காற்பந்தாட்டம்
FOOT BALL

ந.தேவதாஸ்
சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்
கே/தெஹி நாகஸ்தன்ன தமிழ் வித்தியாலயம்
தேஹியோவிட்ட கல்வி வலயம்

காற்பந்தாட்டம்

- உலகிலேயேபிரபல்யம் வாய்ந்த விளையாட்டு காற்பந்தாட்டமாகும். தற்போது உலகெங்கும் ஏறத்தாழ 250 மில்லியன் (25 கோடி) பேர் உதைப்பந்தாட்டத்தில் ஈடுபட்டு வருகின்றனர். அவர்களுள் 40 மில்லியன் (04கோடி) பேர் பெண்களாவர்.

காற்பந்தாட்ட வரலாறு

- கிறிஸ்துவுக்கு முன் 206 ஆம் ஆண்டில் “ஹான்” எனும் பேரரசன் சீனாவில் ஆண்டகாலப்பகுதியில்“ற்சுகூ”(ISU CHU) எனும் பெயரில் ஒரு விளையாட்டு விளையாடப்பட்டள்ளது.

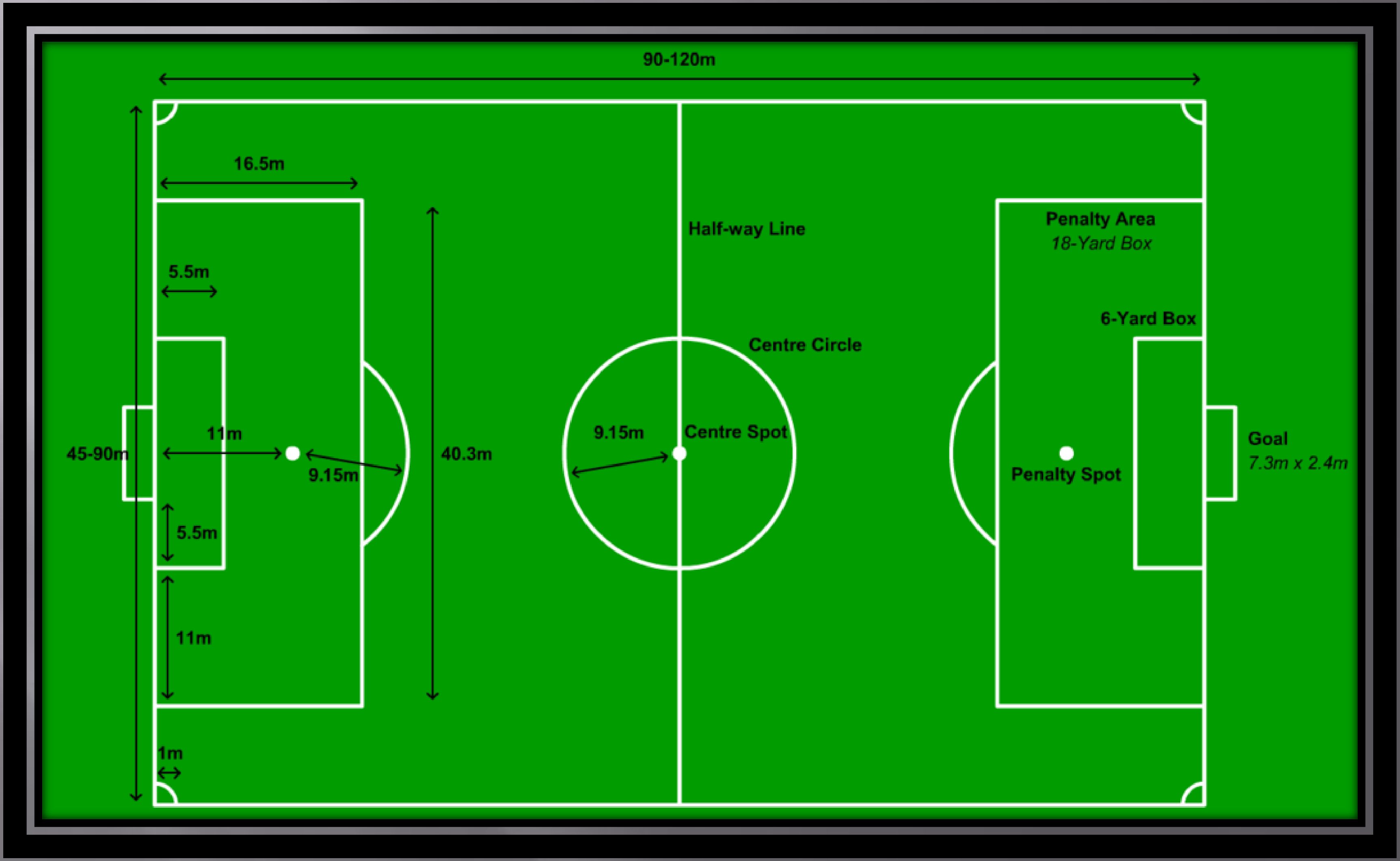
- விலங்குத் தோலினால் ஆக்கப்பட்ட பந்தைக் கால்களினால் உதைத்து மூங்கில் தண்டுகள் இரண்டினால் அமைக்கப்பட்ட பேற்றுக் கம்பங்களினூடா அனுப்புவதே இவ்விளையாட்டாக அமைந்திருந்தது.

- எனவே சீனாவே காற்பந்தாட்ட விளையாட்டை ஆரம்பித்தது எனக் கருதப்படுகின்றது.

இலங்கையின் காற்பந்தாட்ட வரலாறு

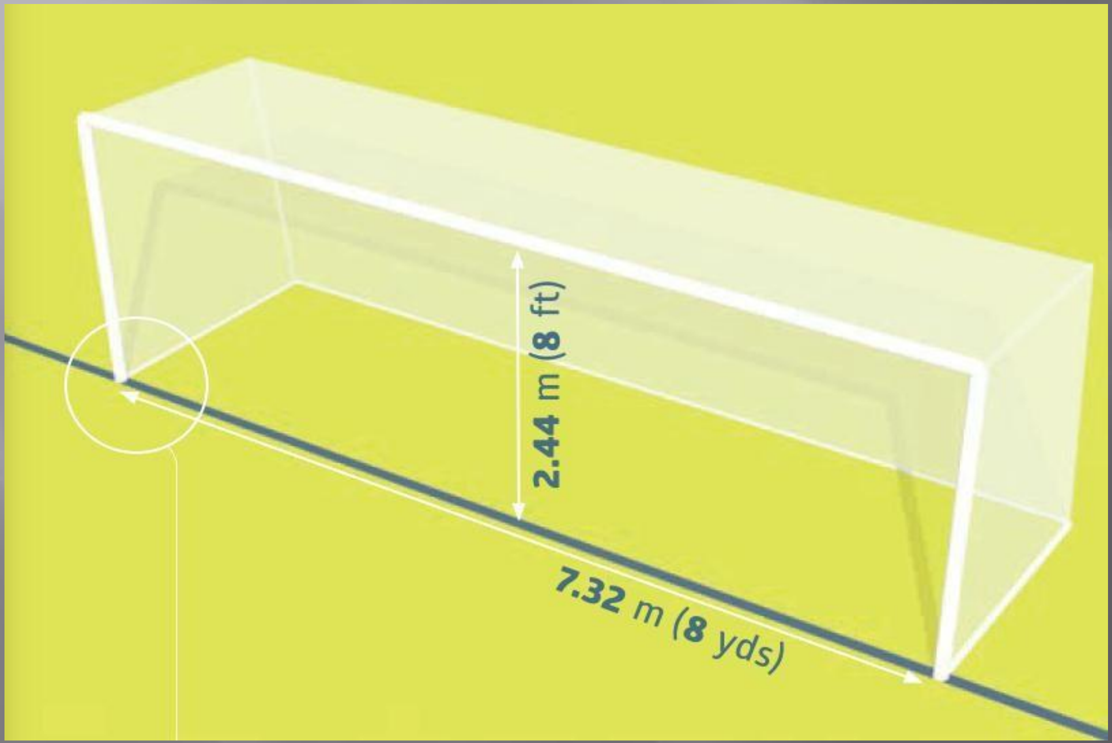
- இலங்கையில் 1879இல் காற்பந்தாட்டம் ஆரம்பமாகியது.
- 1880இல் கொழும்பு காற்பந்தாட்டச் சங்கம் **COLOMBO FOOTBALL CLUB** ஸ்தாபிக்கப்பட்டது. அதன் அங்கத்தவர்கள் அனைவரும் பிரித்தானியர்களாக காணப்பட்டனர்
- காற்பந்தாட்டத்தை ஆரம்பித்த முதலாவது பாடசாலை 1881இல் யாழ்ப்பாண சாந்த பற்றிக் வித்தியாலயமாகும்.
- 04.04.1911 அன்று கொழும்பு பிரிஸ்டல் ஹோட்டலில் காற்பந்தாட்டக் கழகங்கள் ஒன்று கூடி கொழும்பு காற்பந்தாட்டம் லீக் (**colombo association football**) சங்கத்தை அமைத்துக் கோர்ணுடுனு.

மைதானம்

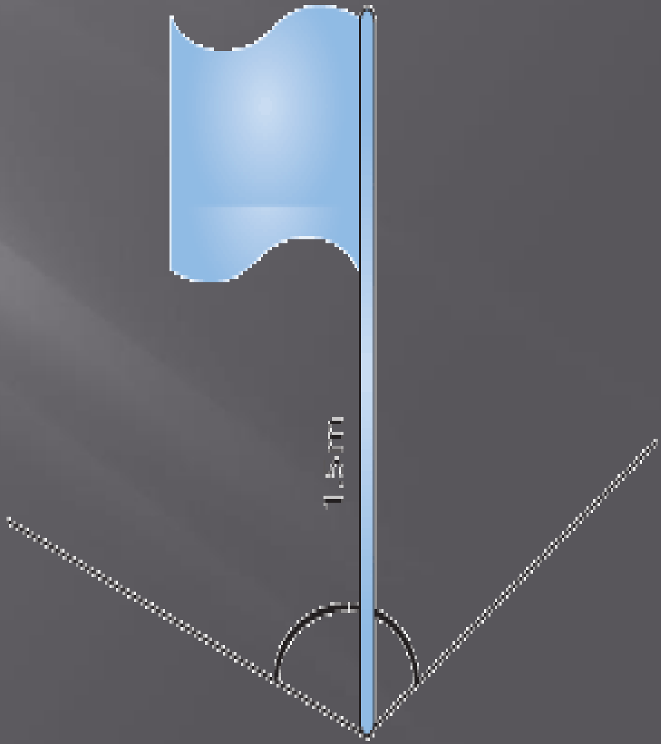

90-120m
16.5m
Half-way Line
Penalty Area
18-Yard Box
5.5m
6-Yard Box
Centre Circle
11m
45-90m
9.15m
40.3m
9.15m
Centre Spot
Penalty Spot
Goal
7.3m x 2.4m
5.5m
11m
1m

காற்பந்தாட்டமைதானம்

கோல் கம்பம்



மூலைக் கொடிக் கம்பம்



காற்பந்தாட்டத்தின் திறன்கள்

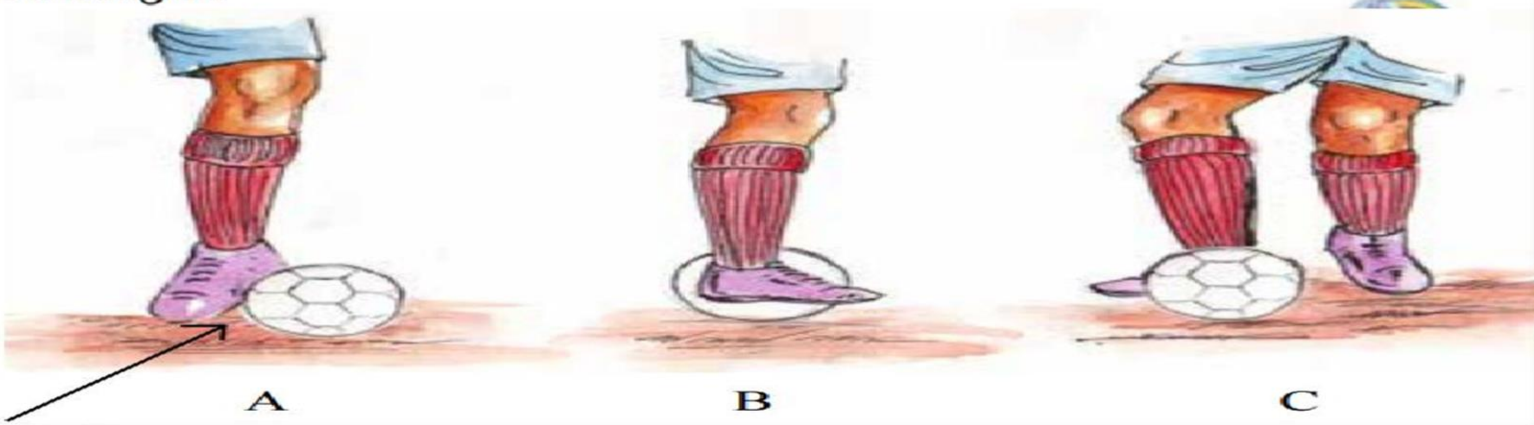
- ❖ சொட்டிச் செல்லல் (DRIBBLING)
- ❖ உதைத்தல் (KICKING)
- ❖ கட்டுப்படுத்தல் (CONTROLLING THE BALL)
- ❖ தலையாலடித்தல் (HEADIN THE BALL)
- ❖ உள்ளெறிகை (THROW IN)
- ❖ பாதுகாப்பு (DEPENDING)
- ❖ பேறுகாத்தல் (GOAL KEEPING)

பந்தினை உதைத்தல் (KICKING THE BALL)

- விரல் நுனியல் உதைத்தல் (KICKING WITH THE TOE)
- உட் பாத உதை (KICKING WITH INSIDE OF THE FOOD)
- வெளி பாத உதை (KICKING WITH THE OUTSIDE OF THE FOOD)
- குதிக்கால் உதை (KICKING WITH THE HEEL)
- மேற்பக்க உதை (KICKING WITH THE INSTEP)
- உட்பாத முன்பக்க உதை (KICKING WITH INSIDE OF THE INSTEP)

உட் பாத உதை (KICKING WITH INSIDE OF THE FOOD)

- சுயாதீனமான பாதத்தை பந்திற்குச் சமாந்தரமாக ஓரளவு தூரத்தில் வைத்தல்.
- உதைக்கும்போது பந்தின்மீது பார்வையைச் செலுத்துதல்.
- சுயாதீன பாதத்திற்கு உடல் நிறையைச் செலுத்தி உதைக்கும் பாதத்தை பந்துக்கு அருகில் கொண்டு செல்லல்.
- உதைக்கும் பாதத்தின் வளைவான பகுதியால் பந்தை உதைக்க வேண்டும்.
- பந்தை உதைத்த பின்னர் பந்துடன் உதைத்த பாதத்தையும் முன்னால் உடன்தொடர்நிலைக் கொண்ணிலையை செலுத்தி வெளிக்காட்ட வேண்டும்.
- பந்தை ஓரளவு தூரத்திற்கு அனுப்புவதற்குக் குறைந்த வேகத்திலும் கூடியதூரம் அனுப்புவதற்கும் வேகமான முறையிலும் உதைத்தல் வேண்டும்.



உட்பாதம்

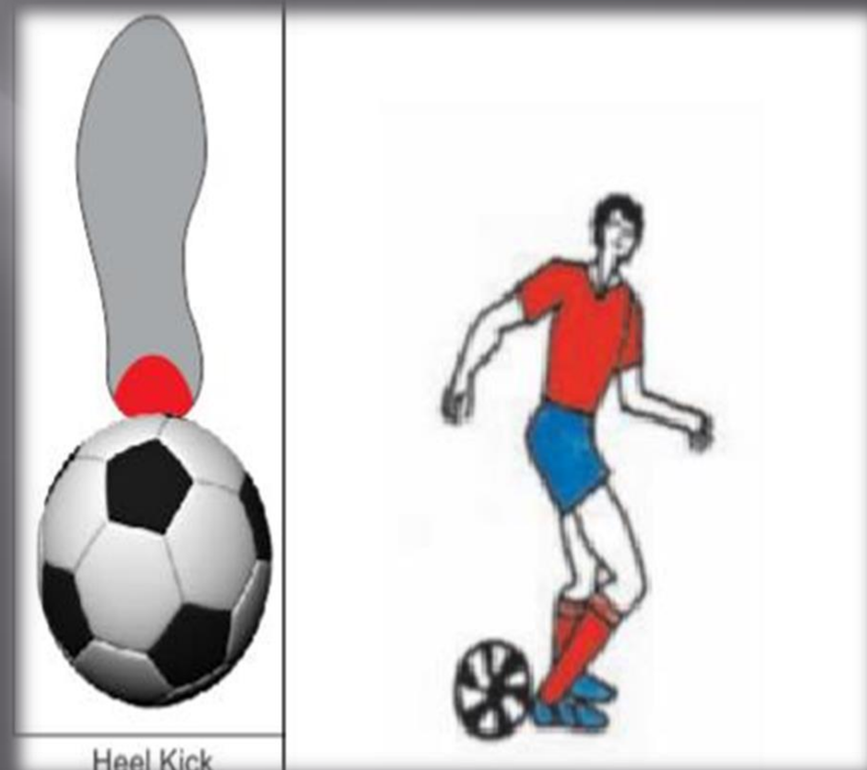
உரு 6.2

விரல் நுனியல் உதைத்தல் (KICKING WITH THE TOE)

- பந்தை நேராகவும்,வேகமாகவும் உதைக்க இவ்வுதைபயன்படுத்தப் படுகின்றது. இதுபாதத்தின் விரல் நுனிகளால் பந்தை உதைப்பதாகும்

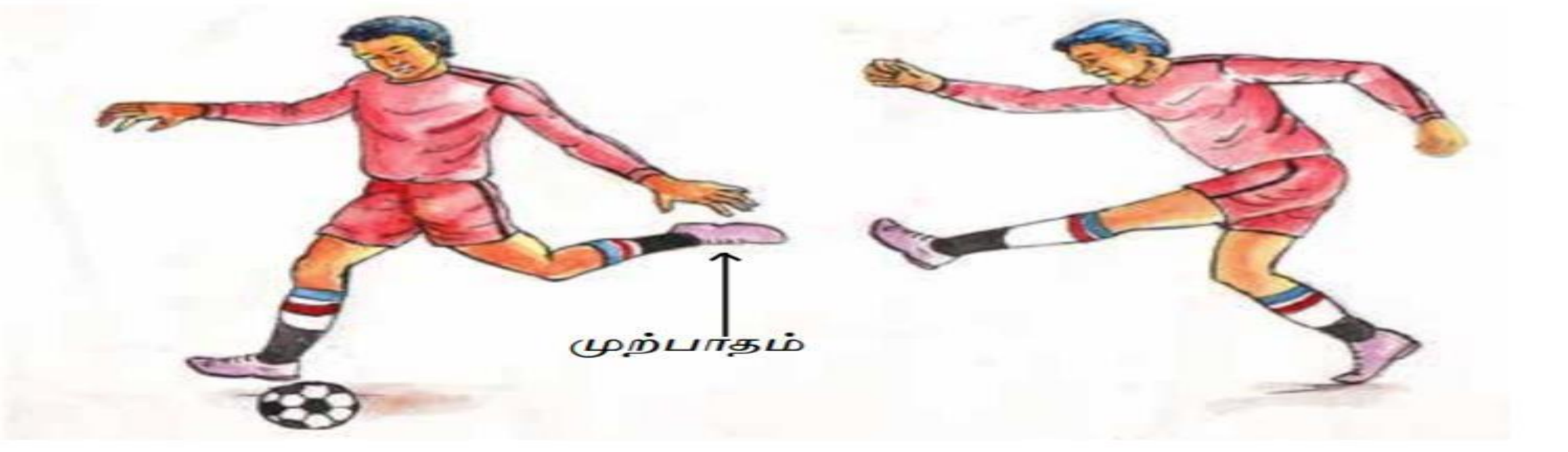
குதிக்கால் உதை (KICKING WITH THE HEEL)

- ஏதிரணி வீரரை ஏமாற்றிப் பந்தை பின்பக்கமாக அனுப்ப இவ்வுதை பயன்படுத்தப்படுகின்றது இதற்காக குதிக்கால்பயன்படுத்தப்படுகின்றது.



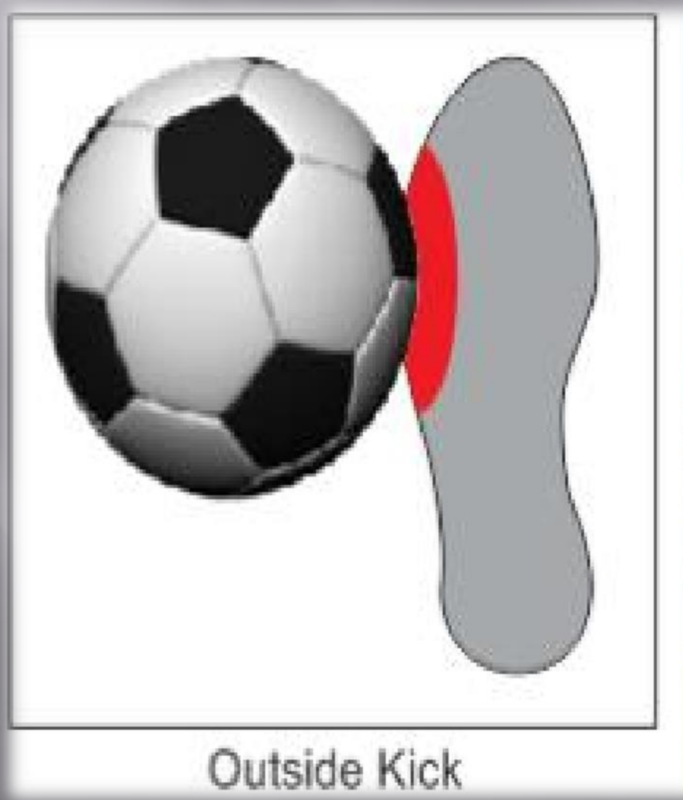
மேற்பக்க உதை (KICKING WITH THE INSTEP)

- உதைக்கும் பாதத்தின் முற்பகுதியால் பந்தினை உதைக்க வேண்டும்.
- சுயாதீன பாதத்தை பந்திற்குச் சமாந்தரமாக ஓரளவு தூரத்தில் வைக்க வேண்டும்.
- பார்வையைப் பந்தின்மீது செலுத்த வேண்டும்.
- உடலின் நிறையை சுயாதீன பாதத்திற்குச் செலுத்தி பந்தை உதைக்க வேண்டும்.
- அவ்வேளையில் இரு கைகளையும் சுதந்திரமாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- உதைத்த பின், அப்பாதத்தை பந்தோடு முன்னால் செலுத்தி உடன்தொடர் கொண்ணிலை பேண வேண்டும்.
- எதிரே வரும் பந்தினை அல்லது நிறுத்தப்பட்ட பந்தினை வேகமாக உதைப்பதற்கு இம்முறையிலான உதை பயன்படுத்தப்படும்.



வெளி பாத உதை (KICKING WITH THE OUTSIDE OF THE FOOD)

- பந்தானது சுழன்று வளைந்து செல்வதற்காக இவ்வுதை பயன்படுகின்றது. பாதத்தின் வெளிப்பகுதியைப் பயன்படுத்தி உதைக்கப்படுகின்றது.



❖ பந்தைக கட்டுப்படுத்தல் (CONTROLLING THE BALL)

உடலின் பல்வேறு பகுதிகளைப் பயன்படுத்தி தன்னை நோக்கிவரும் பந்தைக் கட்டுப்படுத்தலாகும் இம்முறையினால் நிலத்தில் வேகமாக உருண்டு வரும்பந்தினதும் மேலெழுந்து வரும் பந்தினதும் வேகத்தைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளலாம். இதற்காக பந்தைக் கட்டுப்படுத்தும் பல முறைகள் உள்ளன.

பந்தைக் கட்டுப்படுத்தும் முறைகள்

1. உட்பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (Controlling the ball using the inside of the foot)
2. முற்பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (Controlling the ball using the instep of the foot)
3. கீழ் பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (பந்தின்மேல் பாதத்தை வைத்து) (Controlling the ball by keeping the foot on the ball)
4. மார்பினால் கட்டுப்படுத்தல் (Controlling the ball using the chest)
5. வயிற்றினால் கட்டுப்படுத்தல். (Controlling the ball using the abdomen)

உட்பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (Controlling the ball using the inside of the foot)

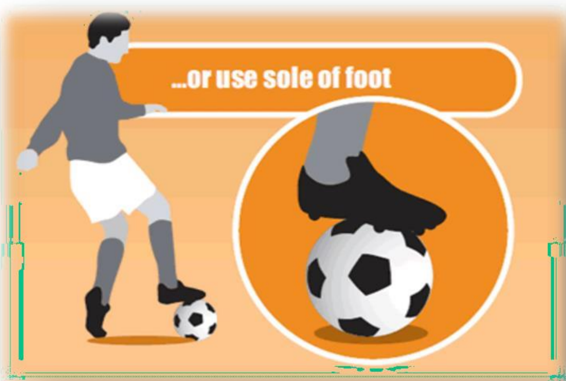
- உட்பாதத்தின் வளைந்த பகுதியினால் பந்தைக் கட்டுப்படுத்தல்.
- பந்து பாதத்தில் பட்டவுடன் அப்பாதத்தைச் சற்று பின்னால் இழுக்க வேண்டும்.
- சுயாதீன பாதத்தைப் பந்துக்கு அருகில் வைத்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.
- இரு கைகளையும் சுயாதீனமாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- இவ்வேளையில் கைகள், முழங்கை, பாதம் என்பன ஒரே நேர்கோட்டில் அமைந்திருக்கும்.

முற்பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (Controlling the ball using the instep of the foot)

- உயர்ந்து வரும் பந்தைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக இம்முறையைப் பயன்படுத்தலாம்.
- உயர்ந்து வரும் பந்து பாதத்தில் பட்டவுடன் பந்தின் வேகத்தைக் குறைக்கும் முகமாக அப்பாதத்தை சற்று பின் பக்கமாகக் கொண்டு செல்லல் வேண்டும்.
- பார்வையை பந்தின் மீது செலுத்தல் வேண்டும். அவ்வேளையில் உடலின் நிறையை சுயாதீன பாதத்திற்குச் சற்று மாற்றுதல் வேண்டும்.
- கைகளை சுயாதீனமாகப் பேணவேண்டும்.
- உடலைச் சற்று பின்பக்கமாகக் கொண்டு செல்லல் வேண்டும்.

கீழ் பாதத்தினால் கட்டுப்படுத்தல் (பந்தின்மேல் பாதத்தை வைத்து)
(Controlling the ball by keeping the foot on the ball)

- எதிரில் வரும் பந்தின் மேல் அடிப்பாதத்தை வைத்து நிறுத்துவது இங்கு நிகழும்.
- சுயாதீன பாதத்தை முழங்காலில் மடித்து பந்துக்குப் பின்புறமாக வைக்க வேண்டும்.
- நேராக வரும் பந்து பாதத்தில் பட்டதும் கீழ்ப்பாதத்தைப் பந்தின் மீது வைத்தல். வைக்கும்போது பாதத்தால் பந்தைச் சிறிது அழுத்துதல் வேண்டும்.
- பார்வை பந்தை நோக்கியிருத்தல் வேண்டும்.
- இரண்டு கைகளையும் பயன்படுத்தி உடலின் சமநிலையைப் பேணுதல் வேண்டும்.
- விளையாட்டு வீரருக்கு ஓரளவு முன்னால் பந்தை நிறுத்திக்கொள்ள வேண்டும்.

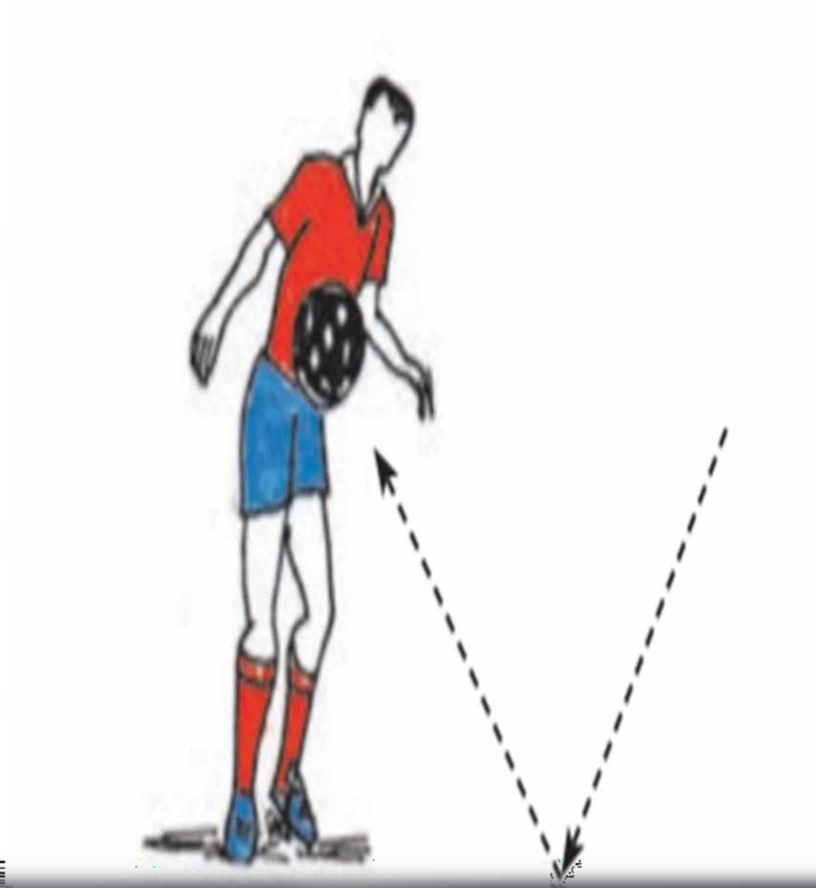


மார்பினால் கட்டுப்படுத்தல்
(Controlling the ball using the chest)

உயர்ந்து வரும் பந்தினை மார்ப்பைப் பயன்படுத்தி கட்டுப்படுத்துவது ஆகும். இச்சந்தர்ப்பத்தில் பந்து மார்பில் படுதலோடு மார்பைச் சற்று உட்புறமாக இழுத்தல் வேண்டும்.

வயிற்றினால் கட்டுப்படுத்தல்.
(Controlling the ball using the abdomen)

நிலம் பட்டு மேல் எழுந்து வரும் பந்தை வயிற்றினால் கட்டுப்படுத்துவதாகும். பந்து வயிற்றில் பட்டவுடன் வயிற்றைச் சற்று உட்புறமாக இழுத்தல் வேண்டும்.



பந்தைத் தலையாலடித்தல் (HEADING THE BALL)

- காற்பந்து விளையாட்டில காணக்கூடிய மிகப் பிரதான திறனாக தலையாலடிப்பதைக் கொள்ளலாம்.
- இங்கு நெற்றியின் முற்பகுதியால் அதாவது நெற்றி மாட்டத்தால் பந்தை அடிக்க வேண்டும்.
- வெவ்வேறு நிலைகளைப் பயன்படுத்தி பந்தை தலையாலடிக்கலாம்

1. நின்ற நிலையில் பந்தை தலையாலடித்தல்.

1. மேலே பாய்ந்து தலையாலடித்தல்.

1. வளிமண்டலத்தில் மிதந்தவாறு தலையாலடித்தல்.

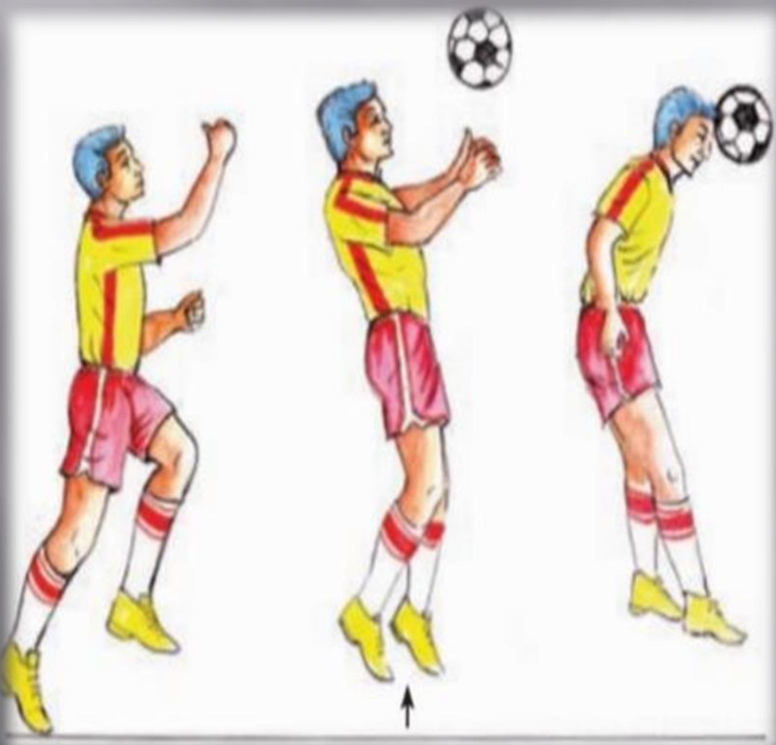
1. மேலே பாய்ந்தவாறு பக்கத்தால் வரும்பந் தைத் தலையாலடித்தல்.

நின்ற நிலையில் பந்தை தலையாலடித்தல்.

- உயர்ந்து வரும் பந்தை நன்கு அவதானித்து நெற்றியைப் பயன்படுத்தி பந்தை இடித்தல் ஆகும். இரண்டு கால்களும் நிலம்பட்டவாறே இருக்கும்

மேலே பாய்ந்து தலையாலடித்தல்.

மேலே உயர்ந்து வரும் பந்தை நன்கு அவதானித்து மேலே பாய்தலுடன் பந்துக்கு தலையாலடித்தல். இச்சந்தர்ப்பத்திலும் பந்தானது முன்பக்கமாகச் செலுத்தப்படும். பந்து நிலத்திற்கு மேலாக இருக்கும்.

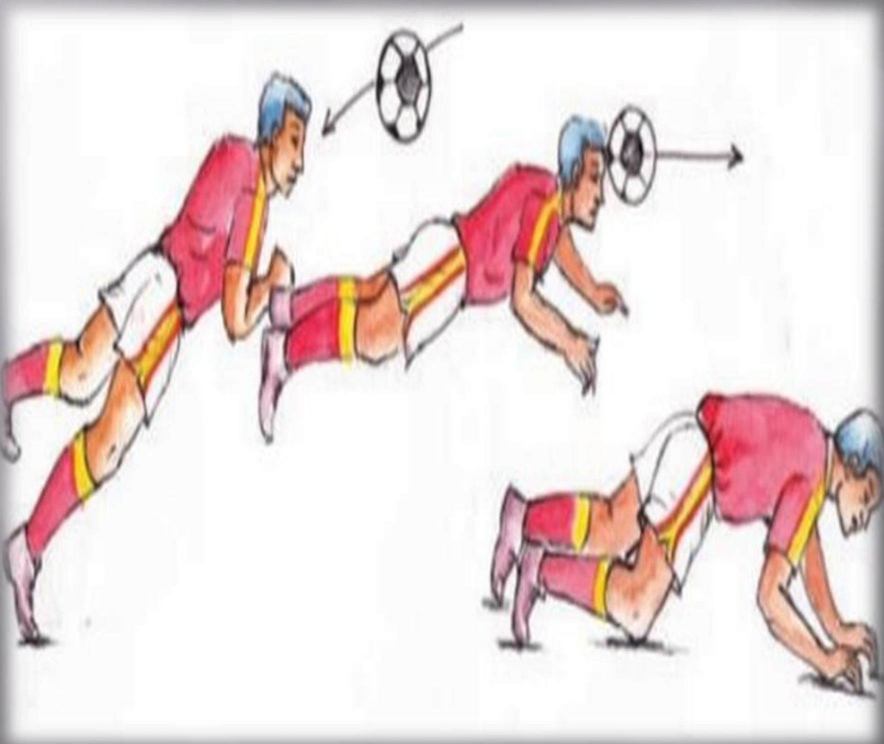


மேலே பாய்ந்தவாறு பக்கத்தால் வரும் பந்தைத் தலையாலடித்தல்

- மேலால் அல்லது பக்கத்தால் வரும் பந்தை வெவ்வேறு திசைகளுக்கு அனுப்புவதற்காக தலையின் இருபக்கங்களையும் பயன்படுத்தி பந்தை தலையாடிக்கும் முறையாகும். பெறும்பாலும் இம்முறையின் போது மேலே வேண்டும்

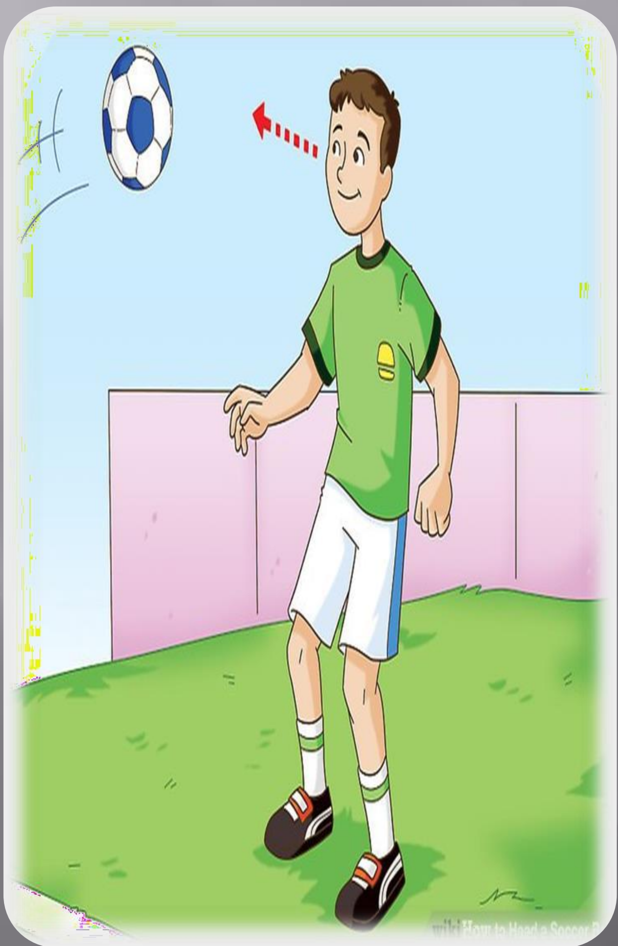
வளிமண்டலத்தில் மிதந்தவாறுதலையாலடித்தல்.

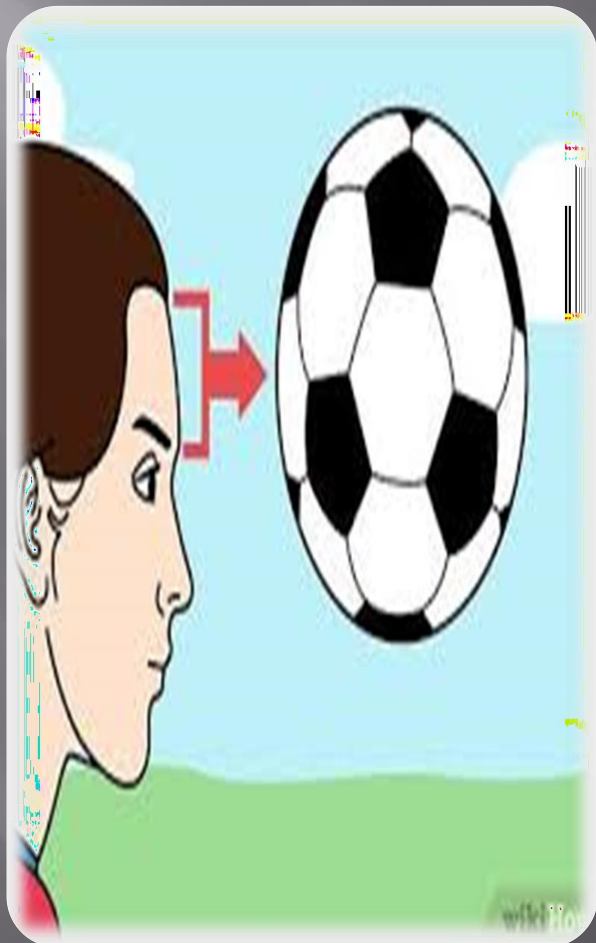
- தனது பார்வைக்கு முன்னால்மார்பிற்கு கீழாக முன்னோக்கி வரும் பந்தை வேகமாக தனது இலக்கை நோக்கி அனுப்புவதற்கு வளிமண்டலத்தில் மிதந்தவாறு பந்தை தலையாலடித்தல் இம்முறையாகும். இதன் போது நிலம்படும் சந்தர்ப்பத்தில் உடலின் சமநிலையை பேணவும் விபத்துக்களை தவிர்ப்பதற்கும் கைகள்,கால்களை முறையாக கையாளுதல் வேண்டும்.



பந்தைத் தலையாலடிக்கும்போது கவனத்திற்கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள்

- பார்வை பந்தை நோக்கி இருக்க வேண்டும்.
- பந்தின் நடுப்பகுதியில் அடிக்க வேண்டும்.
- பாதுகாப்பு தொடர்பில் கவனஞ் செலுத்த வேண்டும்.





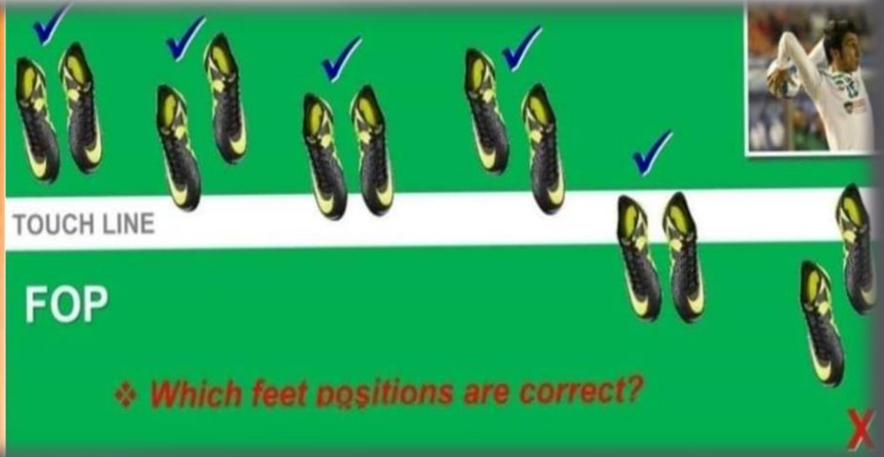
❖ உள்ளெறிகை (THROW IN)

- ஆட்டத்தை மீள ஆரம்பித்தல் முறைகளில் உள்ளெறிகையும் ஒன்று. உள் எறிகை மூலம் நேரடியாகக் கோல் போட முடியாது.
  - உள் எறிகை வழங்கப்படுவது.

- பந்தானது பக்கக்கோட்டை நிலத்தில் அல்லது மேலால் முழுமையாக கடந்தால் கடைசியாக பந்தைத் தொட்டவரின் எதிரணியினருக்குப் பந்து கடந்த இடத்திலிருந்து உள்ளெறிகை வழங்கப்படும்.
- பந்துடன் வீரங்கனை மைதானத்திற்கு வெளியே உள்ள நிலப்பகுதியைத் தொடல்

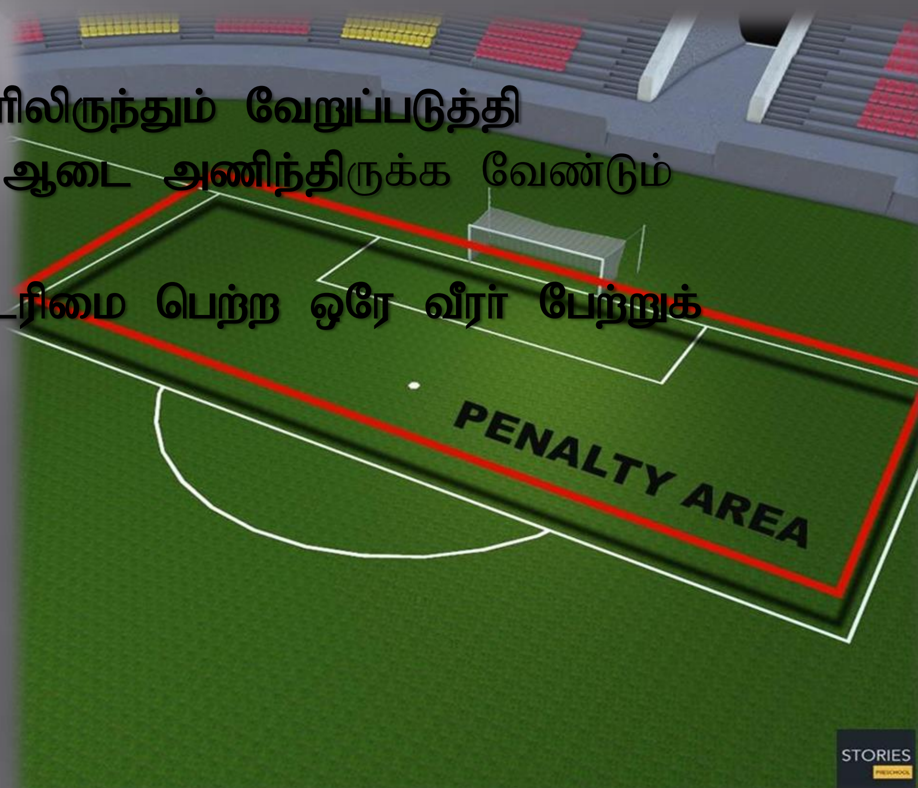
உள்ளெறிகையின்போது கவனத்திற் கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள்

- உள்ளெறிகையை மேற்கொள்பவரின் இரண்டு பாதங்களும் பந்து கையிலிருந்து விடுபடும்வரை நிலத்தில் தொடுகையுற்றவாறு இருத்தல் வேண்டும்.
- பந்து எறியும்போது எறிபவர் மைதானத்தின் பக்கம் திரும்பியிருத்தல்.
- தலையின் பிற்பக்கத்திலிருந்து தலைக்கு மேலால் கொண்டு வந்து எறிதல் வேண்டும்.
- பந்தை எறியும்போது இருகைகளாலும் பிடித்திருத்தல்.
- பந்தை எறிந்தவர் இன்னொருவரின் தொடுகைக்குப் பின்னாலேயே பந்தை மீளத் தொட முடியும்.
- உள்ளெறிகையின்போது எதிரணியினர், உள்ளெறிகை நடைபெறும் இடத்திலிருந்து 2 m க்கு அப்பால் நிற்க வேண்டும்.
- பந்தை ஓடி அணுகி அல்லது ஓரிடத்தில் நின்று உள்ளெறிகையை மேற்கொள்ளலாம்.



பேறுகாத்தல் (GOAL KEEPING)

- பேறுகாத்தல் காற்பாந்தாட்ட விளையாட்டின் பிரதான திறன்களிலொன்றாகும்.
- பெறப்படும் பேறுகளின் (Goal) எண்ணிக்கையின் அடிப்படையில் வெற்றி தோல்வி தீர்மானிக்கப்படுவதே இதற்கு காரணம்.
- பேற்றுக்குச் செலுத்தப்படும் பந்தைப் பேற்றுக்குள் செல்லவிடாது தடுப்பது பேறுகாத்தல் எனப்படும்.



- பேற்றுக் காவலனை ஏனைய வீரர்களிலிருந்தும் வேறுப்படுத்தி இனங்காண்பதற்கு அவர் வேறு நிற ஆடை அணிந்திருக்க வேண்டும்
- பந்தை கைகளால் தொடக்கூடிய உரிமை பெற்ற ஒரே வீரர் பேற்றுக் காவலனாவார்

பேற்றை நோக்கி வரும் பந்தை காக்கும் முறைகள்

1. தரையில் உருண்டு நேராக வரும் பந்தைக் காத்தல்.

2. தரையில் உருண்டவாறு பக்கத்தால் வரும் பந்தைக் காத்தல்.

3. மார்புக்கு நேராக அல்லது வயிற்றுக்கு நேராக வரும் பந்தைக்காத்தல்
.

4. தலைக்கு மோலாக வரும் பந்தைக் காத்தல்.

5. பந்தைப் பக்கமாகப் பாய்ந்து காத்தல் அல்லது பேற்றுக்குள் செல்லாதவாறு வேறு திசையில் அனுப்புதல்.

போட்டி ஆரம்பம், மீள் ஆரம்பம் - the start and restart of play

- போட்டி ஆரம்பிப்பதற்கு முன்னர் இரு அணித்தலைவருக்கிடையே நாணயச் சுழற்சி இடம்பெறும் நாணயச் சுழற்சியில் வெற்றி பெற்ற அணிபேற்றுப் பிரதேசத்தை அல்லது ஆரம்ப உதையினை பெற்றுக் கொள்ளும்.

- நாணயச் சுழற்சியில் வெற்றி பெற்ற அணி ஆரம்ப உதையினை தெரிவுச் செய்யுமீடுத்து மற்றைய அணி பேற்றுப் பிரதேசத்தை பெற்றுக் கொள்ளும்.

- நூணயச் சுழற்சியில் வெற்றி பெற்ற அணியின் தெரிவின்படி இராண்டாம் பாதியில் எதிரணிக்கு சந்தர்ப்பம் வழங்கப்படும்.

ஆரம்ப உதை – kick off

- ஆரம்ப உதை என்பது போட்டிஆரம்பித்தல் அல்லது மீண்டும் ஆரம்பித்தலைக் குறிக்கும்.

ஆரம்ப உதை வழங்கப்படும் சந்தர்ப்பங்கள்

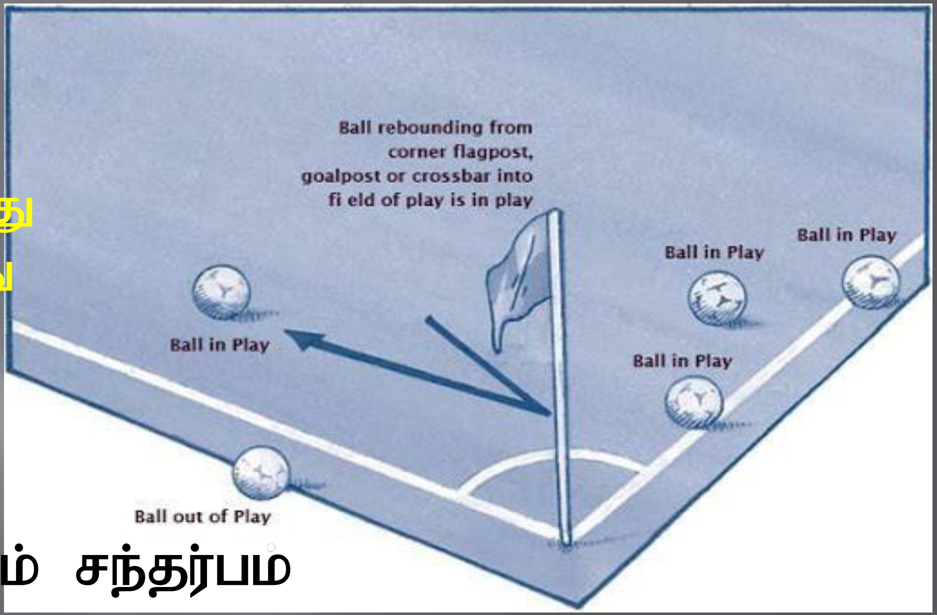
- போட்டி ஆரம்பம்.
- ஒரு அணி புள்ளியொன்றைப் பெற்ற சந்தர்ப்பம்.
- இடைவேளைக்குப் பின்னால் மீண்டு ஆரம்பிக்கும்போது.
- போட்டி சமப்படும் போது ஒவ்வொரு மேலதிக நேரத்தின் போதும்.

நடைமுறை

- ஏல்லா ஆட்டககாரரும் மைதானத்தில் தமக்குரிய அரைப்பகுதிக்குள் நிறக வேண்டும்.
- ஆரம்ப அடியை எடுப்பவரின் எதிர் அணியின் பந்து ஆட்டத்தை ஆரம்பிக்கும் வரை பந்திலிருந்து குறைந்தது 9.15M தூரத்தில் நிற்க வேண்டும்.
- மத்தியஸ்தர் சமிக்ஞைக்குக் பின்னர் பந்தை அடித்து பந்து அசைந்ததும் ஆட்டத்தை ஆரம்பிக்கும்
- ஆரம்ப அடி எடுத்தவர் பந்து வேறொருவரில் படும் முன் இரண்டாம் முறையாகப் பந்தை தொடக் கூடாது.
- ஒரு அணிகோல் போட்டதும் மற்றைய அணி ஆரம்ப அடியை அடிக்கும்

விளையாட்டில் பந்தை ஈடுப்படுத்தும்,ஈடுப்படுத்தாத சந்தர்ப்பங்கள் (the ball in qut of play)

- ❖ புந்தை விளையாட்டில் ஈடுப்படுத்தாத சந்தர்ப்பங்கள்
  - ➢ புந்தானது கோல் கோட்டை அல்லது தொடு கோட்டை நிலத்தில் அல்லது மேலால் முழுமையாகக் கடந்தால்
  - ➢ முத்தியஸ்தரால் ஆட்டம் இடை நறுத்தப்பட்ட சந்தர்ப்பம்



- ❖ விளையாட்டில் பந்தை ஈடுப்படுத்தும் சந்தர்பம
  - ➢ பின்வரும் சந்தர்ப்பங்கள் உட்பட மற்றைய எல்லா நேரங்களிலும் பந்து ஆட்டத்தல் உள்ளதாக கருதப்படும்
  - ▪ கோல் கம்பம் (goal post) அல்லது மூலை கொடி கம்பத்தில் (corner flag post) பட்டு பந்து மைதானத்திற்குள் வந்த சந்தர்ப்பம்
  - ▪ மத்தியஸ்தரோ அல்லது உதவி மத்தியஸ்தரோ மைதானத்துள் நிற்கும் போது அவர்களில் பந்து பட்டால்

உரித்தற்ற பிரதேசம் - offside

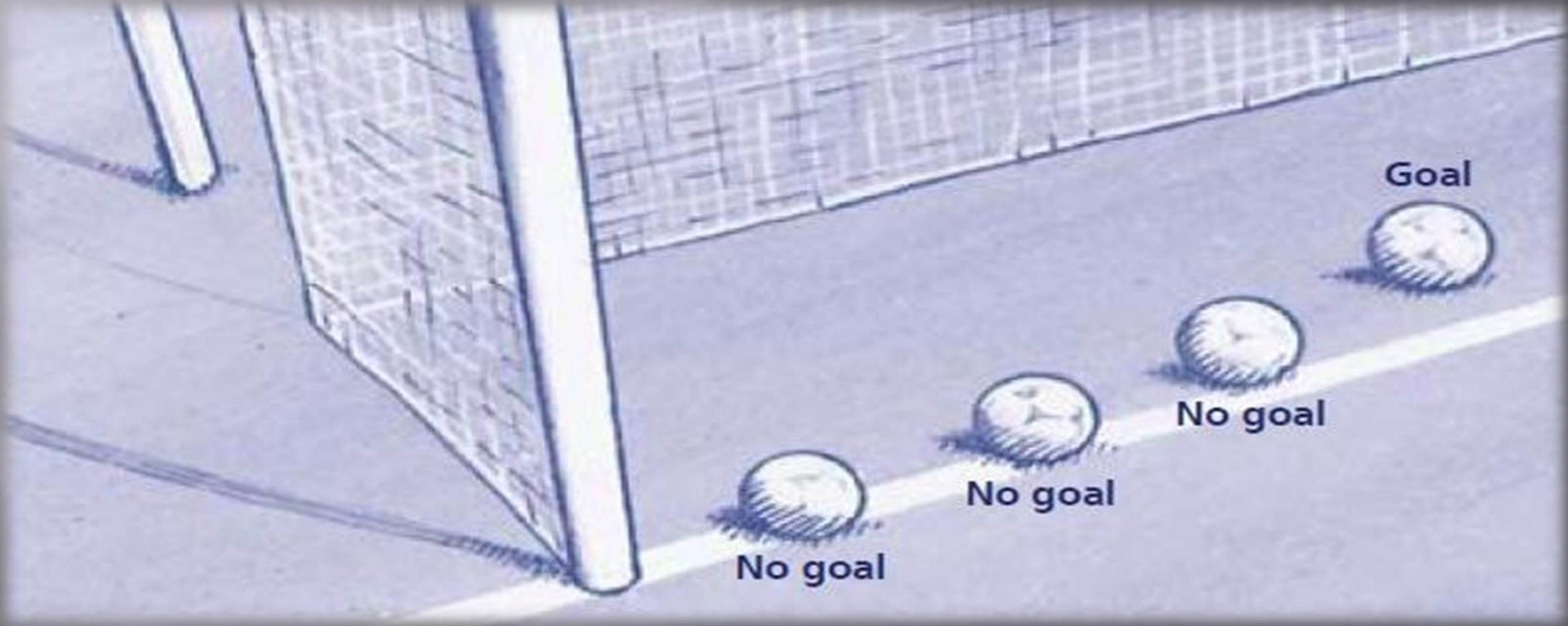
➢ உரித்தற்ற பிர தேசம் என்பது ஒரு வீரர் எதிரணி வீரர், பந்து இவை இரண்டிற்கும் முன்பாக எதிரணியினரின் பேற்றுக் கோட்டிக்கு சமீபமாக நிலைகொள்ளலைக் குறிக்கும். உரித்தற்ற பிரதேசத்தில் விளையாட்டு வீரரின் ஈடுபாடு கவனத்திற் கொள்ளப்படும்.

பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் உரித்தற்ற பிரதேசத்திற்கான சட்டவிதி அமுல்படுத்தப்படமாட்டாது.

- பேற்று உதை (GOAL KICK)
- பந்து உள்ளெறிகை (THROW IN)
- மூலை உதை (CONER KICK)

புள்ளியைப் பெற்றுக் கொள்ளல்
the method of scoring

- போட்டி எவிதிமுறைகளை மீறாதவாறு முழமையாக பேற்று கம்பங்களிற்குள்ளும் குறுக்குச் சட்டத்திற்கு கீழாலும் முழுமையாகப் பேற்றுக்கோட்டை தாண்டி பந்து பேற்றுக்குள் போகுமாயின் ஒரு புள்ளி கிடைக்கும்.



தவறுகளும் அதற்கான தண்டனையும் - fouls and misconduct

வேண்டுமென்றே பாரதூரமான தவறொன்றை தண்டப் பிரதேசத்தில் செய்தால் எதிரணியினருக்கு தண்ட உதை ஒன்று வழங்கப்படும். அவ்வாறான தவறை மைதானத்தின் வேறு பிரதேசத்தில் செய்யும் பட்சத்தில் தவறிழைத்த இடத்திலிருந்து நேரடி சுயாதீன உதை வழங்கப்படும்.

நேரடி சுயாதீன உதை – direct free kick

I. எதிரணி வீரர் ஒருவரை பாதத்தினால் உதைத்தல் அல்லது பாதத்தினால் உதைக்க எத்தனித்தல்.

II. எதிரணி வீரர் ஒருவரை பாதங்களால் குறுக்காகத் தடம் போடுதல் அல்லது தடம் போடுவதற்கு எத்தனித்தல்.

III. விளையாட்டு வீரர் ஒருவரின் மேல் பாய்தல்

VI. வேண்டுமென்றே பந்தைக் கையால் பிடித்தல் அல்லது கையால் அடித்தல் அல்லது கையை அடிக்கும் வகையில் வைத்துக் கொள்ளுதல்.

V. எதிரணி வீரரை கையால் அடித் தல் அல்லது அடிக்க முயற்சித்தல்.

VI. எதிரணி வீரரைத் தள்ளுதல்.

நேரில் சுயாதீன உதை - indirect free kick

பேற்றுக் காப்பாளரீன் தவறுகள்

❖ புந்தை கைகளால் பற்றியபின் அதனை விடுவிப்பதற்காக 6ளநஉ களுக்கு மேல் தாமதித்தல்..
❖ புந்தை விடுவித்தல் பின் வேறொருவர் ஸ்பரிசிப்பதற்கு முன்னர் பேற்று காப்பாளர் மீண்டும் ஸ்பரிசித்தல்.
❖ தமது அணி வீரரொருவரால் வேண்டும் என்றே கால்களால் அனுப்பும் பந்தை கையால் பிடித்தல்
❖ தமதணி வீரரால் எறியப்பட்ட உள்ளெறிகையை பற்றுதல்

வீரர்களின் தவறுகள்

➢ விபத்துகள் ஏற்படக்கூடியவாறு விளையாடுதல்
➢ வீரர் ஒருவரின் விளையாட்டுக்கு இடைஞ்சல் ஏற்படுத்தல்
➢ பேற்றுக் காப்பாளர் பந்தை வடுவிப்பதற்கு இடைஞ்சலாகவிருத்தல்.
➢ உரித்தற்ற பிரதேசம்

எச்சரிக்கைகான தவறுகள் CAUTIONABLE OFFENCE

- விளையாட்டு பண்பற்ற நடத்தை.
- சொற் பிரயோகத்தால் அல்லத செய்கையிகாலான தவறான நடத்தைகள்
- நடைமுறை விதிகளை தொடர்ந்து மீறுதல்.
- விளையாட்டை மீண்டும் ஆரம்பித்தலை தாமதப்படுத்தல்.
- சுயாதீன உதை, மூலை உதை, உள்ளெறிகையின் போது உரிய தூரத்தை உதாசீனம் செய்தல்.
- மத்தியஸ்தரின் அனுமதியின்றி மைதானத்துள் பிரவேசித்தல் அல்லது மீண்டும் பிரவேசித்தல்.
- மத்தியஸ்தரின் அனுமதியின்றி மைதானத்தை விட்டு வெளியேறுதல்.

விளையர்ட்டிலீருந்து வெளியேற்றுவதற்கான தவறுகள்
SENDING OFF OFFENCES

- மிக மோசமான ஆட்டம்
- மூரக்கத்தனமான நடத்தை.
- எதிரணி வீர்ர அல்லது வேறு ஒருவர் மேல் துப்புதல்.
- வேண்டும் என்றே பந்தை கையால் தடுப்பதன் மூலம் எதிரணியின் நிச்சயமானகோல் பெறக்கூடிய சந்தர்ப்பத்தை தடுத்தல்
- நிச்சயமாக கோல் போடும் வாய்புடன் தன் கோல் நோக்கி வரும் எதிரணி ஆட்டக்காரரை தடுத்தல்.
- தாக்கும் அல்லது இழிவுப்படுத்தும் அல்லது அவமதிக்கும் பேச்சை பேசுதல்.
- ஒரு போட்டியில் இரண்டாவது தடவை எச்சரிக்கப்படல்.

தண்டஉதை - PENALTY KICK

- பந்து ஆட்டத்தில் இருக்கும் வேளையில் நேர் சுயாதீன உதை வழங்கக்கூடிய பத்துக் குற்றங்களில் ஒன்றையேனும் ஒரு அணியினர் தமது தண்டனை பிரதேசத்திற்குல் செய்தால் எதிரணிக்கு தண்ட உதை ஒன்று வழங்கப்படும்.

  - **தண்ட உதை மூலம் பேற்று (GOAL) பெறப்படலாம்**

தண்ட உதையின்போது கவனத்திற் கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள்

- மத்தியஸ்தர் மூலம் தண்ட உதையைப் பெற்றுக் கொள்ளும் வீரரை இனங்காணல்.
- பந்தை தண்டப் பிரதேசத்திலுள்ள மையப் புள்ளியில் அசையாது வைத்திருத்தல்.
- பந்தை முன்னோக்கியே உதைத்தல் வேண்டும்.
- தண்ட உதையைப் பெற்றுக்கொள்ளும் வரை பேற்றுக் காப்பாளர் பேற்றுக் கம்பங்களுக்கு இடையில் பேற்றுக் கோட்டில் எதிரணி வீரரை முன்னோக்கியவாறு நிற்றல் வேண்டும்.
- தண்ட உதைக்கு மேலதிக நேரம் தேவைப்படுமாயின் அந்நேரம் போட்டியின் அரை நேரத்துடன் இணைக்கப்பட வேண்டும்.

பேற்று உதை - GOAL KICK / OUT KICK

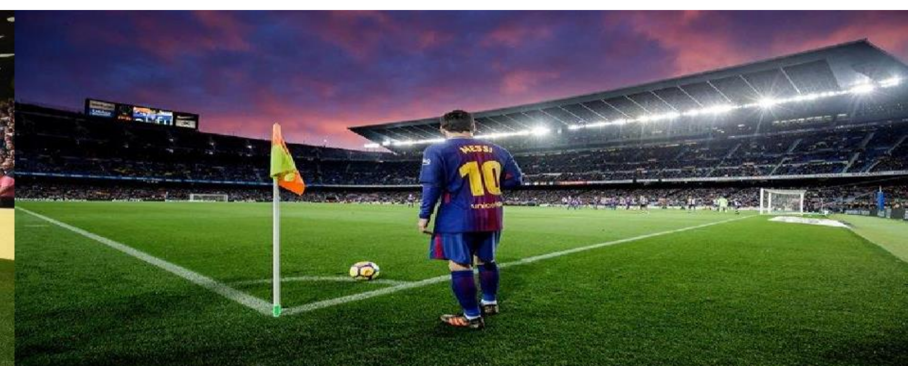
பேற்றுக்கு உதைக்கும் வீரரினால் பந்து உதைக்கப்பட்ட பின் பந்து நிலத்தில் உருண்டு அல்லது வளியில் மிதந்து அல்லது பேற்றுப் பிரதேசத்தின் கோட்டைத் தாண்டி பயணித்தலுடன் பேற்று உதை முழுமையடையும் பேற்றைக் காக்கும் பொறுப்பு எதிரணிக்கு உரியதாகும்.

- பேற்று உதையை பந்து வெளியே சென்ற மைதானத்தின் அரைப்பகுதிக்குரிய பேற்றுப் பிரதேசத்தின் எந்த ஒரு இடத்திலிருந்தும் மேற்கொள்ளலாம்.
- பேற்று உதையின்போது எதிரணி வீரர்கள் தண்டப் பிரதேசத்திற்கு வெளியே நிற்றல் வேண்டும்.
- பேற்று உதையின் மூலம் நேரடியாகவே புள்ளி ஒன்றைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

மூலை உதை - corner KICK

இறுதியாக, காத்தல் செயற்பாட்டில் ஈடுபட்டுள்ள வீரர் ஒருவரால் ஸ்பரீட்சிக்கப்பட்ட பந்து நிலத்தில் உருண்டு அல்லது வளியில் சென்று பேற்றுக் கம்பத்திற்கும் மூலைக் கம்பத்திற்குமிடையில் (முழுமையாகப் பேற்றுக் கோடு அல்லது மைதானத்தின் அகலப்பக்கக் கோடு) கடந்து சென்றால். எதிரணியினருக்கு மூலை உதை வழங்கப் படும்.

- மூலை உதையை மேற்கொள்ள முன்னர் எதிரணியினர் 9.15 மீட்டருக்கு அப்பால் நிலை கொள்ள வேண்டும்.
- இன்னுமொரு வீரர் பந்தைத் தொட்ட பின்பே மூலை உதையை மேற்கொண்ட வீரர் மீண்டும் பந்தைத் தொட முடியும்.



காற்பந்தாட்டப் போட்டியின் மத்தியஸ்த்

- **பிரதமநடுவர் (CHIF REFEREE)**

பிரதம நடுவரின் கடமைகள்

- விளையாட்டு மைதானம், பந்து என்பன சட்டவிதிகளுக்கு உட்பட்டு உள்ளனவா எனப் பரிசோதித்தல்.
- முழுப்போட்டி நேரத்திலும் சட்டவிதிகளை அமுல்படுத்தல்.
- போட்டி சம்பந்தமாக அறிக்கையைப் பதிவு செய்தல்.
- குற்றமிழைக்கும் போட்டியளர்களுக்கு தண்டனை விதித்தல்.
- விபத்துக்களின் போது போட்டியை நிறுத்துதலும், மீண்டும் போட்டியை ஆரம்பித்தலும்.
- விளையாட்டு வீரர்கள், உதவி நடுவர்கள் போன்றோர் தவிர வேறு எவரையும் மைதானத்திற்குள் புக இடமளியாது இருத்தல்.

பிரதம நடுவரின் சமிக்ஞைகள் (Chief Repree's signals)

நேரில் சுயாதீன உதை
(Indirect free kick)

அனுகூலம்
(Advantage)

நேரடி சுயாதீன உதை
(Direct free kick)

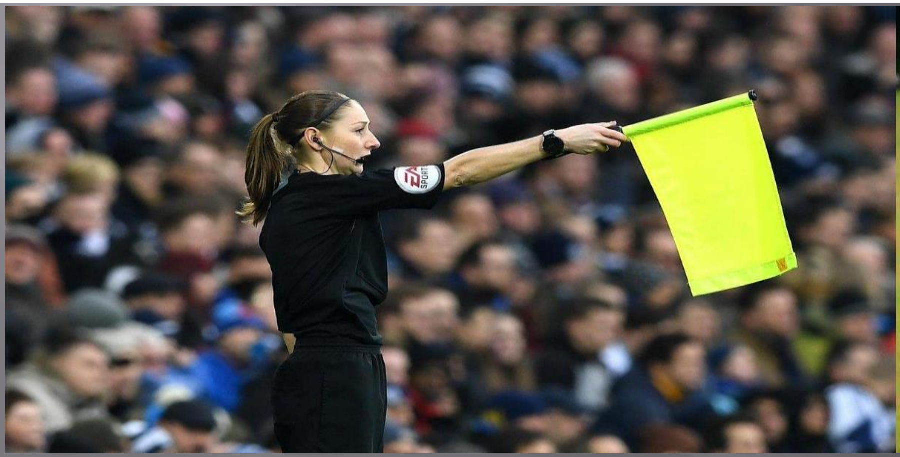
எச்சரிக்கை (Caution)
மஞ்சள் அட்டை காண்பித்தல்
(Yellow Card)

வெளியேற்றல் (Sending Off)
சிவப்பு அட்டை காண்பித்தல்
(Red Card)

உதவி நடுவர்கள் (ASSISTANTREFEREES)

உதவி நடுவரின் கடமைகள்

- பிரதம நடுவருக்கு உதவியாக இருத்தல்
- பந்து மைதானத்திலிருந்து வெளியே செல்லும் போது சைகை மூலம் காட்டல்.
- மூலை உதை, தண்ட உதை, உள்ளெறிகை போன்றவற்றிற்குரிய அணியைச் சுட்டிக்காட்டுதல்.
- உரித்தற்ற பிரதேசத்தில் செல்லும் (Off side) வீரர்களைச் சுட்டிக்காட்டுதல்.
- விளையாட்டு வீரர்களின் வேண்டுகோள் பற்றி அறிவித்தல்
- போட்டி நேரத்தை அறிவித்தல்



உதவி நடுவர்களின் சமிக்ஞைகள் (Assistant Repree's signals)

உள்ளெறிகை - தாக்குபவர்
Throw-in for attacker

உள்ளெறிகை - தாக்குபவர்
Throw-in for attacker

மூலை உதை (Corner Kick)

பிரதியீடு (Substitution)

பேற்று உதை (Goal Kick)