

MALI NOGOMET

Tekmo igrata dve moštvi, od katerih ima vsako na igrišču do 5 igralcev. Eden med njimi je vratar.

Zamenjava igralcev se lahko vrši na vsaki tekmi. Največje število rezervnih igralcev je 7.

Število menjav med igro je neomejeno. Menjave so leteče, v primerih menjave vratarja pa mora biti igra prekinjena. Igralec, ki je bil zamenjan, se lahko vrača ponovno v igro, kot menjava drugega igralca.

Leteča menjava je tista menjava, ki se opravi, ko je žoga v igri. Pri tem je treba upoštevati naslednje:

- igralec, ki zapušča igro, mora to storiti na sredini igrišča, kjer je označen prostor za menjave;
- igralec, ki vstopa v igro, mora to storiti v označenem prostoru za menjave, vendar šele, ko igralec, ki zapušča igrišče, prestopi vzdolžno črto;
- rezervni igralec mora v celoti spoštovati odločitve sodnika, če igra ali ne igra;
- zamenjava igralca je izvršena, ko rezervni igralec vstopi na igrišče.

Vsak igralec lahko zamenja svoje mesto z vratarjem, pod pogojem, da mu zamenjavo dovoli eden od sodnikov in da je izvršena v času prekinitve igre.

Igra se sestoji iz 2 (dveh) enakih delov, od katerih traja vsak del po 10, 15, 20 ali 30 minut; **odvisno od starostne kategorije igralcev in drugih pogojev, danih v razpisu tekmovanja.**

Moštva imajo pravico zahtevati enominutni odmor (v nadaljevanju time – out) v vsakem polčasu enkrat.

Pred začetkom tekme izvrši sodnik **žrebanje**. Moštvo, ki dobi žreb, ima možnost izbire strani igrišča ali začetnega udarca.

Igra se prične na sodnikov znak, igralec udari žogo, ki miruje na sredini igrišča, v nasprotno polje.

Dokler ta udarec ni izveden, morajo vsi igralci obeh moštev stati **na svoji polovici igrišča**. Igralci nasprotnega moštva morajo biti od izvajalca začetnega udarca oddaljeni najmanj 3 (tri) m, vse dokler žoga ni v igri, to je dokler ni prevalila svojega obsega. Igralec, ki je izvedel začetni udarec sme z žogo igrati ponovno šele takrat, ko se jo je dotaknil katerikoli drug igralec.

Po doseženem zadetku se igra nadaljuje ponovno na zgoraj opisani način, s tem, da začetni udarec izvaja igralec tistega moštva, ki je zadetek prejelo.

Žoga je izven igre, ko s svojim celotnim obsegom, po tleh ali zraku, zapusti vzdolžno ali prečno črto in tedaj, ko sodnik igro prekine.

Žoga je v igri ves ostali čas od začetka do konca tekme, vključno v primerih, ko se odbije od prečke ali vratnice, ko se odbije od enega od sodnikov, če se le-ta nahajata na igrišču in ko se pričakuje odločitev v zvezi kršitve pravil igre, sodnik pa igre še ni prekinil.

Zadetek je dosežen takrat, **ko žoga v celoti preide črto v vratih** med stebričkoma in prečko, če je pri tem igralec moštva, ki je v napadu ni namerno vrgel ali sunil z roko.

Igralec, ki stori enega **od spodnjih prekrškov**, bo kaznovan s **prostim udarcem** za nasprotno moštvo, ki bo izveden z mesta, kjer je prekršek storjen. V kolikor stori prekršek igralec moštva, ki se brani, v svojem kazenskem prostoru, bosta sodnika dosodila kazenski udarec.

- udari ali poskuša z nogo udariti nasprotnika,
- spotakne nasprotnika, ga pri tem zruši ali poskuša zrušiti,
- skoči na nasprotnika,
- napada, oziroma močno odriva nasprotnika na nevaren način,
- napada nasprotnika od zadaj,
- udari ali poskuša udariti nasprotnika z roko ali pljune nanj,
- drži nasprotnika
- suva nasprotnika,
- nasprotnika napada z rameni,
- igra z roko, nosi žogo, jo vrže ali sune s katerimkoli delom roke.

Igralec, ki stori enega od naslednjih prekrškov bo kaznovan z dosojenim **posrednim prostim udarcem** v korist nasprotnega moštva, ki bo izveden z mesta prekrška, razen če je prekršek storjen v kazenskem prostoru. V tem primeru bo posredni prosti udarec izveden s črte kazenskega prostora z mesta, ki je najbližje mestu prekrška.

- če po mnenju sodnika igra nevarno, npr. poskuša udariti žogo, ki jo vratar drži v rokah.
- če namerno zapira nasprotnika, ne da bi pri tem želel z žogo igrati in pri tem skače ali s svojim telesom in s preletavanjem nasprotniku zapira pot.
- če napada vratarja, razen če se ta nahaja izven kazenskega prostora.

Igralec bo opominjan, če:

- ob leteči menjavi vstopi na igrišče preden ga je zapustil igralec, ki ga zamenjuje ali pa je to storil na nepravem mestu,
- stalno krši pravila,
- z besedami ali kretnjami negoduje na odločitve sodnika in
- se vede nešportno.

Za vsakega od navedenih prekrškov je z mesta prekrška treba dosoditi posredni prosti udarec v korist nasprotnega moštva. Če je prekršek storjen v kazenskem prostoru, se prosti udarec izvede s črte kazenskega prostora z mesta, ki je najbližje mestu prekrška.

Igralec bo izključen iz igre, če po mnenju sodnika:

- igra na grob način,
- se vede predrzno in se nešportno obnaša,
- uporablja žaljive in nesramne besede in
- drugikrat stori prekršek, ki se kaznuje z opominom.

Če sodnik igro prekine zaradi izključitve igralca, se igra nadaljuje s posrednim prostim strelom.

Proste udarce delimo v dve skupini:

- **neposredni (direktni) prosti udarci**, iz katerih se lahko neposredno doseže zadetek proti moštvu, ki je prekršek storilo.
- **posredni (indirektni) prosti udarci**, iz katerih neposredno ni mogoče doseči zadetka, če se žoge pri tem ni dotaknil drug igralec.

Ko igralec izvaja prosti udarec, morajo biti vsi nasprotni igralci oddaljeni od žoge najmanj 5 (pet) metrov, do trenutka, ko je žoga v igri. Žoga je v igri, ko prevali svoj obseg.

Kazenski udarec se izvaja z označenega mesta na črti kazenskega prostora. Pri izvedbi morajo biti vsi igralci, razen vratarja nasprotnega moštva in izvajalca, izven kazenskega prostora, vendar na igrišču in najmanj 5 (pet) metrov od mesta za izvajanje.

Vratar nasprotnega moštva mora stati na črti vrat med vratnicama (ne sme premikati stopala) do trenutka, ko je žoga v igri. Izvajalec mora izvesti udarec v smeri naprej in sme ponovno igrati z žogo šele, ko je z njo igral drug igralec. **Iz kazenskega udarca se lahko neposredno doseže zadetek.**

Tedaj, ko **žoga s celim svojim obsegom, po tleh ali po zraku, zapusti igrišče na vzdolžni črti**, se izvede udarec iz outa v korist nasprotnega moštva, katerega igralec je imel zadnji dotik z žogo. Udarec iz outa se izvede **z ного**. Izvajalec udarca iz outa mora ob izvedbi stati z enim delom, ali z obema stopaloma na vzdolžni črti igrišča ali izven igrišča. Žoga mora na vzdolžni črti mirovati.

Žoga je v igri, ko prevali svoj obseg, izvajalec pa se sme žoge dotakniti šele takrat, ko je z njo že igral drug igralec. Igralci nasprotnega moštva morajo biti pri izvajanju udarca iz outa oddaljeni od žoge najmanj 5 m. **Zadetek, ki je dosežen neposredno iz udarca iz outa, se ne prizna.**

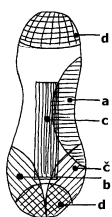
Tedaj, ko **žoga s katero je igral zadnji igralec napadajočega moštva, po tleh ali po zraku zapusti prečno črto**, mora vratar **vrniti žogo v igro z rokami**. Vrne jo tako, da jo iz kazenskega prostora vrže v polje izven kazenskega prostora, **vendar ne čez polovico igrišča**. Žoga je v igri, ko zapusti kazenski prostor.

Če žoga, ki jo vratar z roko vrača v igro preleti sredino igrišča ne da bi predhodno padla na tla ali z njo ni igral drug igralec, bodo sodniki dosodili posredni prosti udarec v korist nasprotnega moštva s kateregakoli mesta na sredinski črti. Če vratar po vmetavanju žoge z roko, dobi žogo vrnjeno od soigralca in se je dotakne ali ulovi z

roko, bodo sodniki dosodili posredni prosti udarec v korist nasprotnega moštva na črti kazenskega prostora, z mesta, ki je najbliže prekršku.

Tedaj, ko žoga preide prečno črto po tleh ali po zraku in je z njo igral zadnji igralec branečega moštva, bosta sodnika dosodila udarec iz kota v korist napadajočega moštva. Pri udarcu iz kota se mora žoga postaviti točno na stičišču vzdolžne in prečne črte. Igralci nasprotnega moštva, v odnosu na izvajalca, morajo biti ob izvedbi najmanj 5 m od žoge, dokler ta ni v igri. Igralec, ki je izvedel udarec iz kota, ne sme ponovno igrati z žogo, dokler z njo ni igral drug igralec. **Pri udarcu iz kota se lahko neposredno doseže zadenek.**

OSNOVNI TEHNIČNI ELEMENTI



Vrste udarcev:

- a) z notranjim delom stopala;
- b) s sprednjim zunanjim delom stopala;
- c) z nartom stopala;
- č) sprednjim notranjim delom stopala;
- d) udarci s konico, peto ali kolenom.

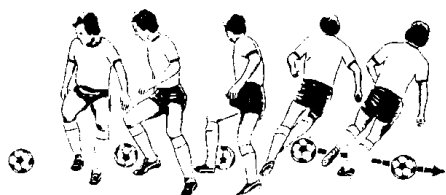


vodenje žoge z nartom

zaustavljanje z notranjim delom stopala

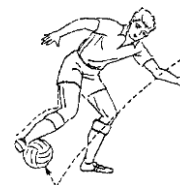
zaustavljanje s podplatom

udarec s sprednjim notranjim delom stopala



Podajanje žoge z zunanjim delom stopala

Podajanje žoge z notranjim delom stopala



Podajanje z nartom stopala

Zaustavljanje žoge s podplatom

Zaustavljanje z notranjim delom

Ofsajd – prepovedan položaj

Igralec se znajde v nedovoljenem položaju, ko njegov soigralec poda žogo naprej proti nasprotnikovim vratom in pred vrati nista vsaj dva nasprotnikova igralca.

Sodniški znaki

 <p>DIREKTNI PROSTI UDAREC</p>	 <p>INDIREKTNI PROSTI UDAREC</p>	 <p>UDAREC IZ OUTA</p>	 <p>ZAČETNI UDAREC</p>
 <p>IZKLJUČITEV</p>	 <p>JAVNI OPOMIN</p>	 <p>ŠTIRI SEKUNDE</p>	 <p>TIME OUT</p>
 <p>PETI AKUMULIRANI PREKRŠEK</p>	 <p>PREDNOST</p>	 <p>avt</p> <p>ofsajd igralca na sredini igrišča</p> <p>ofsajd igralca na nasprotni strani igrišča</p> <p>ofsajd igralca v bližini pomočnika</p> <p>nakazilo menjave igralca</p>	



ZGODOVINA:

- Nogomet se prvič pojavlja pri Kitajcih okoli leta 200 pr. n . št., kjer se je igra imenovala TSU CHU.
- Nato se nogomet pojavlja tudi pri Grkih in Rimljanih.
- V 7. stoletju se nato pri Japoncih zasledi igro, podobno nogometu, imenovano KEMARI.
- V Firencah je v 14. stoletju obstajala igra z imenom CALCIO.
- V Evropi se je v poznem srednjem veku razvila igra z žogo, ki pa je imela manj današnjih nogometnih značilnosti, zato pa več znakov bojnih oziroma borilnih športov. V Angliji so že takrat bili bližje sodobnemu nogometu, le da so v precej grobi igri boja z žogo sodelovale cele vasi, cilj pa je bil žogo spraviti skozi mestna vrata nasprotne ekipe.
- Prelomnica sodobnega nogometa je leto 1846. Takrat so študentje univerze Cambridge v Angliji prvi napisali pravila nogometne igre, enajst let pozneje pa so v Sheffieldu ustanovili prvi nogometni klub. Leta 1863 je v Londonu nastala nogometna zveza (FA), prvo profesionalno združenje nogometnih ekip na svetu.
- Nogometna igra je v Slovenijo prišla v začetku 20 stoletja z Dunaja, ki je bilo takrat glavno mesto avstro-ogrske monarhije, kamor smo po državni ureditvi spadali tudi Slovenci, in iz Prage, s katero smo bili Slovenci zelo dobro kulturno povezani.