

## **\*\* با نشاط ترین ورزش گروهی – همگانی کشور \*\***

### **آیین نامه و قوانین داخلی رشته ورزشی داژبال**

#### **رشته ورزشی داژبال (بازی وسطی)**

ورزش داژبال به معنای گرفتن توپ می باشد که در اصطلاح فارسی به این ورزش بازی وسطی میگویند.

اهداف:

۱. بسط و گسترش ورزش تک بال به عنوان یک ورزش سنتی ایرانی.
۲. ایجاد نشاط و سلامت جسمی و روحی برای تمامی سنین با کمترین هزینه و امکانات.
۳. پر نمودن اوقات فراغت اقشار مختلف مردم در جهت فعالیت و ورزش گروهی.
۴. ایجاد انگیزه برای خانواده ها و دعوت به ورزش همگانی به منظور ایجاد سلامت اجتماعی.
۵. برگزاری رقابت های سالم و پرنشاط به منظور ارتقا سطح کیفی این رشته ورزشی.

---

#### **ابعاد زمین بازی: ۹ \* ۱۸ به شکل مستطیل**

**تعداد بازیکنان:** بازی تک بال بین دو تیم (تیم کنار و تیم وسط) با ۴ بازیکن اصلی و ۲ بازیکن ذخیره برگزار میگردد.

**توپ بازی:** توپ این رشته ورزشی از جنس چرم یا مشابه با ابعاد محیطی ۴۰ سانتی متر و وزن تقریبی ۲۰۰ گرم (شبیبه به توپ هندبال) میباشد.

**زمان بازی:** دو نیمه ۱۰ دقیقه ای با ۳ دقیقه استراحت (به صورت تایم اطوت برای تیم وسط میدان) در بین دو نیمه میباشد.

#### **نحوه بازی:**

۱. بین دو تیم ۴ نفره برگزار می شود.

۲. تیم کنار در دو گروه ۲ نفره در دو طرف زمین (قسمت عرض زمین) و ۴ بازیکن تیم وسط در وسط زمین (خط وسط) مستقر میگردند.

۳. بازیکنان تیم کنار باید با پاس دادن توپ به یکدیگر و پرتاب توپ به سوی بازیکنان تیم وسط نسبت به حذف آنها از زمین بازی و اخذ امتیاز اقدام نمایند.

توضیح: برخورد توپ به هر یک از بازیکنان تیم وسط منجر به حذف آن بازیکن و کسب یک امتیاز برای تیم پرتاب کننده می گردد.

۴. در صورتیکه تیم کنار موفق به حذف چهار بازیکن وسط شود برنده آن نیمه خواهد بود.

الف: در صورت حذف هر یک از بازیکنان تیم وسط، ادامه بازی در آن نیمه با نفرات باقیمانده صورت می پذیرد.

ب: در صورتیکه تیم وسط دارای امتیاز گرفتن توپ باشد، بازیکنی که مورد اصابت توپ قرار گرفته حذف نگردیده و فقط از امتیاز تیم کسر میشود.

۵. بازیکنان تیم وسط باید با جاخالی دادن خود را از خطر برخورد با توپ دور ساخته و همچنین با گرفتن توپ توسط دست ها (بل) اقدام به اخذ امتیاز نمایند.

توضیح: گرفتن هر توپ توسط بازیکنان تیم وسط منجر به اخذ یک امتیاز برای تیم فوق میباشد.

۶. در صورتیکه بازیکنان تیم وسط در مدت زمان ۱۰ دقیقه به طور کامل حذف نگردد برنده آن نیمه خواهد بود.

۷. هر تیم در هر نیمه فقط مجاز به تعویض دو بازیکن میباشد.

۸. در صورت حذف یک بازیکن که منجر به خطا گردیده عضو ذخیره نمیتواند جایگزین وی گردد.

۹. در صورت اتمام زمان بازی و مساوی شدن دو تیم، ادامه بازی در وقت اضافه برگزار میگردد.

۱۰. زمان برگزاری وقت اضافه، دو نیمه ۳ دقیقه ای با تعویض تیم ها در نیمه دوم میباشد.

توضیح: زمان وقت اضافه، فاقد استراحت و تایموت بین دو نیمه خواهد بود. در صورت تساوی مجدد دو نیمه یک دقیقه ای برگزار میگردد.

۱۱. در زمان وقت اضافه، فقط یک نفر از تیم وسط در زمین بازی قرار می گیرد. (تعویض با اعلام نفر ذخیره به داور آزاد است).

۱۲. برخورد اولین توپ از سوی تیم کنار به بازیکن تیم وسط به منزله پیروزی تیم کنار در آن نیمه خواهد بود.

۱۳. دریافت اولین توپ از سوی بازیکن تیم وسط و یا جا خالی دادن وی در مدت زمان ۳ دقیقه، به منزله پیروزی تیم وسط در آن نیمه خواهد بود.

۱۴. برنده بازی تیمی خواهد بود که فاتح دو نیمه باشد.

۱۵. در صورت تساوی دو تیم، بازی وقت اضافه یک دقیقه ای مجدداً تکرار خواهد شد.

۱۶. این بازی توسط چهار داور کنار و یک سر داور قضاوت می گردد.

۱۷. در صورت بروز اعتراض، صدور رای قطعی توسط کمیته فنی صورت می پذیرد. (هیت پنج نفره داوران)

## **معاونت منابع انسانی و پشتیبانی**

### **تربیت بدنی سایپا پرس**