



BIBLIOTECKA SPORTOWA — PIŁKA NOŻNA

PIŁKA NOŻNA

J. Grabowski

BIBLIOTECKA SPORTOWA

NR 29

180

35

GŁÓWNA KSIĘGARNIA WOJSKOWA

WARSZAWA

BIBLIOTECZKA SPORTOWA

Nr. 12

INŻ. JERZY GRABOWSKI

PIŁKA NOŻNA

HISTORIA, TECHNIKA, TAKTYKA I PRZEPISY GRY

Z FOTOGRAFAMI I RYCINAMI W TEKŚCIE

WARSZAWA 1955

GŁÓWNA KSIĘGARNIA WOJSKOWA

OKŁADKA: ATELIER GRAFICZNE
GIBB - BAUGE

Centralna
Biblioteka Pedagogiczna
Kra. Odcza Szkolno Lub.
w Lublinie

11789

WZBUDZIŁ PRAWA PRZEDSIĘW
I PRZEKŁADU ZASTYKZONIK

DRUKARNIA NARODOWA W KRAKOWIE

SPIS RZECZY.

	Str.
Zawiesi wstępu	1
Historja gry w piłkę nożną	9
Duch sportu i katechizm wychowawczy	
sportowa	12
Opis gry	14
Technika i taktyka gry w piłkę nożną	17
Poradki gry	33
Obratnia siłowa	33

ZAMIAST WSTĘPU.

Pilka nożna jest niewątpliwie jednym ze sportów najbardziej rozpowszechnionych i znanych na całym



Polaka reprezentacja piłkarska na stadionie w Berlinie. Od lewej: Martyna, Albinowski, Mysiek, Pazurek, Nawrot, Irena Kotlarczykowska, Matyas, Urban, Bolnow, Wodara.

kuli ziemskiej. W każdym razie cała Europa wraz z Anglią „zarazem” jest piłkarstwem do głębi.

Pilką okrągłą kopią z równą pasją Turcy w Konstantynopolu, jak Rosjanie w Moskwie, Szwedzi, Holendrzy

czy Duńczycy na północy, jak Włosi lub Hiszpanie na południu.

Popularność jej sięga w niektórych społeczeństwach tak głęboko, że zjawil się w ostatnich czasach nowy zawód, mający równe prawa obywatelstwa z innymi rzemiosłami czy zajęciami. Zawodem tym jest właśnie uprawianie sportu, a w szczególności piłki nożnej.

Wzorując się na Anglii, która w r. 1888 wprowadziła u siebie jawne zawodowstwo, państwa Europy środkowej — Austria, Węgry i Czechosłowacja, chcąc udźwignąć stosunki w klubach, które za grę płaciły swym graczom pokryjonną, wprowadziły również kategorię graczy zawodowych.

Ścisłe uregulowanie tych stosunków jest zalecane niemal wyłącznie od dochodów, jakie przynoszą imprezy piłkarskie.

W Anglii, gdzie na przeciętne zawody przychodzi 20—30 tysięcy widzów, a na finale pucharu stale wyprzedany jest do ostatniego miejsca stutysięczny stadion w Wembley, rozgraniczenie amatorów od zawodowców jest najzupełniej ścisłe.

W Europie środkowej i Francji, Belgii czy Hiszpanii — gdzie frekwencja widzów jest dużo mniejsza, zawodowcy grają nierazdka w jednej drużynie z amatorami, niektórzy gracze dostają płace wystarczające na pełne utrzymanie, a inni tylko amilki traktowane jako dochody poboczne.

W Polsce, poza dosłownie kilkoma dochodzeniami

o zawodowstwo, zagadnienie to, mimo kilku teoretycznych wystąpień, nigdy nie stało się w praktyce aktualne. Przedewszystkiem sport piłkarski w Polsce dotychczas nie opiera się przy traktowaniu zawodowem, po drugie zaś Związek Polskich Związków Sportowych, dzięki przeprowadzeniu w Sejmie uchwały o obłożeniu podatkiem, sięgającym 100% wszelkich imprez, w których biorą udział zawodowcy, zgóry przesądził sprawę na rzecz oficjalnego amaterstwa. Mimo to t. zw. zawodowstwo ukryte istnieje w naszym kraju ponad wszelką wątpliwość.

Pańwiącując więcej miejsca zagadnieniu amaterstwa i zawodowstwa w sporcie piłkarskim zrobiliśmy to świadomie. Pragnęliśmy bowiem w ten sposób wykazać, jak wielkie kłegi społeczne sport ten obejmuje, ilu ludzi wciąga w swój zasięg, słowem jak jest wielki, rozległy i potężny.

Jednocześnie chcieliśmy oświetlić piłkę nożną ze strony, która choć t. zw. brutalności jest głównym tarasem w rękach przeciwników tego sportu, rozwijającego wszechstronnie zarówno mięśnie jak i wartości psychiczne młodzieży.

Dając odprawę tym przeciwnikom, uważamy za stosowne omówić tu jeszcze jedną sprawę, zbyt mało w naszym społeczeństwie przedyskutowaną. Oto kady dział sportu należy podzielić na dwie części zasadnicze.

Część pierwsza to jego korzyści czysto wychowawcze, ten czysty zysk, jaki z uprawiania sportu gromadzi fizyczny i moralny kapitał społeczny w postaci zdrowej,

silnej, zwinnej, wysportowanej młodzieży, odpornej na ból, umiejącej w razie potrzeby walczyć nad siły, nie upajającej się triumfami, nie opuszczającej rąk w razie porażki.

Te właśnie ideały sportowe postawiła sobie w założeniu t. zw. wychowanie fizyczne, propagowane przez Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego i przez Ministerstwo Wymań Religijnych i Oświecenia Publicznego.

Część druga sportu — to jego strona zawodnicza, to mecze międzypaństwowe, to rekordy krajów, cząstki świata i całej kuli ziemskiej, to Igrzyska Olimpijskie — jedna z najwspanialszych imprez ludzkości, łączących w jedną całość przeszło półtora miljarde ludzi, zamieszkujących nasz glob.

Ta bohaterka strona sportu jest właśnie jego największą siłą, stanowi jego potęgę moralną, jest niegasnącym nigdy motorem, który pcha od czasów starożytnych olimpiad greckich do ciągłego postępu w dziedzinie doskonalenia ciała i ducha ludzkiego.

To też jedynie nic nie mający wspólnego z życiem niektórzy naukowcy, tylko ludzie żyjący teorjami mogą twierdzić, że zawody i rekordy są w sporcie rzeczczą szkodliwą, są objawem niedrozwia i degeneracji.

Dalecy jesteśmy od chwalcenia rekordomanji, ale twierdzimy stanowczo, że właśnie wielkie mecze, ustanawianie rekordów świata, czy zdobywanie wawrzynów olimpijskich są ową wielką siłą, są magnesem sportu, dzięki któremu miliony młodzieży na całym świecie

pod kierunkiem odpowiednich instruktorów i wychowawców uprawia sport wyłącznie dla zdrowia, dla zdobycia tężyzny fizycznej i moralnej.

Rekord np. w biegu lekkoatletycznym, zła się bezsensowne zrywanie serca, płuc i mięśni na nieprowadzącej do żadnego celu okrągłej bieżni stadjum ma takie samo mniej więcej znaczenie, jak przelot samolotem przez Atlantyk.

Kiedy drogą powietrzną Europa-Ameryka już raz pokonano, udawałoby się, że dalsze próby są nonsensem, marnotrawieniem i narażaniem życia ludzkiego. A przecie nikt się im nie przeciwstawił. Przeciwnie — jakże mocno serca były wszystkich Polaków, gdy 4. p. maj. Idzikowski przemierzał na swym płatowcu szare fale oceanu, jaki entuzjazm wywołała w Niemczech wiadomość o przebyciu tego szlaku oceanicznego przez stowarz. Zeppelin, we Francji — o zwycięskim locie Cados i Bossi, a ostatnie w nas — o sforsowaniu „wielkiej” wody przez braci Adamowiczów.

Bo loty te są właściwie romantyzmem i heroizmem lotnictwa światowego, są bodźcem do ciągłej pracy, do niekończących się ulepszeń i zdobyczy technicznych.

A że w walce tej są i muszą być ofiary, temu nikt nie może się dziwić, a tem bardziej nie ma podstaw do protestowania przeciwko istnieniu lotnictwa rekordowego, dzięki któremu możemy latać po całym świecie w samolotach pasażerskich ze stu procentowym bezpieczeństwem.

Powracając do piłki nożnej, przejdźmy do zalet tego sportu. Pozwolimy sobie tutaj przytoczyć uryski z przedmowy, umieszczonej w I wydaniu „Piłki nożnej”, drukowanej przez Główną Księgarnię Wojskową w r. 1919.

P. plk., dr. med. Wł. Osmolski pisał wtedy tak:

„Omawiana gra ze względu na warunki, w jakich się odbywa, i na cały swój charakter — jest sportem jak najbardziej odpowiednim do uprawiania w wojsku. Jako rozrywkowa salachotna, wypełniająca czas pozasłużbowy i w ten sposób stanowiąca przeciwwagę zmianom ćwiczeniami służbowymi, gra ta jest jednocześnie znakomitą szkołą smół i zdolności wojskowych, a więc uzupełnia służbowe szkolenie rekrutów.

Żywił walki, co prawda, ujawnia się w każdym sporcie. Będzie to zmaganie się bądź ze współzawodnikiem, bądź z siłami natury.

Nigdzie atoli walka nie przybiera charakteru pod względem taktycznym tak zbliżonego do współczesnej walki orężnej, jak w spotkaniu dwu drużyn na placu piłki nożnej. Drużyny te, podzielone na oddziały: szturmowe, rezerwy i załogi fortecznej, atakują, osłabiają się, uderzają ze skrzydła, uparczywie i rozpaczliwie bronią bramki, przechodzą błyskawicznie do kontrataku — słowem doświadczają wszelkich zwrotów zmiennej fortuny wojenników, mają furję ataku i czujny odwrot, i zawziętość obrony.

A w tych zapasach hartują się nerwy, kształci się charakter męski. I niechaj się młodzież tą grą sposobą

do żołnierki: precz z marazjstwem, nieporadnością, nieruchomością.

Wśród różnych rodzajów sportu piłka nożna ma tę wielką zaletę, że nie wymaga żadnych kosztownych urządzeń. Równy plac wszędzie się znajduje, buty nader tanim kosztem dają się wzmocnić; jedyne troski: dostać piłkę i przepisy gry.

W piłce nożnej zupełnie jak w boju, zwycięża nie siła, ale plan, zręczność jednostek i zgranie się zespoła. Gra ta ćwiczy w bezwzględnem posłuszeństwie dla sąsiada. Ćwiczy w zrozumieniu karności, bo podporządkowuje poszczególnych graczy ruchem całego i interesowi gry. Wyrabia nie tylko żołnierza, ale wogóle kulturalnego człowieka — panowanie nad sobą. Nie może być i nie jest brutalną grą, zmuszającą gracza do najdalej idącego okiełzania naturalnych popędów i odruchów.

Coś bardziej zrozumiałego nad ruch ręki w ataku lub w rozpaczliwej obronie. Ale rękę w tej grze używać nie wolno. Oto piłka jak, już będzie wbiła przeciwnikowi, tylko ją kopnąć błyskawicznie! Niestety! gracz znajduje się na stanowisku „spalonem” (off side), więc ruszyć mu się do piłki nie wolno. Tu gracz używa się panowania nad sobą w chwilach największego zapamiętania w walce. Nabiera też wytrwałości, gdy bije raz za razem w bramkę przeciwnika — bez skutku. Raz drugi, dziesiąty — at wbił. Tak, plac gry jest terencem, na którym wydławuje się masa energii mięśniowej i nerwowej pod ścisłą kontrolą spostrzegania i woli.

Powyższa charakterystyka gry w piłkę nożną zdaje się uzasadniać w dostatecznej mierze miana gry wojkowej, które jej nadaliśmy na wstępie. Ale nie znaczy to, abyśmy chcieli grę tę dla wojska zmonopolizować. Owszem, każdy młodzieniec, aby tylko dość rozwinięty fizycznie i zdrowy, z wielką korzyścią dla swego charakteru i wyrobienia życiowego grać będzie w spotkaniach piłkarskich. Siła wola, energia ducha nie tylko żołnierzowi są potrzebne, ale zgoda każdemu, bo czynie życie jest, jeśli nie walką?

Coraz więcej — i słuszenie — mówimy o potrzebie sposobienia całej młodzieży męskiej przez wychowanie fizyczne do odbywania powinności wojskowej.

Jednak mówiąc o przygotowaniu wojskowym młodzieży cywilnej mamy na myśli nie tyle znajomość msztry, taktyki, czy władania bronią, bo są to wiadomości i umiejętności do nabycia w krótkim czasie, ile umocnienie zdrowia, rozwiniętą sprawność fizyczną, dzielny charakter i ducha rycerskiego.

W tym właśnie względzie sport piłki nożnej może dać młodzieży wzrastającej i już dorosłej bardzo wiele, z warunkiem rozumnego jej uprawiania w warunkach rzetelnej karności sportowej.

A jak piłkę nożną należy uprawiać i jakie są przepisy tej gry, czytelnik znajdzie w dalszych rozdziałach.⁴⁴

HISTORIA GRY W PIŁKĘ NOŻNĄ.

Zabawa w piłkę, dziś podzielona przez przepływy na wiele gałęzi, jak gry sportowe (siatkówka, koszykówka, haxena, palant), tenis, lacrosse, piłka wodna, polo, golf, kriket, wreszcie football rugby, football amerykański i piłka nożna — znana była przez ludzkość, bodaj że w czasach już przedhistorycznych. Świadczą o tem choćby płaskorzeźby starożytnych Egipcjan z Beni Hasan (1800 r. przed Chrystusem), wspominki pisarza greckiego Homera, czy rzymskich — Marcjusza i Seneki, którzy w utworach swych drwili serdecznie z gry harpastum, w którą grono pęcherzem napełnionym powietrzem lub piaskiem.

Owe harpastum można uważać za przateczura obecnej piłki nożnej, gdyż grę tę zostawiły pany w Anglii w spadku po sobie legjony Cezara w I wieku przed Chrystusem.

Pierwszą wzmiankę oficjalną „o szturchaniach wózków wielkich piłek“ (podobno o średnicy jednego metra) znajdujemy w Anglii w edykcji króla Edwarda II z r. 1314. O ile już wtedy w Anglii zjawia się nazwa football, o tyle w tym czasie zabawę w piłkę podobną do dzisiejszego piłkarstwa nazywano *choúle*, czy też *soúle*. Dla ścisłości nadmieniamy, że terenem walki nie

było, jak dzisiaj, boisko 100 na 60 m, ale obszary należące do... dwu gmin, lub dwu parafij.

Włochy, które razszą sobie również poważnie jak Anglja prawa, że są ojczyzną piłki nożnej, zwana tam w początkach XVI wieku *giuoco del calcio*, są krajem, który pierwszy badał ujął grę w piłkę nożną w normy przepisów. Rzecz jasna — przepisy te różniły się bardzo od obecnych, które zresztą i teraz ciągle ulegają przeróżnym zmianom.

Data historyczną dla nowoczesnej piłki nożnej jest rok 1850, kiedy to piłka nożna i lekka atletyka zostały powszechnie wprowadzone do szkół angielskich.

Dalsze stapy rozwojowe piłkarstwa światowego wyglądają następująco.

Rok 1863 założenie Angielskiego Związku Piłki Nożnej (Football Association), oraz pierwsze ustalenie przepisów gry.

Rok 1870 — wprowadzenie gwiazdka dla sędziego i założenie pierwszego klubu piłki nożnej w Niemczech, w Hanowerze.

Rok 1882 — założenie Międzynarodowej Rady Piłki Nożnej (The International Football Association Board), najwyższej władzy decydującej o przepisach.

Rok 1885 — wprowadzenie jawnego zawodowstwa w Anglji.

Rok 1891 — wprowadzenie rzutu karnego i sędziów bożnych.

Rok 1892 — założenie pierwszego klubu piłkarskiego we Francji.

Rok 1902 — założenie pierwszych klubów piłki nożnej w Polsce (Lwów) i ustalenie do dzisiaj obowiązujących rozmiarów pola karnego i bramkowego.

Rok 1904 — założenie Międzynarodowego Związku Piłki Nożnej (Fédération Internationale de Football Association — F. I. F. A.).

Rok 1911 — założenie Polskiego Związku Piłki Nożnej na h. Galicję.

Rok 1915 — pierwsze rozgrywki o mistrzostwa h. Galicji.

Rok 1919 — założenie Polskiego Związku Piłki Nożnej (P. Z. P. N.).

Rok 1921 — rozegranie pierwszych zawodów o mistrzostwa Polski.

Rok 1926 — założenie Ligi P. Z. P. N., w której po przeróżnych reformach obecnie uczestniczy 12 klubów: Ruch (G. Śląsk), Wisła, Cracovia, Garbarnia i Podgórze (Kraków), Polonia, Legia i Warszawianka (Warszawa), Pogoń (Lwów), Ł. K. S. (Łódź), Warta (Poznań), wreszcie Strzelec (Siedlce).

DUCH SPORTU I KATECHIZM RYCERSKIEGO SPORTOWCA.

Jak w każdym przejawie życia, tak i w sporcie jego szczytne idee mogą podlegać wypaczeniu. Rekomendacja, przeważająca ambicja klubowa i osobista, biurokracyzm, wreszcie wytyśnię, na jakie wielkich sportowców wprowadzają widzowie i opinia publiczna, aby potem przy pierwszej porażce stracić ich w przepaść poniżenia, wszystko to są objawy niewątpliwie niepożądane.

Tymczasem sport powinien być tylko sportem. Nie należy go traktować ani jak obowiązek, ani jak przedstawienie, czy walkę na śmierć i życie. Sportowiec oddaje się górze nożnej, tenisiści, jeźdźce konnej, czy golfowi, bo lubi ruch, bo szlachetne współzawodnictwo sprawia mu przyjemność, bo świeże powietrze i atmosfera boiska odradzają go i pozwalają tem bardziej intensywnie potem pracować w swym zawodzie.

Najbardziej niewątpliwie zbliżony do ideału jest sportowiec-amator angielski, którego „10 przykazań” brzmi:

1) nie przechwalaj się, 2) nie dawaj nigdy za wygraną, 3) nie wyszukuj wymówek po porażce, 4) umieć przegrywać, 5) umieć spokojnie wygrywać, nie okazu-

jąc słabszemu przeciwnikowi w sposób dokuczliwy swą wyższość, 6) graj zawsze uczciwie, po rycersku, 7) nie lekceważ nigdy przeciwnika — graj zawsze jak najlepiej, 8) odczuwaj przyjemność rywalizacji, 9) w razie wątpliwych przyznawaj zawsze słusność przeciwnikowi, 10) ceni zawsze wyżej samą grę od jej wyniku.

Jeśli chodzi o grona, przykazania te można jeszcze uzupełnić. Chodzi więc o to, aby grać dla całej drużyny, a nie egoistycznie — dla siebie, aby wykonywać bez dyskusji i ociągania się reakcyi kapitana drużyny i poddawać się bez zastrzeżeń wszystkim orzeczeniom sędziego.

OPIS GRY.

Gra w piłkę nożną różni się zasadniczo od innych gier piłkowych tem, że graczom nie wolno dotykać piłki ręką. Wyjątek stanowi rzut piłki przez bramkarza, któremu to jest dozwolone, oraz wrzut piłki po jej wyjściu za linje boczne boiska.

Terenem gry w piłkę nożną jest boisko prostokątne, najlepiej pokryte murawą. Pośrodku krótszych boków boiska stoją dwie bramki, przed każdą wyznaczone są pola: mniejsze, zwane polem bramkowym, i większe, zwane polem karnym. Na polu tem o 11 m od bramki znajduje się punkt karny, z którego promieniem o długości 9 m zatoczono jest koło. Wycinek tego koła usiłowczony jest za dłuższą linią pola karnego. Na środku boiska oznaczony jest krąg, a w rogach boiska łuki. Każde róg boiska jest oznaczony chorągiewką. Pole bramkowe i karne, koło środkowe, łuki różne oraz chorągiewki mają przepisane wymiary (§ 1) i ścisły związek z prawidłami i prowadzeniem gry.

Boisko jest podzielone na połowy, które zajmują dwie naprzeciw siebie grające drużyny. Każda drużyna liczy 11 graczy, którzy, z wyjątkiem bramkarza, odziani są w jednakowej barwy koszulki i spodnieki.

Celem każdej drużyny jest wprowadzenie piłki najwięk-

szą ilość razy do bramki przeciwnika w ciągu gry, trwającej dwa razy po 45 minut z przerwą 5 minut.

W bramce gra bramkarz; on jeden z całej drużyny może używać ręki; jest to gracz, który bierze czynny udział w grze zwykle dopiero w chwili największego niebezpieczeństwa, t. j. najczęściej wtedy, gdy przeciwnicy kopią piłkę wprost do jego bramki. Złapawszy piłkę w ręce, ma prawo biec z nią trzy kroki; za czwartym powinienem piłki się położyć, bądź też odbić ją od ziemi.

Przed bramką grają dwaj obrońcy. Zadaniem obrońcy jest odpicieranie ataków przeciwników przez wybijanie im piłki i odkopnięcie jej jak najdalej, jednakże zawsze w kierunku swoich graczy, aby z jednej strony oddalić niebezpieczeństwo od własnej bramki, a z drugiej — dostarczyć piłkę swym pomocnikom.

Przed obrońcami gra linja pomocy, składająca się z trzech graczy. Zadaniem pomocy jest, przy atakowaniu, zasilenie piłkami własnego napadu, a przy bronieniu swej bramki — wspieranie obrońców.

Przed linią pomocy gra linja napadu, składająca się z pięciu graczy. Zadaniem napadu jest przedewszystkiem zdobywanie bramek. Poza tem t. zw. łącznicy powinni w chwilach naporu przeciwnika cofać się i pomagać pomocnikom.

Napad każdej drużyny stara się doprowadzić piłkę do bramki przeciwnika na odległość strzału. Jednakże, aby tego dokonać, cała drużyna, a w szczególności jej napad, musi podawać piłkę tak umiejętnie, aby prze-

cownik nie mógł jej w tem przeszkodzić.

Grę kieruje sędzia przy pomocy dwu sędziów linjowych, którzy sygnalizują chorągiewką, gdy piłka wyjdzie na boisko, gdy jakiś z zawodników popełnił t. zw. foul, lub znalazł się na spalonym. Sędzia główny czuwa nad prawidłowością gry i wydaje w razie przekroczeń decyzje. Postanowienia jego są nieodwołalne.

TECHNIKA I TAKTYKA GRY W PIŁKĘ NOŻNĄ.

W piłkarstwie, jak każdym innym sporcie, osiągnięcie pewnej doskonałości nie jest bynajmniej rzeczą łatwą. W każdym razie stwierdzamy na początku, że największym wrogiem każdego sportowca jest dyplentyzm i samouctwo, nie poparte ani odpowiednimi przygotowaniem teoretycznymi ani praktycznymi wskazówkami fachowców.

Kolejne etapy zdobywania wiedzy piłkarskiej wyglądają schematycznie jak następuje: 1) przeczytanie odpowiedniej literatury, 2) zdobycie niezbędnego ogólnego wyrobienia fizycznego przez uprawianie nowego rodzaju gimnastyki sportowej i lekkiej atletyki (zwłaszcza biegi na krótkie odległości, srywy i skoki wysoki i w dal), 3) obycie się z piłką i z boiskiem, 4) oglądanie możliwie najlepszych graczy i drużyn piłkarskich na boisku w czasie meczów, 5) racjonalna zaprawa pod okiem fachowego instruktora.

Teknika jest jednym z zasadniczych czynników gry w piłkę nożną. Tak jak prawdziwie dobry kicrowca samochodowy spełnia zupełnie mechanicznie wszelkie funkcje związane ze zmianą biegów, naciskaniem sprzęgła, czy dodawaniem lub odejmowaniem „gazu”, tak samo każdemu prawdziwie dobremu piłkarzowi nie po-

wianno sprawić żadnych większych trudności dowolne manipulowanie piłką.

Zasadnicze elementy techniki piłkarskiej składają się (poza grą bramkarza) z: a) gaszenia piłki, b) podawania, c) wybijania piłki, d) wórkowania, e) gry głową, f) mylenia ciałem, g) strzału.

Każdy gracz powinien bez trudności gasić (z angielskiego stopować) piłkę, w jakikolwiekby sposób ta do niego nie dochodziła. Najwskazane sposoby gaszenia piłki są następujące: 1) gaszenie podszewą o ziemię, 2) gaszenie hakiem stopy, 3) gaszenie pierściami — wprost z powietrza, bądź też z kozła, 4) gaszenie brzochem, 5) gaszenie czołem.

Pierwszą zasadą przy gaszeniu piłki jest umiejętność przytrzymania jej przy sobie dowolną częścią ciała (oprócz rąk) w taki sposób, aby nią błyskawicznie zerwać, t. j. podać, czy też strzelić w dowolnym kierunku.

Zasada druga polega na tem, aby część ciała, która przy gaszeniu pierwsza styka się z piłką, poddawała się nieco wstyd, „wylapywała“ niejako bieg piłki, hamując ją na miejscu.

Opanowanie gaszenia piłki, tej podstawowej części techniki piłkarza przychodzi dopiero czasem, po wielu stałe powtarzanych próbach w najprzeróżniejszych położeniach. Pamiętać przytem należy, aby przy ćwiczeniu tem, jak zaznaczyć wagiele przy uprawianiu sportów, unikać sztywności i zbytecznego napięcia mięśni, a przeciwnie — zachować ich rozluźnienie, a w związku z tem jak największą elastyczność.



Fig. 1. Szorstą stroną stopy. Bramkarz wybił i ustawił się tak, aby być sobą jak największą przestrzeń w stosunku do kopu strzału.

Drugim, dużo już trudniejszym etapem gaszenia piłki jest wykonywanie ćwiczenia tego nie w pozycji stojącej, lecz podczas biegu.

Podając, bądź też strzelając piłkę możemy ją uderzać: szpicem, podbiciem, wewnętrzną stroną stopy, zewnętrzną stroną stopy, piętą i podszewką.

Klasyczne jest uderzenie podbiciem, to jest miejscem między nasadą palców a wierzchołkiem podbicia, przyczem podczas rzutu należy się starać, aby kość goleniowa i wierzchołek podbicia tworzyły, a ile to jest możliwa, linię prostą. Rzutu podbiciem używa się przede wszystkim przy strzelaniu. Natomiast przy podawaniu piłki na niezbyt wielką odległość, oraz przy krótkich ale dokładnych strzałach, największą rekojność do dokładności daje rzut wewnętrzną stroną stopy.

Pozostałe cztery sposoby operowania piłką można stosować tylko dorywczo, że się tak wyrazimy — okazjonalnie. Takim uderzeniem jest czasami zwłaszcza rzut szpicem, którego wykonanie nie wymaga dużego zamachu nogi, przez co piłkarz uzyskuje bezcenny czasami ułamek sekundy na wykonanie strzału i zaskoczenie w ten sposób bramkarza.

Wybijanie piłki jest jedną z głównych funkcji obrońców, a także pomocników. Powodzenie zależy tutaj w dużej mierze od szybkości decyzji, startu i chyżkości biegu. Ponadto wchodzi tu w grę także czynnik, jak stosunek wagi wybijającego do wagi posiadającego piłkę, długość nóg i położenie obu graczy względem piłki.



Rys. 2. Moment naciętej walki pod bramką. Gracz w białym kostrzynie, skaczący przed bramkarzem, doryka uszytko piłkę rękami, widząc, że nie dostanie jej głową i wtedy stanie się ona łepotą bramkarza. Sędzia powinien odpowiedzieć rzut wolny bezpośredni w stronę drużyny napadającej (biały).

Najodpowiedniejszego wybięcia piłki w różnych okolicznościach może nauczyć jedynie wieloletnia praktyka i obszerowanie najlepszych mistrzów piłkarskich w tej specjalności.

Wieżkowanie piłki jest umiejętnością wielce skomplikowaną. Polega ona na tem, aby pędzić piłkę przed sobą lekkimi uderzeniami nóg, wymijając jednocześnie nadciągających przeciwników. Sztuka wieżkowania (z angielska — *dröbbling*) polega na niezwykle już subtelnym wyzwole piłki, oraz wielkiem opanowaniu równowagi ciała. Przy wieżku nie należy piłki kopać, lecz raczej tylko ją muskać (wewnątrz lub zewnątrz oszczędzią stopy), przyssem staw skokowy musi być zupełnie luźny i giętki.

Gra głową, pozornie bardzo trudna, w praktyce jest dość łatwa do poprawnego opanowania. Przykazania jej brzmią: 1) na słasek sekundy przed uderzeniem piłki głową należy podskoczyć na jej spotkanie, 2) aż do chwili zetknięcia się piłki z głową wzrok musi być ukwiony w piłkę, 3) piłkę należy uderzać zasadniczo czołem, czasem bokiem lub tyłem czaszki, a nigdy zaś cieniem, 4) przy wyskoku należy ręce rozstawić dla lepszego utrzymania równowagi w powietrzu, 5) należy wyskakiwać w górę w takiej chwili, aby piłkę uderzać nie podczas wznoszenia się lub opadania, lecz w chwili gdy ciało znajduje się w najwyższym punkcie i jakby zawisło w powietrzu, 6) piłkę należy uderzać ruchem głowy, podobnym do szybkiego skinienia wprzód, w tył lub na boki.

Mylenie ciałem jest jednym z delikatniejszych zagadnień piłkarstwa. Pozwolił sobie na to może gracz posiadający nie tylko niechylącą technikę piłki, ale i świetne wygimnastykowanie oraz przygotowanie lekko-atletyczne. Mylenie ciałem, to dyskretne udawanie podania lub wzięcia, wprowadzające w błąd upozorowanie wybiegu w pewnym kierunku, zwadnicze nachylenie ciała — słowem zespół ruchów ledwo dostrzegalnych, a wprowadzających w błąd przeciwnika, w celu utrudnienia przeprowadzenia rzeczywistych zamiarów piłkarza.

Strzał, to ukoronowanie wysiłków całej drużyny, musi mieć dwie zalety zasadnicze: celność i szybkość. Siła strzału zależy od: 1) dokładnego pochwycenia chwili zetknięcia nogi z piłką, 2) szerokiego zamachu nogi od tyłu, 3) wykonania rzutu nie tylko nogą, ale całym ciałem, a przedewszystkiem biodrami, 4) elastyczności i swobody uderzenia, którego oznaką jest duży wymach nogi naprzód, już po kopnięciu piłki.

Ponadto każdy kandydat na dobrego strzelca musi pamiętać, aby w chwili strzału piłkę jak najbliżej dopuścić do siebie i jakby wygrzebywać nogą wykonywaną rzut. Zachowanie tego właśnie warunku jest jedną z najważniejszych rękojmni, że strzał będzie płaski i nie przeleci nad poprzeczką.

Gra bramkarza.

Bramkarz, jedyny gracz, który może bezkarnie dotykać piłkę ręką, ostatnia osoba drużyny, jest posta-



Rys. 3. Typowe schwytnie przez bramkarza piłki, toczącej się po ziemi.

cią, na której najczęściej skupia się uwaga i zainteresowanie nie tylko widzów, ale i spółgraczy, a przede wszystkim trenera każdego zespołu.

Dobry bramkarz, to przede wszystkim — spokojny nerwy pozostałych graczy, którzy wiedzą, że do ich bramki nie wpadnie żaden łatwy strzał.

Ale też rola bramkarza jest wyjątkowo odpowiedzialna. Każdy inny gracz może popełnić błąd poniekąd bezkarnie; natomiast błąd bramkarza jest niemal że równoznaczny z utratą bramki.

Pierwszą zasadą dobrej gry bramkarza jest bezwzględne zatrzymywanie przy sobie strzelanej piłki. W tym celu bramkarz bądź chwytą piłkę na pierś lub brzech i unieruchamia ją rękami, bądź przegwałdza

piłkę rękami do ziemi, bądź chwytą ją w ręce jak jabłko. Nogi używa bramkarz tylko wyjątkowo, gdy jest to jedyny sposób skutecznej obrony bramki.



Rys. 4. Obrona piłki przez spłaszczenie jej rękami o ziemię.

Piłkę tożącą się po ziemi w pobliżu bramki powinien bramkarz schwytać, schyliwszy się o ile można bez zginania, a tem bardziej rozstawiania nóg — dłu-



Rys. 5. Kibiczy obryt piłki na głowę.

mi wciągającymi się pod piłkę, poczem podnieść ją szybko do pierwi.

Jeżeli piłka jest strzelona w ten sposób, że bramkarz

nie zdążyłby do niej dobiec, wtedy wykonuje t. z. robinsonadę na ziemi, lub w powietrzu, w zależności od lotu piłki. Robinsonadę należy wykonywać wyłącznie w wypadkach bezwzględnie tego wymagających, gdyż każde stracenie równowagi przez bramkarza i unieruchomienie go jest rzeczą wysoce niepożądaną.

Przy robinsonadach, jak również w wielkich skupieniach graczy pod bramką przy strzałach górnych, bramkarz powinien odstąpić od zasady bezwzględnego zatrzymania piłki przy sobie. W pierwszym wypadku powinien ją wypchnąć rękami w pole do jednego ze swych spółgraczy, a w drugim odbić obu pięściami.

Jedną z zasad gry bramkarza musi być także jak najszybsze pozbywanie się zdobytej piłki i unikanie w ten sposób zawsze niebezpiecznego zetknięcia się z napadającymi napastkami.

Grę obrońców.

Obrońcy (z angielskiego *back*) stanowią drugą przed bramkarzem linię obronną każdej drużyny. Dobry obrońca musi się odznaczać przede wszystkim szybkością. Zdaniem angielskich znawców piłki nożnej obrońcy powinni być najszybszymi graczami w każdej drużynie. Dlatego zalety dobrego obrońcy to zdolność do szybkiej decyzji, odwaga, umiętność silnego i pewnego wykopu, stanowczość w wybijaniu piłki i zachowanie zimnej krwi w najgorszych nawet opalach. Poza tem wielkim statusem każdego dobrego obrońcy jest sztuka prze-

widywania, skąd niebezpieczeństwo najbardziej grozi, co poza wrodzonym instynktem można w sobie wyrobić



Rys. 6. Przykład dobrej gry ciałem. Obojdu zatrzymuje w ten sposób napastnika, prowadzącego piłkę.

przez haczące obserwowanie przeciwników i nieopuszczanie oka z całokształtu gry.

Obróca powinien ponadto pamiętać o zasadzie, która głosi, że nigdy nie ma położenia bezwzględniego.



Rys. 7. Przytomny obroca złączył na czas do bramki, to też, mimo nieruchomości bramkarskiej, strzał można jeszcze obrócić.

To też nawet kiedy go minie napastnik i pozostanie już sam na sam z bramkarzem, obroca nie może bezradnie rozkładać rąk i czekać na wynik walki, lecz musi co sił pędzić w stronę swojej bramki; strzał można sparować, prowadzący piłkę może trafić na jakąś nierówność gruntu, która choćby na ułamek sekundy popsuje mu szyki, a to już wystarczy, aby przy natychmiastowej pomocy uratować swą drużynę od utraty bramki.

Jeżeli chodzi o taktykę gry obrońców, to znawcy piłki nożnej uważają, że powinni oni zasadniczo kryć łączników, skrzydłowych pozostawiając bocznym pomocnikom. Poza tem obrońcy muszą pamiętać, aby nigdy nie znajdować się na linii równoległej od swej bramki, co grozi łatwym minięciem naraz ich obu. To też w zależności od położenia jeden z nich powinien stać być wysunięty przed drugiego, aby w ten sposób być bliższy bramki zabezpieczając ją po minięciu kolegi, wysuniętego dalej w pole.

Co się tyczy wykupu, to wbrew utartemu zwyczajowi w Polsce mniemaniu, odkopywanie piłki z pod bramki przez obrońców bynajmniej nie powinno być jak naj-silniejsze, ale zato lecenie było gładkie. Poza wyjątkowo groźnymi pod bramką położeniami, kiedy jedynym celem jest aby unążyć piłkę poza strefę najbliższego niebezpieczeństwa, obrońcy powinni się starać odkopnąć piłkę w taki sposób, aby doszła do własnych współgraczy i stała się pierwowzorem ogólnem działania zaczepnego własnej drużyny.

Gra pomocników.

Linja pomocy wygrała mecz — oto zdanie, które się słyszy bardzo często po zawodach. W twierdzeniu tem niema bynajmniej przesady, gdyż dobra gra pomocy zapewnia z jednej strony zasilanie własnego napadu szeregiem cennych piłek, a z drugiej — unieszkodliwienie łącznika z własnymi obrońcami zakusów za-



Rys. 8. Dookonała współpraca pomocy z obrońcą. Jest rzeczą wiadomą, że napastnik (z białym pasem na plecy) musi w wyniku przegranej stracić walig.

czepnych przeciwników. Pomocnik musi umieć dobrze wybijać piłkę i posługiwać się ciężarem ciała, musi znać wszystkie sztuczki i podstępny napastników, musi umieć utrzymać w szachu łącznika i skrzydłowego przeciwniej drużyny. Dobry pomocnik umie trafnie ocenić położenie na boisku i odgadywać zamiary przeciwnika już w chwili, kiedy ten dopiero zaczyna je przeprowadzać. Musi też umieć nie tylko odbierać piłkę, ale przede wszystkim oddawać ją z wielką dokładnością swym współgraczom, w taki sposób, aby mogli z niej zrobić użytek.



Fig. 3. Pomocnik podaje w chwili niebezpieczeństwa piłkę głową własnemu bramkarzowi.

Że dobra i pożyteczna gra na pomocy nie jest łatwa, najlepszym tego dowodem to, co widzimy naogół na polskich boiskach, gdzie prowadzenie pomocnika kończy się zwykle na odebraniu piłki przeciwnikowi.

Największą sztuką w grze pomocnika jest umiejętność ustawiania się, sztuka polegająca na tem, żeby zawsze być na właściwym miejscu, żeby zmusić przeciwnika do podania piłki właśnie tam, gdzie on nie ma ochoty, lub nie dopuścić do podania pewnemu określonemu graczowi.

Wszystkie te zalety można osiągnąć pod jednym warunkiem: aby pomocnik nie był osamotniony i aby spłynał z nim łańcuch obrońców. Jest bowiem rzeczą całkowicie zrozumiałą, że z chwilą, gdy najlepszy nawet pomocnik zostanie sam w walce z przeciętnie dobrą parą napastników, musi tę walkę przegrać.

Przy wybijaniu piłki pomocnik nie może się ani chwilę wahać, musi się zdecydować szybko i iść naprzód twardo i z siłą. Ponadto, zarówno jak i obrońca, musi pamiętać, że nie uciekając się bynajmniej do brutalności, jeśli mu się nawet nie uda osiągnąć piłki, to w każdym razie może przytrzymać ciałem przeciwnika, a chwila ta już wystarczy, aby współgrający z pomocnikiem obrońca nadbiegł i piłkę odebrać, dokąd należy.

Jako правило w grze pomocnika można przyjąć operowanie krótkimi, niebył silnymi podaniami przedewszystkiem po ziemi. Wyjątki stanowią chwile niebezpieczeństwa pod własną bramką, osobiste wielkie opaty pomocnika, strzał do bramki przeciwnika, wreszcie najczęściej stosowane przenoszenie piłki z jednego skrzydła na drugie.

Gra napastników.

Schematy gry napadu, tej kampanji szturmowej każdej drużyny, można podzielić na dwie grupy następujące: 1) podawanie krótkie, w tem powodniejsza gra trójkątami metodą szkocką i gra szybka, pozbawiona

niemał gaszenia piłki, 2) podawanie długie, w tem albo gra z przewagą współpracy trójki środkowej, albo też z wykorzystywaniem skrzydeł.

Jak w każdym sporcie tak i w grze napastników czynnikami podstawowymi są dobra technika piłki oraz szybkość. Jeśli zaś chodzi o taktykę, to poza wyjątkowymi wypadkami wózkowania piłki przez jednego napastnika, gra w napaździe polega przedewszystkiem na ustawianiu się graczy nie posiadających w danej chwili piłki. Ta pierwsza zasada gry w piłkę nożną przenika do piłkarzy polskich niestety jakoś dziwnie opornie; nasi gracze zaczynają dopiero grać, gdy się staną posiadaczami piłki, nie dbając zupełnie o to, aby gdy jej nie posiadają, ustawiać się w taki sposób, żeby gracz dysponujący piłką mógł ją korzystnie posłać do swego współpracownika z pod opieki przeciwnego pomocnika czy obrońcy.

Metoda podań krótkich, zapewniająca większą dokładność w operowaniu piłką, ma tę wadę, że grając w ten sposób trudno jest zaskoczyć przeciwnika, co się właśnie często zdarza przy podaniach długich, przenoszonych grę z jednego skrzydła na drugie. Tak samo gra oparta wyłącznie na grze trójki środkowej z jednej strony, a skrzydłowych z drugiej, musi ustępować systemowi t. zw. gry otwartej, w której każdy z pięciu napastników jest traktowany najzupełniej równorzędnie i wykorzystywany zależnie od położenia.

Jeszcze jedną cechą dobrych graczy należy tu podnieść: oto w ruchach do piłki są oni niechętnie szybcy, natomiast kiedy staną się jej posiadaczami, grają już



rys. 19. Przechuj napastnika, mimo „czubiej spidek” dwa przeciwników.

wolniej, rzecz jasna — z wyjątkiem lotnych wypadków skrzydłowych, lub przebiegów pod bramką.

Tak samo każdy napastnik musi pamiętać, że teren należy przedewszystkiem zdobywać podaniami prostopadłymi do bramki przeciwnika, a więc idącymi wzdłuż, a nie wazercz boiska. To też rozwijanie się całej linii napaźdu równoległe do linii środkowej jest błędem tak samo poważnym, jak podobne ustawianie się obrońców.

Zasadą gry każdej drużyny musi być jak najszybciej zdobyć teren, co można osiągnąć tylko wtedy, gdy napastnicy ustawiają się trójkątami i podają sobie piłkę nie wazercz, lecz wzdłuż boiska. Na tej też podstawie po-

winy być oparte wszelkie próboje pod bramką, które tak często rozstrzygają o wyniku meczu.

Wybór metody gry jest również niezwykle ważnym



Rys. 11. Złokwibocny przebieg. Napastnik (w jasnej koszulce) nie ma nic do powiedzenia wobec wspólnego działania obrońcy i bramkarza.

czynnikiem w grze napadu. W zależności od warunków atmosferycznych, stanu boiska i systemu gry przeciwnika, należy stosować albo grę krótką i dolną, albo długą i półgórną.

Na równej trawie, przy pogodzie bezwietrznej wy-

bór zależy tylko od umiejętności przeciwników. Natomiast na boisku pokrytym kałużami wody, bądź też podłożeniem trawy i pełnym nierówności terenowych, gra przysięmna nie może przynieść dodatnich wyników. Tak samo zawieść musi gra długa przy silnym, porwistym wietrze.

PRAWIDŁA GRY.

§ 1.

Drużyny.

W zawodach uczestniczą dwie drużyny; każda z nich liczy po 11 graczy. Podczas zawodów, zwanych z angielską meczem, nie może brakować więcej niż trzech graczy w każdej drużynie.

Boisko.

Boisko ma kształt prostokąta, którego dłuższy bok mierzy 90—120 m, a krótszy 45—70 m.

Wskazówki dla sędziego. Nie pozwalać grać na terenie niebezpiecznym dla graczy (boisko pokryte żwirem lub szkłem, wyhołste i t. p.). Gry nie należy zaczynać i trzeba ją przerwać przy bardzo złych warunkach atmosferycznych.

Wskazówki dla klubów. Obecnie najczęściej używa się boisk o wymiarze 105 × 68,5 m.

Wyznaczenie boiska.

Linje dłuższych boków boiska nazywają się linjami bocznymi, krótszych — linjami bramkowymi.

PLAN BOISKA



Środki linii bocznych są połączone linią środkową, na której się znajduje punkt środkowy boiska. Z tego punktu zakreślone jest koło środkowe o promieniu 9 m.

Z punktów narożnych zakreśla się łuki równe, promieniem 1 m.

W odległości 5,5 m od wewnętrznej strony słupów bramki wykreśla się linie prostopadłe do linii bramkowej długości 5,5 m, wierzchołki łączą się linią równoległą do linii bramkowej długości 16,32 m. Pole otoczone temi linjami nazywa się polem bramkowym.

W odległości 16,5 m od wewnętrznej strony słupów bramki wykreśla się linie prostopadłe do linii bramkowej długości 16,5 m, wierzchołki łączą się równoległą do linii bramkowej długości 40,32 m. Pole otoczone temi linjami nazywa się polem karnym.

W odległości 11 m na prostopadłej, wystawionej ze środka linii bramki, leży punkt karny. Z punktu tego promieniem długości 9 m zaznacza się koło, którego wyśrodek wśrodkowany jest na długą linię pola karnego.

Granice, linje, koło i łuki na boisku powinny być wyraźnie oznaczone białą linią, grubości najwyżej 12,5 cm, punkty karne i punkt środkowy powinny być wyraźnie oznaczone białymi znakami wielkości piłki.

Wskazówki dla sędziego. Przed każdą grą należy sprawdzić te wymiary boiska, które wzbudzają wątpliwości.

Wskazówki dla klubów. Przed każdą grą wszystkie linje boiska należy odnowić, w razie wypo-

na śniegu zaś — popiołem. Wyraźnie oznaczone boisko ułatwia nie tylko pracę sędziemu, ale i graczom.

Bramki.

Bramki, zbudowane z drzewa, stoją na środku linii bramkowych.

Bramka składa się z dwu słupów i poprzeczki, pomalowanych na biało, mających wymiary 12,5 cm w kwadrat. Słupy są tak wkopane, a poprzeczka tak na słupach polśtona, dopasowana i umocowana, aby płaszczyzny były prostopadłe i równoległe do linii bramkowej. Linja łącząca słupy bramki na ziemi nazywa się linią bramki.

Bramki mają następujący wymiar w świetle: wysokość — 2,44 m, szerokość — 7,32 m.

Podczas gier o mistrzostwo, za bramką niezbędne są siatki.

Wskazówki dla sędziego. Przed każdą grą należy sprawdzić, czy bramki są mocno zbudowane i czy siatki są dobrze przymocowane i całe.

Wskazówki dla klubów. Ostre kany słupów powinny być dla bezpieczeństwa przytyczone. Siatka powinna być mocno przymocowana do poprzeczki, słupów i ziemi. Przed każdą grą należy sprawdzić, czy bramki i siatki nie wymagają naprawy.

Chorągiewki.

Chorągiewki umocowuje się w punktach narożnych boiska.

Drzewca chorągiewek są drewniane, górny zaś koniec zakończony płasko lub zaokrąglony.

Wysokość drzewca chorągiewki nie może być mniejsza, niż 1,5 m.

Same chorągiewki mogą być barwy dowolnej.

Wskazówki dla sędziego. Na boisku muszą być cztery chorągiewki, white w czterech jego rogach. Takie same dwie chorągiewki mogą być white zewnątrz boiska (dla orjentowania sędziego w pozycjach spalonych) na przedłużeniu linii środkowej, jednak nie bliżej niż 1 m od linii boczych. Niskie drzewca chorągiewek są niebezpieczne.

Nie pozwalać na wyjmowanie chorągiewek. Gracze, którzy chcą sobie ułatwić rzut z rogu i wyjmują chorągiewki, powinni być za pierwszym razem ostrzeżeni, a za drugim wyłączeni z gry.

Wskazówki dla graczy. Usuwanie chorągiewek jest niedopuszczalne; pociąga za sobą karę w postaci napomnienia, w razie zaś powtórzenia wyłączenia z gry.

Piłka.

Pilka składa się z gumowego pęcherza i skórzanej opony, którą się zamuraje płasko. Tylko sędzia rozstrzyga o zdatości piłki do gry.

Obwód piłki wynosi 66—71 cm.

Ciętar piłki przed rozpoczęciem gry powinien wynosić 368—425 g.

Wskazówki dla sędziego. Przed każdą grą należy sprawdzić, czy piłka jest zdalna do gry i czy są piłki zapasowe.

Wskazówki dla klubów. Piłka musi być nakłtycicie napompowana. Pamiętać o piłkach zapasowych.

§ 2.

Czas trwania gry.

Czas trwania gry wynosi na grach oficjalnych 2 razy po 45 min. z przerwą 5 min. Na grach nieoficjalnych można czas gry zmienić po porozumieniu się kapitanów i za zgodą sędziego.

Wskazówki dla sędziego. Sędzia powinien doliczyć czas stracony, lecz powinien uprzedzić o tem kapitanów drużyn. Gry o puchary, mistrzostwo i t. p. muszą być grane przez 90 min., gdyż inaczej gra nie będzie warta.

Wskazówki dla graczy. Nie tracić niepostrzeżenie czasu; w razie wypadku pomóc usunąć uszkodzonego z boiska; w razie nieporozumienia na boisku starać się jak najszybciej załatwić sprawę, stosując się do wskazówek sędziego; w razie gdy piłka wyjdzie za boisko, wpadnie między publiczność lub na trybuny, starać się jak najszybciej piłkę wprowadzić do gry, gdyż sędzia we wszystkich tych wypadkach, na końcu gry, doliczy czas stracony.

Losowanie.

Przed rozpoczęciem zawodów sędzia losuje na boisku między kapitanami, wygrywający przy losowaniu może wybrać bramkę lub zacząć grę.

Wskazówki dla sędziego. Losowania można dokonać również przed zawodami, w szatni.

Rozpoczęcie gry.

Pilkę kładzie się na punkcie środkowym boiska, a grę zaczyna się kopnięciem piłki w kierunku bramki przeciwnika.

Gracze drużyny przeciwnej muszą przed rozpoczęciem gry być oddaleni co najmniej o 9 m od piłki, t. j. stać za linię koła środkowego. Żadnemu z graczy obu drużyn nie wolno przed gwizdkiem przekroczyć linii środkowej w kierunku bramki przeciwników.

Pilka jest wtedy w grze, gdy przejdzie przestrzeń równającą się jej obwodowi, lub obróci się dookoła swej osi. Wynika stąd, że gracze drużyny przeciwnej mogą przekroczyć linię koła środkowego, nie po gwizdka, lecz dopiero po kopnięciu piłki.

Bramka nie może być zdobyta bezpośrednio jednym kopnięciem z punktu środkowego boiska przy początku meczu, lub też przy wznowieniu gry po zdobyciu bramki.

Wskazówki dla sędziego. Uważać, aby przy rozpoczęciu gry piłkę podano na połowę boiska przeciwnika. Podanie piłki na swoją połowę wtył jest nie-

dozwolone, ale za uchybienie temu prawidłu nie należy dawać rzutu wolnego, lecz jeszcze raz grę rozpocząć.

Gracza, który rozmyślnie wykracza przeciw przepisom o rozpoczęciu gry, należy upomnieć, a w razie powtórzenia wykroczenia usunąć z gry.

Jeżeli piłka nie przeszła przestrzeni równającej się jej obwodowi lub nie obróciła się dookoła swej osi, należy zacząć grę powtórzyć.

Zaczynamy grę przez osobę obcą, a nie przez gracza, jest dopuszczalne, lecz tylko podczas gier uroczystościowych.

Wskazówki dla graczy. Nie wolno wbiegać natychmiast na połowę boiska przeciwnika, na sygnał dany przez sędziego, gdyż piłka dopiero wtedy jest w grze, gdy przejdzie przestrzeń równającą się jej obwodowi, lub obróci się dookoła swej osi.

Zaczącie gry, odmiennie od innych rzutów wolnych, musi być wykonane w kierunku bramki przeciwnika, tak samo jak rzut karny.

§ 3.

Przerwa, zmiana i rozpoczęcie gry po przerwie.

Przedłużenie gry.

Po upływie pierwszej połowy gry następuje przerwa 5 min. Przedłużyć lub skrócić przerwę można tylko na zgodę sędziego.

Po przerwie następuje zmiana bramek, zaczyna zaś grę ta drużyna, która na początku gry nie zaczynała (patrz § 2).

Wskazówki dla sędziego. Sędzia jest obowiązany przestrzegać, aby samowolnie przerwy nie przedłużano.

W razie gdy gra jest nierozegrana, a zawody mają doprowadzić do zwycięstwa jednej ze stron, sędzia przedłuża grę o pół godziny, przyczem zarządza powtarzalne losowanie, a po 15 min. gry drużyny zmieniają bramki. Gdy po przedłużeniu gry o pół godziny gra jest w dalszym ciągu nierozstrzygnięta, wówczas następuje ostateczna zmiana stron i pierwsza bramka rozstrzyga o wyniku. Jednak ogólny czas trwania gry nie może przekraczać 2 i pół godzin. Porządek więc jest taki: 45 min. gry, 5 min. przerwa, zmiana bramek, 45 min. gry, 5 min. przerwa — losowanie, 15 min. gry, zmiana bramek, 15 min. gry, zmiana bramek i wreszcie gra do pierwszej bramki, trwająca najwyżej 30 min.

Wskazówki dla graczy. Kapitanowie drużyn, jeśli chcą o parę minut przerwę przedłużyć, są obowiązani uczasić sędziemu swoją prośbę i prosić o przedłużenie przerwy. Naogół jednak należy tego unikać, gdyż długie przerwy wpływają niepomysłnie na samopoczucie i stan fizyczny zawodników.

§ 4.

Zdobycie bramki.

Bramka jest zdobyta, jeśli piłka całym swoim obwodem przeciąśnie światło bramki, pod warunkiem, że przedtem nie było przekroczenia prawdeł.

Wskazówki dla sędziego. Bramka, poza normalnem jej uzyskaniem w toku gry, może być zdobyta bezpośrednio z rzutu karnego, wolnego bezpośrednio i rzutu z rogu. Jeśli z innych rzutów wolnych piłka wpadnie bezpośrednio do bramki, wtedy daje się rzut od bramki.

Zdarza się, że bramkarz, łapiąc piłkę, podchwycił ją za linię bramki, lub też piłka siłą swego pędu wpełzła bramkarza, albo przeciwnicy, choćby na obwodzie wtłoczyli go do bramki razem z piłką; w tych wypadkach bramka jest również zdobyta.

Zdarza się również, że piłka toczy się po linii bramki lub też większą częścią obwodu znajduje się w bramce; w takich wypadkach bramka nie została zdobyta.

Aby dostrzec, czy piłka weszła do bramki, należy zawsze posuwać się z boku za piłką, równoległo do linii bramkowych boiska.

Sędzia nie może uznać w żadnym wypadku bramki za zdobytą, jeśli nie jest w pełni przekonany, że została ona rzeczywiście zdobyta, zgodnie z przepisami i jego przeświadczeniem.

Wskazówki dla liniowych. Należy posuwać się wraz z piłką, aby w razie potrzeby informować sędziego, czy piłka przekroczyła linię bramki, czy też nie.

Wskazówki dla klubów. Prawidła powyższe stwierdzają konieczność wyraźnego oznaczenia linii bramkowej i linii bramki.

Zniszczenie bramki.

Jeśli podczas gry bramka lub jej część została zniszczona, to sędzia tylko wtedy może uznać bramkę za zdebtą, jeśli w jego przekonaniu piłka całym obwodem przeszłaby przez płaszczyznę bramki normalnie stojącej.

Odbicie się piłki od sędziego, linjowych, bramki i chorągiewek narodziłych.

Jeśli piłka odbije się w granicach boiska od sędziego, linjowych, bramki lub chorągiewek narodziłych, to pozostaje w grze.

Wskazówki dla sędziego. Sędzia powinien się starać nie przeszkadzać graczom swoją osobą na boisku, i dlatego wskazano jest, o ile możności, aby biegł za piłką, między skrzydłem a łącznikiem. Nie dawał sygnału na przerwanie gry, jeśli piłka odbiła się w granicach boiska od sędziego, linjowych, bramki lub chorągiewek narodziłych.

Jeżeli jednak piłka, uderzywszy o sędziego lub linjowych, przejdzie za granicę boiska, zastosować takie przepisy, jakgdyby piłka wyszła z gry bez odbicia się o niegrającego.

Wyjście piłki za granicę boiska.

Piłka tylko wtedy opuściła boisko, jeśli całym obwodem, choćby tylko na chwilę, wyszła za linję boczną lub bramkową, po ziemi lub w powietrzu.

Wskazówki dla sędziego. Na wyjście piłki za linję boczną powinno się tylko wtedy dawać sygnał, jeśli gracze sami gry nie przerywają.

Zawsze dawać sygnał na wyjście piłki za linję bramkową.

Wskazówki dla linjowych. Uważać dobrze na piłkę, aby z chwilą, gdy przejdzie za linję bramkową lub linję boczną po ziemi lub w powietrzu, dać sędziemu sygnał chorągiewką, nawet w tym wypadku, gdyby piłka, po chwilowem spuszczeniu boiska, powróciła na boisko z powodu wiatru czy też z innej przyczyny.

Wskazówki dla graczy. Jeśli piłka toczy się po linjach ograniczających boisko, nie przerywać gry, chyba, że wyszła za linję całym swoim obwodem, czyli straciła wszelką styczność z zewnętrzną stroną linji.

§ 5.

Spalony (off-side).

Gracz znajduje się na pozycji spalonej, jeśli między nim a bramką przeciwnika niema dwu graczy z drużyny przeciwnej.

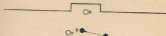
Gracz jest spalony, jeśli, znajdując się na polowie boiska przeciwnika, zagra piłką na pozycji spalonej w chwili, gdy mu podaje piłkę spółgracz stojący za graczem otrzymującym piłkę. Jeśli gracz został spalony, należy dać rzut wolny pośredni na korzyść drużyny

przeciwnej, z tego miejsca, na którym w chwili podania piłki znajdował się gracz spalony.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, jeśli nie czyni żadnego ruchu w kierunku piłki i graczom przeciwnym nie przeszkadza, a piłka go nie dotknęła.

Gracz nie jest spalony, jeśli zagra piłkę na pozycji spalanej, gdy: w chwili podania piłki stoi na swojej połowie boiska; otrzymuje piłkę, w dowolnym zresztą kierunku, od spółgracza znajdującego się przed nim; otrzymuje piłkę od przeciwnika; otrzymuje piłkę bezpośrednio z rzutu z rogu, rzutu od bramki lub z werusa rękami z linii bocznej.

Nr. 1. Spalony.



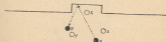
B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalanej i ugrał piłkę.

Nr. 2. Spalony.



B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalanej i ugrał piłkę.

Nr. 3. Spalony.



A strzela do bramki, piłka odbija się od poprzeczki i idzie do B. B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A uderzał piłkę od siebie, B stał na pozycji spalanej i ugrał piłkę.

Nr. 4. Spalony.



A strzela do bramki, piłka odbija się od poprzeczki, A biegnie w kierunku odbitej piłki i podaje ją do B. B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalonej i zagroził piłką.

Nr. 5. Spalony.



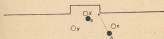
A strzela do bramki, piłka odbija się od X. A biegnie w kierunku odbitej piłki i podaje ją do B. B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalonej i zagroził piłką.

Nr. 6. Spalony.



B wbiega na pozycję spaloną przedtem nim A oddał od siebie piłkę. B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A oddał od siebie piłkę, B był na pozycji spalonej i zagroził piłką.

Nr. 7. Spalony.



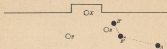
A strzela do bramki, B nastawia i przeszkadza bramkarzowi X. w otoczeniu strzela. B jest spalony, gdyż stojąc na pozycji spalonej oddziaływał na grę.

Nr. 8. Spalony.



A strzela do bramki, B czyni ruch w kierunku piłki. B jest spalony, gdyż stojąc na pozycji spalonej oddziaływał na grę.

Nr. 9. Spalony.



A podaje piłkę, B cofa się z pozycji B_1 na pozycję B_2 i gra piłką. B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B był na pozycji spalanej, choć w chwili otrzymania piłki B miał już 2 przeciwników przed sobą.

Nr. 10. Spalony.



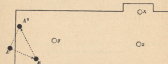
A strzela do bramki, X odbija piłkę do B, B stojąc na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od przeciwnika X i może strzelać do bramki; nie strzela jednak, tylko podaje piłkę do C. C jest spalony, gdyż w chwili, gdy B podawał piłkę, C stał na pozycji spalanej i zagrał piłką.

Nr. 11. Spalony.



A wykonała rzut z rąga do B, B podaje piłkę do C, C jest spalony, gdyż w chwili, gdy B podawał piłkę, C stał na pozycji spalanej i zagrał piłką.

Nr. 12. Spalony.



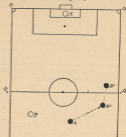
A wykonała rzut rękami z linii bocznej do B, A biegnie na pozycję spaloną, B podaje piłkę do A, gdy tam był już na pozycji spalanej. A jest spalony, gdyż w chwili, gdy B podawał piłkę, A był już na pozycji spalanej i zagrał piłką.

Nr. 13. Spalony.



B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalonej i zagrał piłkę.

Nr. 14. Spalony.



A podaje piłkę, B cofa się i gra piłką, B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B był na pozycji spalonej i zagrał piłkę.

Nr. 15. Nie spalony.



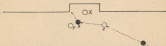
A podaje piłkę, B wbiega na pozycję spaloną już po oddaleniu piłki przez A i gra piłką, B nie jest spalony, gdyż w chwili, gdy A oddał od siebie piłkę, B miał 2 promienniki między sobą a bramką, na którą napada.

Nr. 16. Niespalony.



B stojąc na pozycji spalanej i grając piłką, nie jest spalony, gdyż A, w chwili gdy podawał piłkę do B, znajdował się bliżej linii bramkowej drutiny spalanej, niż B.

Nr. 17. Niespalony.



A strasza do bramki, piłka odbija się od X i idzie do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od X, grzecha drutiny spalanej.

Nr. 18. Niespalony.



A strasza do bramki, piłka odbija się od X i idzie do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalanej, nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od X, grzecha drutiny spalanej.

Nr. 19. Niespalony.



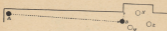
A strasza do bramki, Z biegnie do piłki i odbija ją do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalanej, nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od Z, grzecha drutiny spalanej.

Nr. 20. Niespalony.



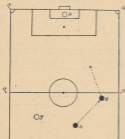
A strasza do bramki, X odbija piłkę, B biegnie do piłki i gra piłką. B stojąc na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od X, grzecha drutiny spalanej.

Nr. 21. Niepakorny.



A wykonany rant z regu. B stojąc na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż gracz strzygnąc piłkę bezpośrednio z rantu z regu, rantu od bramki i z wrotu ręczna nie jest spalony.

Nr. 22. Niepakorny.



A podaje piłkę do B, który nią gra. B znajdując się na pozycji spalanej, nie jest spalony, gdyż stoi na własnej połowie boiska.

Nr. 23. Niepakorny.



A podaje piłkę, B bierze do piłki i gra. B stojąc na pozycji spalanej, nie jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B znajdował się na własnej połowie boiska.

I. SPALONY.



B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A podawał piłkę, B stał na pozycji spalonej i ugrał piłkę.

II. SPALONY.



A strzela do bramki, B robi ruch w kierunku piłki i natychmiast bramkarzowi grę. B jest spalony, gdyż stojąc na pozycji spalonej oddziaływał na grę.

III. SPALONY.



A strzela do bramki, B przeszkadza bramkarzowi ugrać piłkę. B jest spalony, gdyż stojąc na pozycji spalonej oddziaływał na grę.

IV. SPALONY.



A strzela do bramki, B robi ruch w kierunku piłki i przeszkadza bramkarzowi ugrać piłkę. B jest spalony, gdyż stojąc na pozycji spalonej oddziaływał na grę.

V. SPALONY.



B jest spalony, gdyż w chwili, gdy A strzelał do bramki, B nagral piłkę, stojąc na pozycji spalanej.

VI. SPALONY.



A strzela do bramki, piłka odbija się od niej i idzie do C. C jest spalony, gdyż w chwili, gdy A oddał piłkę od siebie, C stał na pozycji spalanej i nagral piłkę. B jest również spalony, gdyż myśli wyrazić ruch w kierunku piłki.

VII. NIESPALONY.



A strzela do bramki, piłka odbija się od przeciwnika i idzie do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od przeciwnika.

VIII. NIESPALONY.



A wykorzystuje ruch rękoma a łapie boźką do B. B nie jest spalony, bo chociaż w chwili, gdy A oddał piłkę od siebie, B stał na pozycji spalanej i nagral piłkę, jednak otrzymując piłkę bezpośrednio a rękoma rękoma grać nie jest spalony.

Piłka nożna. 2

IX. NIESPALONY.



B staje na pozycji spalonej i grając piłkę nie jest spalony, gdyż w chwili oddalenia od siebie piłki A znajdował się bliżej bramki przeciwnika niż B.

X. NIESPALONY.



B staje na pozycji spalonej i grając piłkę nie jest spalony, gdyż A w chwili oddalenia od siebie piłki znajdował się bliżej bramki przeciwnika niż B.

XI. NIESPALONY.



A strzela do bramki, przeciwnik biegnie do piłki i odbija ją do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalonej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od przeciwnika.

XII. NIESPALONY.



A strzela do bramki, piłka odbija się od przeciwnika i idzie do B, który gra piłką. B stojąc na pozycji spalonej nie jest spalony, gdyż otrzymał piłkę od przeciwnika.



II przeprowadza sam piłkę i strzela do bramki. II grając na pozycji spalanej nie jest spalony, gdyż sam przeprowadził piłkę.

Wskazówki dla sędziego. Należy dokładnie obserwować każde położenie gry.

Trzeba sobie wiedzieć, gdzie stoi gracz w chwili, gdy mu podaje piłkę gracz z tej samej drużyny. Należy doskonale odróżniać pozycję spalaną, na której znajdowanie się nie jest jeszcze przekroczeniem prawideł, od gracza spalonego.

Gracz, stojąc na pozycji spalanej, jest spalony, jeśli zrobi ruch w kierunku piłki, w chwili gdy stojący za nim gracz z jego drużyny podaje mu piłkę.

Gracz jest spalony, jeśli się cofnął z pozycji spalanej w chwili, gdy mu podaje piłkę gracz z jego drużyny.

Gracz nie jest spalony, jeśli się posunął na pozycję spaloną dopiero w czasie lotu piłki podanej mu przez spółgracza.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, jeśli nie robi żadnego ruchu w kierunku piłki, którą otrzymuje od gracza ze swojej drużyny; lecz jest spalony, jeśli nie czyniąc żadnego ruchu w kierunku piłki, zostanie dotknięty przez piłkę, lub jeśli graczom przeciwnym przeszkadza w grze.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, gdy w chwili podania piłki stał na swojej polowie boiska.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, gdy otrzymuje piłkę od własnego gracza, znajdującego się między nim a bramką przeciwnika.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, gdy otrzymuje piłkę od przeciwnika.

Gracz nie jest spalony na pozycji spalanej, gdy otrzymuje piłkę bezpośrednio z rzutu z rogu, z rzutu od bramki lub z rzutu rękami z linii bocznej.

Wskazówki dla graczy. Uważać zawsze aby w chwili, gdy jeden z własnych graczy podaje piłkę, mieć dwa graczy z drużyny przeciwnej między sobą a bramką przeciwnika. Gracz nie mając dwu przeciwników między sobą a bramką, czyli stojąc na pozycji spalanej, powinien jak najrybiej wyjść z tej pozycji, gdyż prawie zawsze będzie spalony.

Gracz, stojąc na pozycji spalanej, może dotknąć piłki, gdy: a) w chwili podania piłki stał na swojej polowie boiska, b) otrzymuje piłkę od spółgracza znajdują-

cego się przed nim, c) otrzymuje piłkę od przeciwnika, d) otrzymuje piłkę bezpośrednio z rzutu z rogu, z rzutu od bramki lub z rzutu rękami z linii bocznej.

Gracz, stojąc na polu gry spalony może nie być spalony; jeśli piłki nie dotyka, graczem przeciwnym nie przeszkadza i nie czyni żadnego ruchu do piłki.

§ 6.

Wrzut rękami.

Jeśli piłka przekroczy linię boczną bądź po ziemi, bądź w powietrzu, wtedy gracz drużyny przeciwnej (nie tej, której gracz w granicach boiska ostatni dotknął piłki) rzuca rękami piłkę na boisko, nie opuszczając nogami ziemi, i stojąc na tym miejscu (za linią boczną), przez którą piłka wyszła; jeśli zaś piłka wyszła w powietrzu, rzuca się piłkę z tego miejsca za linię, które przypuszczalnie leży najbliższej wyjścia piłki za linię.

Rzucać piłkę rękami na boisko można w dowolnym kierunku z nad głowy, przyczem trzeba być zwróconym twarzą do boiska.

Z rzutu rękami z za linii bocznej bramka nie może być zdobyta bezpośrednio.

Rzucającemu wolno dotknąć piłki drugi raz dopiero, gdy jej dotknie jakikolwiek inny gracz, wszystko jedno z której drużyny.

Gracz otrzymujący piłkę bezpośrednio z rzutu rękami nie może być spalony.

Wrzut rękami jest skończony zaraz po oderwaniu się piłki od rąk rzucającego.

Wskazówki dla sędziego. Uważać, czy wrzut jest prawidłowo wykonany; jeśli nie, dać wrzut rękami na korzyść drużyny przeciwnej z tego miejsca za linią, z którego gracz ile rucił piłkę.

Wskazówki dla linjowych. Należy być stale za piłką, trzymając się zewnętrznej strony linii bocznych.

Wskazać miejsce wrzutu obrotową, a podczas samego wrzutu obserwować gracza, czy go wykonywa prawidłowo.

Wskazówki dla graczy. Nie spierać się o wrzut, gdyż w razie nieporozumienia linjowy wskazuje, która drużyna ma prawo do wrzutu; postanowienia linjowego może zmienić tylko sędzia.

Wrzut wykonywać z nad głowy obiema rękami; nadawanie piłce kierunku jedną ręką lub opuszczenie piłki tuż pod nogi jest zabronione. Uważać, aby w czasie wrzutu dotykać boiska jakimkolwiek częściami obu stóp, ale aby nie dotykać linii bocznych boiska. Przy wykonywaniu wrzutu pozostałi gracze obu drużyn mogą stać w dowolnej odległości od rzucającego, lecz nie mogą mu przeszkadzać w wykonywaniu wrzutu.

§ 7.

Rzut od bramki.

Jeżeli piłka zostanie wybita przez gracza za linię bramkową przeciwnika, wtedy stawia się ją na jakim-

kobciak miejscu tej połowy pola bramkowego, której bliżej piłka wyszła, i następuje rzut od bramki.

Przeciwnicy nie mogą stać bliżej piłki, niż o 9 metrów.

Kopiącemu nie wolno dotknąć piłki drugi raz, dopóki jej nie dotknie jakikolwiek inny gracz.

Z rzutu od bramki bramka nie może być zdobyta bezpośrednio.

Przy rzucie od bramki gracz, stojąc na pozycji spalanej, nie może być spalony.

Rzut od bramki jest skończony zaraz po dotknięciu piłki przez innego gracza.

Rzut od bramki może być wykonany w dowolnym kierunku.

Wskazówki dla sędziego. Uważać, aby przy wykonaniu rzutu gracz przeciwny znajdujący się o 9 m od piłki.

Wskazówki dla graczy. Stawiać piłkę na tej połowie pola bramkowego, nad którą piłka przeszła poza linię bramkową.

Rzut z rogu.

Jeżeli gracz wybije piłkę za własną linię bramkową, stawia się piłkę w tym rogu, którego bliżej została wybita, poczem następuje rzut z rogu.

Przy rzucie z rogu przeciwnicy nie mogą stać od piłki bliżej, niż w odległości 9 metrów.

Kopiącemu rzut z rogu wolno dotknąć piłki po raz drugi, dopiero po dotknięciu jej przez innego gracza.

Z rzutu z rogu bramka może być zdobyta bezpośrednio.

Przy rzucie z rogu gracz, stojąc na pozycji spalanej, nie może być spalony.

Wskazówki dla sędziego. Uważać na wykonanie rzutu; jeśli gracz dwa razy dotknął piłki, dać rzut wolny pośredni z tego miejsca, gdzie nastąpiło przekroczenie. Nie pozwalać na przeszkadzanie przeciwni wykonującemu rzut. Nie pozwalać na wyjmowanie chorągiewek przy wykonywaniu rzutu.

Wskazówki dla graczy. Otrzymując piłkę bezpośrednio z rzutu z rogu można stać na pozycji spalanej.

Jeśli piłka przy rzucie z rogu odbije się od słupka bramkowego, lub z powodu wiatru wróci do gracza, który wykonywał rzut z rogu, wtedy nie może on dotknąć piłki, gdyż przy wszystkich rzutach obowiązuje pravidło: wykonyjącemu rzut wolno dotknąć piłki po raz drugi, dopiero po dotknięciu jej przez innego gracza.

§ 3.

Gra rękami bramkarza.

Bramkarz tylko na swoim polu karcem może dotknąć piłki rękami, lecz nie wolno mu nieść piłki więcej niż trzy kroki, nawet wówczas, gdy ją podrażca bez spuszczenia na ziemię.

Wolno mu jednak biec z piłką, gdy ją rzuca to je-

den, dwa lub trzy kroki o ziemię, lub stać z piłką na miejscu.

Wskazówki dla sędziego. Uważać, aby bramkarz nie biegł z piłką więcej niż trzy kroki; za czwartym powinien rzucić piłkę na ziemię lub odrzucić ją od siebie. Pamiętajć, że między ostatniem wyrzuceniem piłki rękami a kopnięciem piłki bramkarz może przebiec dowolną ilość kroków.

Za niesienie piłki więcej niż dwa kroki należy dać rzut wolny pośredni do jego bramki z tego miejsca, gdzie nastąpiło przekroczenie. Nigdy nie należy dawać rzutu bezpośredniego ani rzutu karnego.

Za dotyknięcie piłki przez bramkarza rękami poza granicami jego pola karnego należy dać rzut bezpośredni do jego bramki z tego miejsca, gdzie nastąpiło przekroczenie. Pamiętajć jednak należy, że bramkarza, gdy piłki nie dotyka rękami, może grać na całym boisku.

Wskazówki dla graczy. Przy rzucie wolnym graczem drużyny, przeciwko której rzut został zarządzony, nie wolno stać bliżej piłki niż o 9 m, chyba, że stoją na swojej linii bramkowej.

Bramkarz powinien być ubrany w kostium odróżniający go od reszty graczy.

Zmiana bramkarza.

Bramkarza można zamienić na bramkarza rezerwowego lub zmienić w czasie gry z innym graczem jego

drużyny, biorącym udział w grze, lecz przedtem kapitan powinien zawiadomić o tej zmianie sędziego.

Wskazówki dla sędziego. Jeśli kapitan drużyny nie uprzedził sędziego o zmianie bramkarza, a piłki dotknął rękami inny gracz z tej drużyny na polu karnem, wówczas zasądzić rzut karny.

Wskazówki dla graczy. Zawiadamić sędziego o zmianie bramkarza tylko za pośrednictwem kapitana drużyny.

Napaść na bramkarza.

Napadać (trącać) bramkarza, rozumie się nie brutalnie, wolno wówczas, gdy jest on w bezpośrednim zetknięciu z piłką, gdy przeszkadza przeciwnikowi, lub też gdy się znajduje nawet bez piłki poza swoim polem bramkowym.

Bramkarza, będącego na swoim polu bramkowym, gdy jest bez piłki, nie można trącać, chyba że wyraźnie przeszkadza przeciwnikowi.

Wskazówki dla sędziego. Nie należy pozwalać, aby trącano bramkarza na polu bramkowym, gdy jest bez piłki, chyba, że wyraźnie przeszkadza on przeciwnikowi.

Wskazówki dla graczy. Należy pamiętać, że bramkarza nie można trącać na jego polu bramkowym; gdy zaś jest w bezpośrednim zetknięciu z piłką lub gdy zastawia drogę przeciwnikowi, można go trącać na jego polu bramkowym.

Brankarz powinien pamiętać o rzuceniu piłki za czwartym krokiem, gdyż za przekroczenie tego prądu będzie zarządzony rzut wolny pośredni w stronę jego bramki.

§ 9.

Podstawianie nóg, kopanie i t. d.

Podstawianie nóg, podpieranie, kopanie, naskakiwanie, uderzanie przeciwnika, nadeptywanie, zatrzymywanie rękami, nazywane grą brutalną (z angielska foul) jest wzbronione.

Wskazówki dla sędziego. Szybko decyduje sędzię w ocenie gry brutalnej jest konieczna, gdyż zapobiega nieumyślnym zajściom na boisku.

Za umyślne popełnienie powyższych przewinień sędzia powinien natychmiast zarządzić rzut wolny bezpośredni na korzyść drużyny przeciwniej, z tego miejsca, gdzie przekroczenie popełnione. Jeśli przekroczenie zdarzyło się na polu karnym, należy zarządzić rzut karny. Jeśli zaś przekroczenie było większe, można jednocześnie przez rzutu wolnego upomnieć gracza. Za grę brutalną sędzia poza zasądzeniem rzutu wolnego albo karnego, może od razu lub przy powtórzeniu, wyłączyć też gracza z gry.

Umyślne uderzanie kolana lub łokcia przeciwnika przeciwnikowi jest brutalnością i musi być karane.

Należy rozróżniać, czy przestępstwo jest popełnione rozmyślnie, z pełną świadomością, czy też jest następ-

stwem zbytnej zapalczowości, nadmiernego temperamentu, braku techniki lub nadmiernego zmęczenia.

Jeśli przekroczenie nie było umyślne, wówczas nie należy wogóle karać, chyba, że zagrażało bezpieczeństwu przeciwnika. W tym wypadku grę się przerywa, gracz grającego niebezpiecznie upomina, a w stronę jego bramki wykonywa się rzut wolny pośredni. Za grę niebezpieczną rzut wolny pośredni może być wykonany również z pola karnego drużyny broniącej.

Poza tem sędzia nie powinien gwiadać na przestępstwo nawet popełnione umyślnie, jeśli przetrwanie toku gry i zarządzanie rzutu wolnego wyszłoby na niekorzyść drużyny pokrzywdzonej. Chodzi tu głównie o wypadki, gdy napastnik mając duże widoki zdobycia bramki jest napadnięty brutalnie, ale mimo to utrzymuje się przy piłce.

Wskazówki dla graczy. Gracze w takim wypadku nie mogą zwracać uwagi sędziemu i nie powinni wydawać okrzyków, aby zwrócić jego uwagę na przekroczenia, gdyż sędzia może zastosować karę za przeszkadzanie w pełnieniu swych czynności.

Ręka.

Zgodnemu z graczy, z wyjątkiem bramkarza na jego polu karnym, nie wolno umyślnie dotykać piłki ręką.

Wskazówki dla sędziego. Szybko decydując, czy użycie ręki było umyślne czy nie.

Za umyślne dotknięcie piłki zarządzić rzut wolny bezpośredni, a na polu karnem zarządzić rzut wolny.

Za dotknięcie piłki ręką tylko wtedy przerywać grę, gdy piłkę dotknięto umyślnie. W razie nieumyślnego dotknięcia piłki ręką sędziego nie powinien przerywać gry, nawet gdy piłka zmieni wskutek tego kierunek swego lotu.

Rzut wolny zarządza się z tego miejsca, na którym nastąpiło przekroczenie, chyba że zarządza się rzut karny.

Zatrzymywanie i odpychanie przeciwnika.

Do zatrzymywania lub odpychania przeciwnika nie wolno używać rąk.

Wskazówki dla sędziego. Nie pozwalać na przeszkadzanie ani zatrzymywanie przeciwnika jakąkolwiek częścią ręki nie przylegającej do tułowia. Za umyślne przekroczenie tego przepisu należy zarządzić rzut wolny bezpośredni.

Napadanie.

Napadanie na przeciwnika jest dozwolone, jeśli nie jest brutalne lub niebezpieczne.

Wskazówki dla sędziego. Nie pozwalać w żadnym razie na grę brutalną i niebezpieczną, jednakże nie przeszkadzać graczom grać ostro, t. j. odważnie, po męsku, ale po rycersku.

Wskazówki dla graczy. Wolno jest grać ostro, wykorzystując masę swego ciała. Uważać zawsze,

aby gra ostro nie zamieniła się w brutalne polowanie na przeciwnika, gdyż za grę brutalną lub niebezpieczną sędzia wyznaczy odpowiednie kary.

Napadł styłu.

Napadał styłu nie wolno. Jednak jeżeli gracz obrócony tyłem umyślnie zastawia drogę przeciwnikowi, wtedy dozwolone jest przepisowo trącanie (bez użycia rąk).

Wskazówki dla sędziego. Nie pozwalać na napadł styłu, lecz także nie przerywać gry, gdy gracz chce dostać piłkę stojąc lub biegnąc za plecami przeciwnika i wtedy go dotyka. Pozwalać na przepisowo trącanie styłu, jeśli przeciwnik przeszkadza.

Wskazówki dla graczy. Napadał styłu nie wolno, nawet przy umyślnym przeszkadzaniu nie wolno trącać gwałtownie. Zajmować się piłką, nie graczem, a wtedy gra będzie ostro, ale nie brutalna.

§ 10.

Rzut wolny pośredni.

W razie przekroczenia § 5, 7, 8 i części 9, dotyczącej gry niebezpiecznej, zarządza się na korzyść drużyny przeciwnej rzut wolny pośredni, z tego miejsca, w którym popełniono przekroczenie.

Poza tem rzut wolny pośredni stosuje się w wypadku, gdy gracz po zejściu z boiska w czasie gry powróci na

boisko, nie zgłębwszy się przedtem sędziemu. W r. 1934 został wprowadzony przepis dodatkowy, że powrót na boisko może mieć miejsce jedynie w czasie przerwy w grze (rzut od bramki, rzut z linii bocznej, wolny i t. d.).

Przy rzucie wolnym nie wolno żadnemu przeciwnikowi stać bliżej piłki niż w odległości 9 m, chyba że stoi na własnej linii bramkowej.

Żadnemu z graczy obu drużyn nie wolno dotknąć piłki zanim ona przejdzie przestrzeń równającą się jej obwodowi, albo zanim się obróci dokoła swej osi.

Gracz, który wykonał rzut wolny, nie może dotknąć piłki po raz drugi, zanim jej dotknie inny gracz.

Jeśli piłka nie przejdzie przestrzeni, równającej się jej obwodowi albo nie obróci się dokoła swej osi rzut wolny należy powtórzyć.

Rzut wolny może być wykonany w dowolnym kierunku.

Z rzutu wolnego pośredniego bramka nie może być zdobyta wprost, t. z. dopóki nie dotknie jej jeszcze jeden, prócz wykonującego rzut, gracz jakiegokolwiek drużyny.

Przy rzucie wolnym gracz, stojąc na pozycji spalonej, może być spalony.

Wskazówki dla sędziego. Rzut wolny daje się z tego miejsca, na którym nastąpiło przekroczenie w kierunku bramki tej drużyny, która przewiniła.

Należy uważać, czy rzut wolny wykonano prawidłowo.

Nie pozwalać na przeszkadzanie przy wykonywaniu rzutu wolnego.

Wskazówki dla graczy. Przed wykonaniem rzutu wolnego piłka powinna leżeć bez ruchu. Nie wolno wykonywać rzutu wolnego, gdy piłka jest w ruchu. Wprowadzenie piłki do gry musi być wykonane zaraz po gwizdku sędziego. Rzut wolny może być wykonany w kierunku dowolnym.

§ 11.

Rzut wolny bezpośredni.

Za przekroczenie § 9 poza obrębem pola karnego drużyny broniącej zarządza się rzut wolny bezpośredni. Z rzutu wolnego bezpośredniego bramka może być zdobyta wprost, t. j. bez dotknięcia piłki przez jeszcze jednego gracza, wszystko jedno z której drużyny.

Wskazówki dla sędziego. Rzut wolny bezpośredni zarządza się za uszybyłe przekroczenie § 9, t. j. za podstawienie nogi, podpieranie, kopnięcie, dotknięcie piłki ręką, zatrzymywanie rękami, nadeptywanie, odepchnięcie, brutalną napaść styla. W razie nieumyślnego przekroczenia § 9, stosować karę rzutu wolnego pośredniego tylko wtedy, kiedy zagraża ona zdrowiu uszkodzanego, uważając to za t. z. grę niebezpieczną. Jeśli wypadek ten nie zachodzi, gry nie przerywać.

Bramka nie może być bezpośrednio zdobyta przy:

zarzuć, rzucie od bramki, rzucie wolnym pośrednim i wrzucie rękami z linii bocznej.

Zawsze należy uprzedzić graczy, czy się zarządza rzut bezpośredni, czy pośredni.

Wskazówki dla graczy. Przy rzucie bezpośrednim bramka może być zdobyta wprost; jednakże przy tym rzucie piłka niekoniecznie musi być kopnięta wprost do bramki, lecz może być także podana, wszystko jedno czy naprzód czy do tyłu.

§ 12.

Rzut karny.

W razie umyślnego przekroczenia § 9 w obrębie swego pola karnego przez drużynę broniącą, daje się rzut karny, który musi być wykonany w następujących warunkach:

- a) wszyscy gracze, z wyjątkiem wykonującego rzut karny i bramkarza broniącego bramki muszą stać za polem karnym w granicach boiska, w odległości 9 m od piłki,
- b) bramkarzowi nie wolno wysuwać się przed linię bramki, i poruszać się w bramce po gwizdka sędziego,
- c) rzut karny musi być wykonany w kierunku bramki przeciwnika,
- d) żadnemu z graczy nie wolno wbić na pole karne, dopóki piłka nie przejdzie przestrzeni rów-

nającej się jej obwodowi, t. zn. nie będzie w grze,

e) kopiącemu piłkę nie wolno drugi raz dotknąć piłki, zanim jej dotknie inny gracz, wszystkie jedno z jakiej drużyny,

f) żaden z graczy nie może przeszkadzać przy wykonywaniu rzutu karnego,

g) piłka musi leżeć spokojnie na punkcie karnym.

Wskazówki dla sędziego. Jeżeli piłka przy rzucie karnym odhija się od bramki lub z powodu wiatru wróci, wówczas gracz, który wykonał rzut karny, nie może piłki dotknąć, zanim inny gracz jej dotknie. W razie przekroczenia tego pravidła zarządzić rzut wolny pośredni na korzyść drużyny broniącej bramki.

Rzut karny zarządza się za następujące, umyślne przekroczenia, popełnione przez drużynę broniącą w granicach swego pola karnego:

- a) podstawienie nogi przeciwnikowi,
- b) nadęptanie nogi przeciwnikowi,
- c) kopnięcie przeciwnika,
- d) skoczenie na przeciwnika,
- e) dotknięcie piłki ręką,
- f) przytrzymanie przeciwnika ręką,
- g) uderzenie lub popchnięcie przeciwnika rękami,
- h) brutalna napadź,
- i) napadanie z tyłu przeciwnika,
- k) wyciągnięcie ramion w celu zatrzymania przeciwnika,

1) podpieranie styku lub sprzodu (t. z. „stoleczek“).

Sędzia nie może dawać sygnału do wykonania rzutu karnego, jeśli nie jest przekonany, że wszystkie warunki ustawienia się graczy i piłki są wykonane.

Jeśli bez porozumienia z sędzią zmieniono bramkarza i ten dotknął piłki ręką w obrębie swego pola karnego, sędzia jest obowiązany zarządzić rzut karny.

Jeśli z rzutu karnego bramka nie została zdobyta, a drużyna broniąca dopuściła się przekroczenia podczas wykonywania rzutu karnego, należy ten rzut powtórzyć.

Jeśli bramka została zdobyta z rzutu karnego, trzeba ją przyznać, choćby przy wykonywaniu rzutu karnego drużyna broniąca dopuściła się przekroczenia.

Sędzia może jednocześnie zarządzić rzut karny i wyłączyć gracza z gry, bez uprzedniego napomnienia, jeżeli ten zagrał w sposób wyjątkowo brutalny.

Jeśli gracz umyślnie kilkakrotnie przeszkadza przy wykonaniu rzutu karnego, może być usunięty z boiska.

Jeżeli przekroczenie zawarte w § 9 nastąpiło przy końcu gry, tak że na wykonanie rzutu karnego nie starczy czasu, należy grę o tyle przedłużyć, aby rzut karny mógł być wykonany.

W tym wypadku gra kończy się natychmiast, gdy po wykonaniu rzutu karnego piłka wpadnie do bramki, dotknie innego gracza, lub wyjdzie za boisko.

Sędzia w żadnym wypadku nie powinien powtarzać rzutu karnego, jeśli jest przekonany, że powtórzenie rzutu wyjdzie na korzyść drużyny broniącej.

Rzut karny może być zarządzony bez względu na

położenie piłki w chwili popełnionego wykroczenia, z tym jednakże zastrzeżeniem, że piłka musi być w chwili gwizdka w grze, a przestępstwo jest popełnione w granicach pola karnego.

Wskazówki dla graczy. Przy wykonywaniu rzutu karnego ustawić się na boisku na polu karnem w odległości co najmniej 9 m od piłki i nie wchodzić na nie, zanim piłka przejdzie przestrzeń równającą się jej obwodowi.

Nie przeszkadzać przy wykonywaniu rzutu karnego, gdyż może to podlegnąć wyłączeniu z gry.

§ 13.

Rzut sporny (neutralny).

Jeśli z jakiegokolwiek przyczyny, nie powodującej kary wyłączenie dla jednej drużyny, grę chwilowo przerwano, a piłka przedtem nie przeszła za linię bramkową lub boczną, sędzia rzuca piłkę o ziemię w tym miejscu, gdzie się znajdowała w chwili przerwania gry.

Piłka jest w grze od chwili dotknięcia ziemi.

Jeśli z rzutu spornego piłka nie dotknięta przez żadnego z graczy, przeszła za linię boczną, lub bramkową, sędzia wykonywa rzut jeszcze raz.

Piłki nie może dotknąć żaden z graczy, zanim ona dotknie ziemi.

Każdy gracz może stać w dowolnej odległości od sędziego.

Wskazówki dla sędziego. Jeżeli gra została przerwana z powodu przypadkowego skaleczenia gracza, lub z innej przyczyny (z wyjątkiem przerwy lub końca gry) nie powodującej kary dla żadnej z drużyn, sędzia zarządza rzut sporny z tego miejsca, gdzie piłka była w chwili przerwania gry.

Jeżeli przy wykonaniu rzutu spornego gracz dotknie piłki zanim ona dotknieła ziemi, należy zarządzić rzut wolny na korzyść drużyny przeciwnej.

Jeżeli piłka przejdzie za linię boczną lub bramkową, zanim jej który gracz dotknie, należy rzut powtórzyć. Rzut sporny stosuje się również w wypadkach, gdy dwaj przeciwnicy popełniają przekroczenie jednocześnie.

Wskazówki dla graczy. Przy rzucie spornym nie dotykać piłki, zanim ona dotknie ziemi.

§ 14.

Sygnal sędziego.

Gry nie wolno zaczynać ani przerywać, dopóki sygnał sędziego nie upoważni do jej rozpoczęcia lub przerwania. Jedynie przy wykonywaniu wrzutu rękami przysięga się sędziemu, że sędzia nie gwizdzie ani na wyjście piłki za boisko, ani na wykonanie wrzutu.

Wskazówki dla sędziego. Piłki nie wolno wprowadzać do gry bez sygnału sędziego i piłka jest dopóty w grze, dopóki sędzia nie da sygnału przerwania. W wypadkach, w których sędzia uważa, że linijowy

mógł widzieć więcej niż sędzia, powinien go zapytać o zdanie.

Wskazówki dla graczy. Nie przerywać gry i nie wprowadzać piłki do gry (z wyjątkiem wrzutu rękami) jeśli sędzia sygnałem nie da do tego upoważnienia.

Nie domagać się zmiany postanowień sędziego i nie robić mu uwag.

§ 15.

Obuwie i ochraniacze.

Gwóźdźce w obuwia nie mogą wystawać ze skóry. Nie wolno przytwierdzać do obuwia ochraniaczy z blachy ani gumy.

Paski na podszewkach nie mogą być wyższe niż 12,5 mm i muszą mieć przynajmniej 12,5 mm szerokości.

Kolki na podszewkach nie mogą być wyższe niż 12,5 mm i muszą mieć przynajmniej 12,5 mm średnicy, przyczem nie mogą być stożkowate.

Paski i kolki powinny być szczelnie przymocowane; gwóźdźce, któreśm są przybite, muszą być wpuszczone w skórę.

Półokrągłe paski skórzane sprzodu na podszewce są dozwolone.

Sędzia może w każdej chwili sprawdzić obuwie i cały kostium graczy i zawyrokuje o ich zdolności do gry.

Gracz, którego obuwie lub ochraniacze są unyżliwie

nieprzepisowe przygotowane do gry, musi być usunięty z boiska.

Wskazówki dla sędziego. Sędzia powinien na prośbę kapitana drużyny sprawdzić obuwie graczy w drużynie przeciwej.

Sprawdzać zdolność obuwia do gry najlepiej jest przed grą lub na przerwie, jednakże i z własnej inicjatywy powinien sędzia sprawdzać zdolność do gry butów i t. p.

Sędzia ma obowiązek nakazania zmiany nieodpowiedniego obuwia lub ochraniaczy; jeżeli zaś obuwie lub ochraniacze są umyślnie nieprzepisowe do gry przygotowane, sędzia musi wyłączyć gracza na całą grę.

Wskazówki dla graczy. Jeżeli gracz ma wątpliwość co do swego kostiumu, powinien przed grą zwrócić się o zdanie do sędziego.

Uważać i sprawdzać, czy gwoździe, któremi jest przybita podszewka, paski lub kółki nie są niebezpieczne, co się często zdarza przy zużyciu obuwia.

Graczowi grozi usunięcie przez sędziego z boiska:

- a) jeśli gwoździe nie są zupełnie zagłębione w skórce,
- b) jeśli blaszki na szpiłkach u obuwia lub ochraniaczy wystają,
- c) jeśli obuwie ma jakicóż część kanciastą,
- d) jeśli wymiar lub kształt pasków lub kółków jest nieprzepisowy,
- e) jeśli obuwie ma metalowe laki i t. p.

Praca i obowiązki sędziego.

Każdą grę klubową, a zwłaszcza oficjalną prowadzić powinien egzaminowany sędzia Polskiego Kolegium Sędziów Piłki Nożnej.

Sędzia jest obowiązany czuwać nad przestrzeganiem przepisów gry, karać nieprawidłowości w grze, rozstrzygać sprawy sporne, kontrolować czas gry, zapisywać wyniki.

Sędziemu pomagają linjowi, którzy podlegają jego władzy.

Wyroki sędziego w sprawach gry są nieodwołalne.

Jeśli gracz zachowuje się niesłańciewie, sędzia powinien go przestrzec, a w razie powtórnym — wyłączyć z gry. Przy grze brutalnej i umyślnie niebezpiecznej można gracza wyłączyć bez uprzedniego ostrzeżenia, a narzeka jego podać do związku w sprawozdaniu z gry.

Sędzia powinien przedłużyć grę o czas stracony przez przerwanie gry wskutek wypadku, zaburzeń atmosferycznych, uroczystości oficjalnych, wtargnięcia widzów, zgubienia piłki i t. p.

Sędzia może przerwać lub zakończyć grę, jeśli okoliczności nie pozwalają na dalsze jej prowadzenie, a mianowicie: z powodu zmierzchu, wdarcia się widzów na boisko, złej pogody lub też innych powodów, które zdaniem sędziego są wystarczające. Powód, dla którego gra została zakończona przed czasem, należy podać w sprawozdaniu z gry do związku.

Sędzia może odpowiednio karać we wszystkich wypadkach, które jego zdaniem są niezgodne z prawidłami gry w piłkę nożną.

Wyłącznie sędzia decyduje we wszystkich sprawach dotyczących czasu gry.

Władza sędziego obejmuje te wypadki, które się mogą zdarzyć we wszystkich przerwach podczas gry. Słowna obraca sędziego będzie uważana za brutalne zachowanie się gracza, nawet gdyby to zasła poza boiskiem — w czasie przerwy lub po skończeniu gry.

Wskazówki dla sędziego. Sędzia w czasie gry ma władzę nieograniczoną, której powinien używać do przestrzegania prawideł, a w razie ich przekroczenia — do wyznaczania odpowiednich kar.

Obowiązkiem sędziego jest przestrzeganie, aby gra nie była brutalna; w razie brutalnego zachowania się gracza, po dwu napomnieniach należy go wyłączyć z gry. Sędzia musi wiedzieć, że umiarkowanie sędziując można nie dopuścić do gry brutalnej.

Nie należy przyjmować niesprawiedliwych ani tłumaczyć i zmieniać swoich postanowień.

Sędzia powinien unikać:

a) dyskusji z graczami, członkami stowarzyszeń i wogóle zainteresowanymi na boisku i za boiskiem,

b) pokazywania lub dotykania gracza przy odwołaniu napomnienia lub wyłączenia z gry.

Przed rozpoczęciem gry i na przerwie należy podawać swój zegarek z zegarkami obu sędziów linjowych.

Sędzia musi być bardzo ściśle w obliczaniu czasu gry, lecz obowiązany jest przedłużyć grę dla wykonania rzutu karnego.

Obowiązkiem sędziego jest w oznaczonym czasie grę rozpocząć i zakończyć.

Czas stracony podczas gry należy zawsze doliczyć.

Grę przerywać przed końcem tylko dla bardzo ważnych, przewidzianych wyżej, powodów.

Zapisywać czas i stracone bramki, a unikać się pomyłek.

Sędzia musi uważać, aby być dokładnym w pełnieniu swoich obowiązków, oraz przestrzegać dokładności u graczy i linjowych.

Sędzia ma prawo unąć od pełnienia obowiązków linjowego i wyznaczyć na jego miejsce zastępcę, lecz w miarę możliwości należy tego unikać.

W sprawozdaniu z gry do związku nie pomijać ważniejszych wypadków, które zaszły podczas gry.

Wskazówki dla graczy. Nie wolno sprzeciwiać się sędziemu lub utrudniać pełnienia jego obowiązków, przeciwnie, należy rozumieć jego trudne położenie.

Jeśli zaś drużyna ma zamiar reklamować, powinna się zwrócić oficjalnie przez klub do związku, po skończeniu zawodów.

§ 17.

Prawa i obowiązki linjowych.

Obowiązkiem linjowych, podlegających w swoich

orzeczeniach sędziemu, jest dopomaganie w poprawnym prowadzeniu gry.

Sędziowi linjowi mogą pomagać sędziemu, zwracając jego uwagę na brutalne lub nieodpowiednie zachowanie się graczy.

Sędzia może usunąć od polszenia obowiązków linjowego za nieodpowiednie zachowanie się i wyznaczyć jego zastępcę.

Gracz wyłączoney z gry nie może być linjowym.

Jeżeli linjowi są delegowani przez zwłazek, sędzia może ich kompetencje rozszerzyć i uprawnić do sygnalizowania gry brutalnej, oraz graczy spalonych.

Wskazówki dla linjowych. Linjowi powinni szybko decydować: a) czy piłka wyszła z gry, i dawać sędziemu sygnał chorągiewką; b) która drużyna ma prawo do wrzutu rękami, oraz wskazać, czy ma nastąpić rzut z roga czy też rzut od bramki.

Linjowy powinien zwracać uwagę sędziego na grę brutalną lub nieodpowiednie zachowanie się na boisku graczy w tych wypadkach, gdy sędzia nie mógł sam przystępstwa spostrzec.

Linjowy zawsze jest obowiązany odpowiadać na wszystkie pytania, zadane przez sędziego, a przytem porozumiewać się z sędzią w taki sposób, aby rozmowa, o ile można nie była słyszana przez graczy.

Wskazówki dla graczy. Nie sprzeciwiać się decyzjom linjowych; decyzje linjowych może zmienić tylko sędzia.

OBRAŻENIA CIELESNE.

Przy grze w piłkę nożną mogą się wydarzyć różne obrażenia cielesne.

Uszkodzenia cielesne są tem rzadsze, im karniejsze są drużyny, biorące udział w grze i im energiczniej sędzia śledzi poszanowanie wszystkich prawideł gry. Odruchy brutalne — rozmyślne potrącanie, i popychanie, podstawianie nóg należy tępzić jak najhardziej stanowczo, a wtedy rzadko kiedy wypadnie udzielać doraźnej pomocy na boisku.

Poniżej są wyliczone najczęstsze urazy i wskazana pomoc doraźna, jakiej należy udzielić poszkodowanemu.

Uszkodzenia.

Uderzenie w brzuch (głową, nogą, piłką), szczególnie w okolicy t. zw. dolka, może wywołać porażenie przepony brzusznej i utrudnienie oddychania. Objawy: bladeść twarzy, nawet sinica, smulenie, bardzo powierchawny oddech.

Pomoc.

Położyć nowamak, podkładając pod łopatkę płaszcz, zwinięty w walek. Gdy oddech słaby, robić t. zw. sztuczne oddychanie, porciagać rzywnicznis ramioną w górę i opuścić, przyciskając ręce do boków; jednocześnie ugniatać brzuch. Tempo ruchów ręk, jak w normalnem oddycha-

Uraz bardzo silny może prowadzić do obrażeń narządów brzośnych (sprawa jest wtedy bardzo poważna i niebezpieczna).

Uraz narządów pleiowych wywołuje osłabienie czynności serca.

Skręcenie stopy w stawie skokowym. — Nawet gdy nastąpiło w małym stopniu, należy uniechęcać chodzenia, a tem bardziej dalszej gry, gdyż im bardziej się przemęczy uszkodzoną nogę, tem dłużej będzie trwała niezdolność do chodzenia i leczenia.

nia (15 razy na minutę, czyli wyciągnięcie ramion co 4 sekundy). Nie kwapić się do wstawania i powracania do gry.

W razie wielkiej bladeści i osłabienia przemieść poturbowanego w pozycji leżącej pod dach i wczuć pomocy lekarskiej.

Poleżyć się. Zdjąć trzewik (ostrożnie). Oklepić stopę pastkami przyłepca (plastra lepkiego) tak, aby stopa ustalona nie odchylała się i nie chwiała na boki przy ruchach. Przyłepiec nakładać niezbyt ściśle, gdyż stopa nieco obrzęknie. Po przeniesieniu do domu ułożyć nogę na podwyższeniu i oklepić lodem albo mokremi (chłodnymi)

okładami. Dalsze postępowanie przepisze lekarz. W braku przyłepca przybandażować stopę do deseczki odpowiednio wyścielonej.

Złucie kolana jest uszkodzeniem niebezpiecznym, gdyż wywołuje często długotrwałe cierpienie, a następnie zastępowanie kolana.

Skręcenie uda. Uderzenie w uda od przodu może być nader bolesne; bolesność ta trwa dość długo.

Uszkodzenie barków i ręk: pęknięcie obojrzynka, zwichnięcie w stawie barkowym, złamanie ręki.

Niezwłocznie poleżyć się spokojnie. Plastrami przyłepca owinąć kolano i oklepić jego górną oraz dolną. Przyłepiec tak nakładać, żeby dokładnie nieścisł rzepkę. W braku przyłepca można obandażować kolano. Stosować zimne okłady (lód, mokre okłady). Nie zginać nogi w kolanie.

Narazie zrobić okład zimny, w kilka godzin później okłady gorące aż do ustąpienia bolesności.

Nie próbować ruszać kończyn, jeśli ból duży. Nie wstawiać zwichnięcia (tylko lekarz może to zrobić). Spocząć w temblaku.

z chusty albo ubrania
i oprzeć na nim rękę. Okla-
dy same. Zwrócić się do
lekarza.

Skaleczenia, zadrapa-
nia, odparzenia.— Uszko-
dzenia te, napozór drob-
ne, jeśli ulegną saniocy-
zacji, mogą się stać
powodem ropni, a w na-
stępstwie dużych blizn,
lub nawet zakażenia
krwi.

Apteczka podręczna powinna się znajdować w po-
bliżu łódki; wskazane jest, aby zawierała:

4 pakiety opatrunkowe.

2 deseczki szerokości około 8 cm, długości około
40 cm.

2 bandażo 7 cm szerokości, 5—8 m długości.

Waty nieoczyszczonej 1/2 kg.

Roztworu jodowego 15 g.

Przylepice.

Otworzyć pakiet opatrun-
kowy, kawałkiem gazy oczy-
ścić uszkodzenie. Zajędyno-
wać. Przykryć czystą gazą
i zabandażować.

Centralna
Kucharska Peragogiczna
Kas. Urzędu Sanitarnego
w Łodzi

1729

LASKOWSKI K. por.

BOKS

C E N A 350

Podręcznik boks, zawierający metodę nauczania i zaprawę pięściarskiej. W poszczególnych jego rozdziałach autor omawia naukę boks, zaprawę, daje uwagi o taktyce walki, wreszcie załącza regulamin sportowy Polskiego Związku Bokserskiego.

Książka jest ostatniem słowem w literaturze pięściarskiej.

DO NABYCIA

**W GŁÓWNEJ KSIĘGARNI WOJSKOWEJ
WARSZAWA, NOWY ŚWIAT 69**

oraz we wszystkich większych księgarniach w Polsce

BIBLIOTECZKA SPORTOWA

	Zł.
Nr. 1. W. Janusz-Dobrowski — Co to jest sport . . .	—75
Nr. 2. — Co krydy o boksa wiedzieć powinni . . .	—75
Nr. 3. W. Zieliński — Sprzęt narciarski, wyd. III . . .	1,10
Nr. 4-5. W. Pyłasiński — Tajniki walki zapasniczej . . .	1,50
Nr. 6. Inż. M. T. Bohatyrew — Jak someone zbudował płaskodenną ścieżkę wiosłową . . .	2.—
Nr. 7. L. Szwycowski — Zapiski kajakarzy . . .	2,80
Nr. 8. Inż. Z. Trylski — Mały podręcznik obywatela, wyd. II . . .	1,50
Nr. 9. J. Podolski — Piśmielnictwo w walce i sporcie . . .	2,50
Nr. 10-11. W. Pyłasiński — Podnoszenie ciężarów . . .	1,50
Nr. 12-13. K. Lemański — Podręcznik wioślarstwa regulowanego . . .	1,50
Nr. 14. J. Podolski — Strzelanie . . .	2,50
Nr. 15. Cz. Mierzejewski — Zaprawa lekkoatletyczna, wyd. II . . .	1,50
Nr. 16. M. Zaraska gen. — Przewodnik po terenach narciarskich Zakopanego i Tatry Polskich . . .	2.—
Nr. 17. E. Słaski gen. — Zasady zaprawy i sportowej guzdy konnej . . .	1,80
Nr. 18. F. Szymczyk — Kolarstwo (turytyka, tor, szosa) . . .	2.—
Nr. 19. Pamiłkowa odznaka sportowa, wyd. V . . .	1,80
Nr. 20. A. Zaleski — Krótki podręcznik pływania, wyd. II . . .	1,50
Nr. 21. W. Hirth — Wyższe szkolenie zrychłowienia . . .	w druku
Nr. 22. W. Pałat — Nauka gry w lawn-tennis . . .	2.—
Nr. 23. L. Kapitanik — Działanie i obsługi motorów . . .	2,50
Nr. 24. A. Gulotta — Zarys gry w golf . . .	1,50
Nr. 25. Żelazowski W. i Oleński W. — Wychowanie fizyczne w obywatelstwie . . .	1,50
Nr. 26. J. Meissner — Nauka pilotatu . . .	2.—
Nr. 27. L. Kapitanik — Działanie i obsługi samochodu . . .	2,50
Nr. 28. K. Boehm, inż. dypl. — Praktyczny podręcznik pilota szybowcowego, przeł. B. Słachów, mjr. pilot . . .	3,50
Nr. 29. R. Jedliński — Ping-pong . . .	1,20
Nr. 30. K. Nohring — Zasady wioślarstwa . . .	2,80
Nr. 31. Z. Lotacki — Łucznictwo . . .	3.—
Nr. 32. J. Szwycowski dr. — Higijena zaprawy sporto- wej i darszyna pomoc w sporcie . . .	1,70
Nr. 33. W. Kwast i Josef Baron — Piłka siatkowa . . .	2,20
Nr. 34. K. Laskowski — Somostron w 17 chwytach . . .	1,80
Nr. 35. J. Grabowski — Piłka nożna . . .	1,80

Do nabycia
w GŁÓWNEJ KSIĘGARNI WOJSKOWEJ
WARSZAWA, NOWY ŚWIAT 69.
I W SZYBTRZKICH WIĘKSZYCH KSIĘGARNIACH W POLSCE