

Temat: Wychowanie fizyczne dla klas: IIIT, IIIBr, IVT

Proszę zapoznać się z załączonym materiałem i odpowiedzieć na pytania, a następnie proszę zrobić skan lub zdjęcie i przesłać na adres: boguslawsierzega@interia.pl do dnia 30.03.2020r

Przepisy gry w piłkę nożną

Piłka nożna (ang. football) ? gra zespołowa, najpopularniejsza na świecie dyscyplina sportowa. W zawodach (meczach) piłkarskich uczestniczą 2 rywalizujące ze sobą drużyny. Celem gry jest umieszczenie piłki w bramce przeciwnika, zwycięża drużyna, która uczyni to więcej razy. Mecze piłkarskie odbywają się na prostokątnym, pokrytym murawą boisku. Rozmiary boiska to 45 m do 90 m szerokości i długości od 90 m do 120 m. Od 14 marca 2008 roku każde nowe boisko powinno mieć wymiary 105 m - długość, 65 m- szerokość.

Drużyna piłkarska składa się z 11 zawodników (aby zespół został dopuszczony do meczu musi być ich co najmniej 7). Wśród graczy wyróżniamy bramkarza, obrońców, pomocników i napastników. Bramkarz jest jedynym zawodnikiem, który może dotykać i łapać piłkę rękami (jednak zgodnie z przepisami może to mieć miejsce jedynie we własnym polu karnym ? w przypadku dotknięcia piłki przez bramkarza poza polem karnym jest on karany czerwoną lub żółtą kartką (zobacz Wykroczenia i kary). Podział graczy na resztę wymienionych pozycji jest czysto umowny, w aktualnie stosowanych strategiach gry często następuje podczas meczu płynna wymiana między nimi.

Typowa gra piłkarska polega na utrzymywaniu się w posiadaniu piłki tak, aby nie weszła ona w posiadanie przeciwnika, na podaniach piłki nogą lub głową (nie ręką) do partnera z zespołu a następnie kopnięciu jej do bramki przeciwnika. Kontakt fizyczny między graczami zasadniczo jest niedozwolony. Zawodnicy, którzy nie są w posiadaniu piłki, starają się przemieszczać po boisku, próbując znaleźć się w pozycjach ułatwiających wymianę piłki pomiędzy graczami swojego zespołu, a jednocześnie utrudniających grę przeciwnikowi.

Piłka nożna jest jedną z szybciej prowadzonych gier. Gra jest zatrzymywana (warto przy tym zauważyć, że inaczej niż w np. piłce ręcznej zegar się nie zatrzymuje, następuje tylko przerwa w grze ale mimo tego czas dalej płynie) po opuszczeniu przez piłkę boiska lub przerwaniu jej przez sędziego. Po jej zatrzymaniu gra jest wznawiana w sposób określony w przepisach.

Współczesne zasady gry

Mecze rozgrywane są na boisku o szerokości od 45 m do 90 m i długości od 90 m do 120 m. Po przeciwległych stronach boiska na krótszych jego bokach ustawione są bramki o szerokości 7,32 m i wysokości 2,44 m. Piłka powinna mieć obwód nie mniejszy niż 68 cm i nie większy niż 71 cm, a waga powinna wynosić od 396 do 453 gramów. Przy rozpoczęciu meczu ciśnienie powietrza w jej wnętrzu musi wynosić od 0,6 do 1,1 atmosfery (600 ? 1100 g/cm?).

Każda z drużyn składa się z 11 graczy składu podstawowego (w tym 10 zawodników pola i bramkarz). Do tego drużyny posiadają również zawodników rezerwowych (najczęściej do 7). W trakcie meczu można dokonywać zmian. Ich liczba jest zgodna z wcześniejszymi ustaleniami (mecze towarzyskie) lub ograniczona do trzech w meczach oficjalnych. Raz zmieniony zawodnik nie może się znaleźć

ponownie na placu gry. Nie ma ograniczeń co do rodzaju zmian (możliwe jest więc wpuszczenie zamiast bramkarza zawodnika z pola).

Ubiór piłkarza nie może zawierać elementów mogących powodować zagrożenie uszczerbku na zdrowiu u pozostałych graczy, takich jak zegarki lub biżuteria. Podczas meczu nie wolno ściągać koszulki (jest to karane żółtą kartką), zabronione jest również jej ściągnięcie celem odsłonięcia drugiej koszulki z ukrytą treścią.

Piłkę można uderzać głową, nogą, przyjmować na klatkę piersiową itp., nie wolno jedynie dotykać jej rękami. Zakaz ten nie dotyczy bramkarza w obrębie pola karnego po uderzeniu piłki przez zawodnika drużyny przeciwnej albo własnej (z wyjątkiem zamierzonego podania nogą). Celowe dotknięcie piłki ręką jest karane rzutem wolnym bezpośrednim dla drużyny przeciwnej (lub rzutem karnym, jeśli piłki dotknął zawodnik pola we własnym polu karnym). W zależności od sytuacji, sędzia może dodatkowo ukarać zawodnika, który przewinił upomnieniem lub kartką.

Czas trwania i wyłanianie zwycięscy

Czas gry wynosi 90 minut (dwie połowy, każda po 45 minut). Sędzia może przedłużyć każdą połowę meczu stosownie do przerw w grze. Po upływie doliczonego czasu gry zwycięzcą jest ta drużyna, która zdobyła więcej bramek. W przypadku rozgrywania meczów systemem ligowym, za wygraną zwycięzca zdobywa 3 punkty (w niektórych ligach 2 punkty), przegrany nie zdobywa żadnego. Remis natomiast obu drużynom daje po jednym punkcie. W systemie ligowym drużyny grają ze sobą każdy z każdym po dwa razy, jednak np. w lidze austriackiej i szkockiej drużyny rozgrywają między sobą po 4 pojedynki.

W przypadku, gdy mecze rozgrywane są turniejowym systemem dwumeczów, pierwszy mecz zawsze kończy się po drugiej połowie. Zwycięzcą dwumeczu zostaje ta drużyna, która w dwóch meczach zdobędzie więcej goli. Jeśli okaże się, że obie drużyny zdobyły ich tyle samo, zwycięża drużyna, która strzeliła więcej goli w meczu wyjazdowym. Jeśli powyższe warunki nie wyłonią zwycięzcy, odbywa się dogrywka.

Jeśli w przepisowym czasie gry drużyny osiągną wynik remisowy, a konieczne jest wyłonienie zwycięzcy (co ma miejsce w przypadku spotkań rozgrywanych systemem turniejowym bez rewanżów), ma wówczas miejsce trzydziestominutowa dogrywka - 2 połowy po 15 minut. W większości rozgrywek na szczeblu międzypaństwowym obowiązywała do niedawna zasada "złotej bramki" (golden goal), polegająca na tym, że po strzeleniu bramki w dogrywce mecz się kończy, a zwycięzcą zostaje drużyna, którą ją zdobyła. Później na jej miejsce wprowadzono zasadę "srebrnej bramki" (silver goal), polegającej na tym, że zwycięzcą zostaje drużyna, która prowadzi po pierwszej połowie dogrywki. Obecnie odchodzi się od tych zasad na rzecz pełnowymiarowej dogrywki.

Jeśli dogrywka nie przyniesie rozstrzygnięcia, wówczas zawodnicy obu drużyn wykonują serię rzutów karnych (po 5 rzutów karnych, każda dla każdej drużyny), a gdy i po nich nie ma zwycięzcy, wykonuje się na przemian po jednym rzucie karnym aż do osiągnięcia zwycięstwa. W serii rzutów karnych piłkarze na przemian wykonują rzuty karne z przepisowej odległości. Żaden gracz nie może oddać więcej niż jednego strzału, chyba, że wszyscy pozostali gracze pola oddali już strzał w serii rzutów karnych. Gola uznaje się, gdy piłka wpadnie do bramki bezpośrednio, po odbiciu od słupka, poprzeczki lub od bramkarza. Nie uznaje się tzw. "dobitek".

W niektórych systemach rozgrywek, jeśli dogrywka nie wyłoniła zwycięzcy, nie przewidywano serii rzutów karnych lub ograniczano ich ilość. W takich przypadkach, jeśli wciąż nie było możliwe wskazanie zwycięzcy ? sędzia rozstrzygał wynik wykonując rzut monetą.

Piłka nożna na świecie

Międzynarodową Federacją Piłki Nożnej jest FIFA. Należy do niej ponad 208 narodowych federacji piłki nożnej. FIFA organizuje światowe rozgrywki piłkarskie (turnieje olimpijskie, mistrzostwa świata kobiet i mężczyzn oraz grup młodzieżowych itp.) oraz ustala przepisy gry w piłkę nożną. FIFA jest nadrzędną organizacją wobec federacji regionalnych:

AFC - Azja

CAF - Afryka

CONMEBOL - Ameryka Południowa

CONCACAF - Ameryka Północna, Środkowa i Karaiby

OFC - Oceania

UEFA - Europa

Pytanie 1

Z ilu zawodników składa się drużyna piłkarska?

.....

Pytanie 2

Jakie są wymiary boiska do piłki nożnej?

.....

Pytanie 3

Jak nazywa się Międzynarodowa Federacja Piłki Nożnej?

a.) AFC

b.) OFC

c.) FIFA

Zaznacz właściwą odpowiedź.