتى التسديد. لا يُسمح بالمراوغة، ويجب التسديد مباشرة. تنتهي المحاولة بتسجيل الهدف، خروج الكرة، أو تصدي الحارس.

البطاقات

تُستخدم البطاقات لمعاقبة اللاعبين الذين يرتكبون أخطاء متعمدة أو خطيرة وهي كالتالي:

البطاقة الخضراء

- ⊗ تُعتبر بمثابة تحذير رسمي للاعب
- ⊗ يتم إيقاف اللاعب المخالف لمدة دقيقة واحدة، ويلعب فريقه ناقص العدد خلال هذه الفترة.

البطاقة الصفراء

- ⊗ تُمنح للاعب الذي يرتكب خطأ متعمدًا أو يعترض اللعب بطريقة غير قانونية
- ⊗ يتم استبعاد اللاعب المخالف 5 دقائق.

البطاقة الحمراء

- ⊗ تُمنح عند ارتكاب مخالفة خطيرة جدًا، مثل العنف الجسدي، السلوك غير الرياضي، أو الاعتراض المتكرر على قرارات الحكم.
- ⊗ يتم طرد اللاعب نهائيًا من المباراة، ويلعب فريقه ناقص العدد لبقية المباراة.

كيف تُحتسب الأهداف؟

- ⊗ يتم تسجيل الهدف عندما تُلعب الكرة من نصف الملعب الهجومي للفريق وتسجل داخل المرمى.
- ⊗ إذا دخلت الكرة المرمى دون لمسها من قبل لاعب مهاجم داخل نصف الملعب الهجومي، لا يُحتسب الهدف.

REFEREE

التحكيم في هوكي الصالات

عدد الحكام:

يتولى إدارة المباراة حكمان رئيسيان ، تمامًا كما هو الحال في هوكي الصالات. كل حكم يغطي جانبًا من الملعب ويتعاونان في اتخاذ القرارات

أماكن وقوف الحكام:

الحُكْمَانِ يتحرَّكَانِ عَلَى الخطوط الجَانِبِيَّةِ، بِحَيْثُ يُغَطِّي كُلُّ مَنِهْمَا نِصْفَ المَلْعَبِ القَرِيبِ مِنْهُ. يَتِمُّ وَضْعَانِ بِزَاوِيَةٍ تُمَكِّنُهُمَا مِنْ رُؤْيَةِ الكُرَةِ واللَّاعِبِينَ بِوُضُوحٍ، مَعَ حُرِيَّةٍ أَكْبَرَ فِي التَّحَرُّكِ مَقَارَنَةً بِالصَّالَةِ بِسَبَبِ اتِّسَاعِ المِسَاحَةِ

القاضي أو المسؤول الفني:

في البطولات الرسمية، يتواجد مسؤول فني لإدارة:

- ⊗ زمن المباراة.
 - ⊗ التبديلات.
 - ⊗ مراجعة التشكيــــــــــــلات.
 - ⊗ تسجيل العقوبات والبطاقات.
 - ⊗ التواصل مع الحكام عند الحاجة.
- ⊗ في بعض البطولات الدولية، يمكن أيضًا وجود حكم احتياطي أو حكم فيديو، لكن ذلك حسب مستوى البطولة.

قواعد اللعب والسلوك

اللاعبين:

يُمنع اللعب بالعصا بطريقة خطيرة أو رفعها فوق رأس اللاعبين الآخرين
لا يُسمح بلمس اللاعبين لبعضهم البعض أو التدخل في أدواتهم.

حراس المرمى:

- Ⓢ لا يُسمح لهم بالخروج من نصف ملعبهم الدفاعي.
- Ⓢ يمكنهم استخدام أقدامهم أو أي جزء من أجسادهم لإيقاف الكرة داخل منطقتهم الدفاعية.
- Ⓢ لا يُسمح لهم بحجب الكرة أو الاستلقاء عليها.

الخاتمة

هنا نكون قد استعرضنا معًا أنواع الهوكي الميداني، وتعرّفنا على قواعده المعتمدة دوليًا، وتناولنا تفاصيل هذه الرياضة العريقة التي تجمع بين المهارة والانضباط والحماس. نأمل أن يكون هذا الكتاب قد أسهم في إثراء معارفكم وتعزيز اهتمامكم بهذه اللعبة الثرية بتاريخها وقيمها. وندعو جميع القراء إلى مواصلة البحث والممارسة والمشاركة في نشر الوعي برياضة الهوكي الميداني، بما يعزز حضورها وتطورها على المستويين المحلي والعالمي.





References المراجع

International Hockey Federation (FIH). (2024). Rules of Hockey 2024. Lausanne, Switzerland international Hockey Federation

(FIH). (2024). Rules of Hockey 2024. Lausanne, Switzerland: FIH. Retrieved from <https://www.fih.hockey>

International Hockey Federation (FIH). (2023). Indoor Rules of Hockey 2023. Lausanne, Switzerland: FIH. Retrieved from <https://www.fih.hockey>

International Hockey Federation (FIH). (2023). Hockey5s Rules of the Game 2023. Lausanne, Switzerland: FIH. Retrieved from <https://www.fih.hockey>



الإتحاد السعودي للهوكي
Saudi Hockey Federation



@SaudiHockey