**عنوان:**

**ورزش فوتبال**

**نام و نام خانوادگی:**

فهرست مطالب

[مقدمه 1](#_Toc446596274)

[تاریخچه 1](#_Toc446596275)

[شرایط بازی 3](#_Toc446596276)

[بازیکن 4](#_Toc446596277)

[دروازه‌بان 4](#_Toc446596278)

[مدافع 5](#_Toc446596279)

[هافبک/بازیکن میانه 5](#_Toc446596280)

[فوروارد/مهاجم 5](#_Toc446596281)

[مقررات 6](#_Toc446596282)

[زمین بازی 6](#_Toc446596283)

[آسیب های ورزشی در فوتبال 7](#_Toc446596284)

# مقدمه

بازی فوتبال ورزشی است تیمی که در آن دو گروه یازده نفره در مقابل هم بازی می‌کنند و اغلب آن را پرطرفدارترین ورزش جهان می‌دانند. این ورزش در زمینی مستطیل شکل با پوشش [چمن](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DA%86%D9%85%D9%86) یا [چمن مصنوعی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DA%86%D9%85%D9%86_%D9%85%D8%B5%D9%86%D9%88%D8%B9%DB%8C) انجام می‌گیرد که در انتهای عرضی دو ضلع آن دو دروازه قرار داده شده‌است. هدف هر یک از دو تیم ، وارد کردن توپ به دروازۀ حریف است. [دروازه‌بان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87%E2%80%8C%D8%A8%D8%A7%D9%86) تنها کسی است که در این بازی حق دارد از دست‌ها و بازوهای خود برای گرفتن و مهار توپ استفاده کند. دیگر اعضای تیم توپ را اغلب با استفاده از پا و ضربه زدن به آن به گردش درمی‌آورند، گاه نیز ممکن است از سینه یا سر خود استفاده کنند. هر تیمی که بیش‌ترین گل را به حریف بزند برندۀ بازی است. اگر بازی در پایان با گل‌های برابر پایان پذیرد نتیجه بازی را مساوی اعلام می‌کنند یا این که بازی به وقت اضافی کشیده می‌شود و سپس ممکن است ضربات پنالتی تعیین‌کننده بازی باشد.

قوانین فوتبال مدرن و به شکل امروزی آن در کشور انگلستان وضع شد. نهاد اداره‌کننده فوتبال در جهان [فیفا](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D8%AF%D8%B1%D8%A7%D8%B3%DB%8C%D9%88%D9%86_%D8%A8%DB%8C%D9%86%E2%80%8C%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%84%D9%84%DB%8C_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84) نام دارد که اغلب آن را به اختصار فیفا می‌نامند. معتبرترین مسابقه در این رشته ورزشی [جام جهانی فوتبال](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AC%D8%A7%D9%85_%D8%AC%D9%87%D8%A7%D9%86%DB%8C_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84) نام دارد که هر چهار سال یک بار برگزار می‌شود. این رویداد هنگام برگزاری بینندگان زیادی دارد که شمار آن دو برابر بینندگان [بازی‌های المپیک تابستانی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%A7%D8%B2%DB%8C%E2%80%8C%D9%87%D8%A7%DB%8C_%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%BE%DB%8C%DA%A9_%D8%AA%D8%A7%D8%A8%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%86%DB%8C) است.

# تاریخچه

اگرچه اطلاعاتی در مورد ریشه اصلی و حقیقی این ورزش در دست نیست ولی از مطالب جالب و شخصی در مورد تاریخچه آن اطلاع داریم. فوتبال امروزی به تدریج رشد کرده‌است ولی گفته می‌شود که نوعی از آن قبل از مسیح بازی می‌شد. در [چین](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DA%86%DB%8C%D9%86) نیز نوعی بازی شبیه به فوتبال در ۲۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح وجود داشت. عکس‌های [مصریان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%B5%D8%B1) نیز نوعی بازی شبیه به فوتبال را نشان می‌دهد ولی در [یونان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DB%8C%D9%88%D9%86%D8%A7%D9%86) یک بازی به نام [اسپیشکیروز](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A7%D8%B3%D9%BE%DB%8C%D8%B4%DA%A9%DB%8C%D8%B1%D9%88%D8%B2&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) به طرز جالبی به فوتبال امروزی شبیه است. فوتبال در [برزیل](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%B1%D8%B2%DB%8C%D9%84) از سال [۱۸۹۴](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DB%B1%DB%B8%DB%B9%DB%B4&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) شروع شد. این ورزش به وسیله [چارلز میلر](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DA%86%D8%A7%D8%B1%D9%84%D8%B2_%D9%85%DB%8C%D9%84%D8%B1&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) برزیلی که اجداد او [بریتانیایی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%B1%DB%8C%D8%AA%D8%A7%D9%86%DB%8C%D8%A7) بودند به مردم برزیل معرفی شد. در سال [۱۹۷۰](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DB%B1%DB%B9%DB%B7%DB%B0) مسابقه‌ای بین [ایتالیا](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%DB%8C%D8%AA%D8%A7%D9%84%DB%8C%D8%A7) و برزیل برگزار شد و هیچ کس تصور نمی‌کرد که ۸۰۰ میلیون نفر از مردم جهان ناظر بر اجرای مسابقه باشند. امروزه اکثر مردم جهان به فوتبال بیشتر از سایر ورزش‌ها می‌پردازند.

فوتبال مدرن از کشور [بریتانیا](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%B1%DB%8C%D8%AA%D8%A7%D9%86%DB%8C%D8%A7) سرچشمه گرفته‌است. در ابتدا اختلافات عقیده‌ای بسیاری میان علاقمندان [راگبی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B1%D8%A7%DA%AF%D8%A8%DB%8C) و فوتبال وجود داشت زیرا راگبی با دست و فوتبال با پا اجرا می‌شد. این مسئله در سال [۱۸۶۳](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DB%B1%DB%B8%DB%B6%DB%B3&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) زمانی که طرفداران فوتبال شروع به اجرای این ورزش توسط پاها کردند اتفاق افتاد. گروه دیگر انجمن راگبی را تأسیس کردند و بالاخره در سال [۱۸۷۱](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DB%B1%DB%B8%DB%B7%DB%B1&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) این دو رشته ورزشی کاملاً از یکدیگر جدا شدند. از آن زمان به بعد هر دو رشته پیشرفت‌های شایانی نموده و طرفداران بسیاری پیدا کردند. [فدراسیون بین‌المللی فوتبال](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D8%AF%D8%B1%D8%A7%D8%B3%DB%8C%D9%88%D9%86_%D8%A8%DB%8C%D9%86%E2%80%8C%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%84%D9%84%DB%8C_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84) در سال [۱۹۰۴](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DB%B1%DB%B9%DB%B0%DB%B4&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) بنیان گزاری شد. این فدراسیون وظیفه دارد که به نحوه اجرای مسابقات نظارت داشته باشد. [قوانین فوتبال](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%82%D9%88%D8%A7%D9%86%DB%8C%D9%86_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) بدون موافقت و تصویب سایر کشورهای عضو فدراسیون تغییر نمی‌کند.

اولین مسابقه بین‌المللی فوتبال جهان در سال ۱۸۷۲ بین تیمهای [انگلیس](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%86%DA%AF%D9%84%DB%8C%D8%B3) و [اسکاتلند](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%DA%A9%D8%A7%D8%AA%D9%84%D9%86%D8%AF) در شهر [گلاسگو](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DA%AF%D9%84%D8%A7%D8%B3%DA%AF%D9%88) انجام شد، که با نتیجه صفر-صفر پایان یافت. در سال ۱۹۲۰ بازیکنان فوتبال در [مسابقات المپیک بلژیک](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%85%D8%B3%D8%A7%D8%A8%D9%82%D8%A7%D8%AA_%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%BE%DB%8C%DA%A9_%D8%A8%D9%84%DA%98%DB%8C%DA%A9&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) شرکت کردند و در سال [۱۹۳۰](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DB%B1%DB%B9%DB%B3%DB%B0) اولین [جام جهانی فوتبال](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AC%D8%A7%D9%85_%D8%AC%D9%87%D8%A7%D9%86%DB%8C_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84) در کشور [اروگوئه](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B1%D9%88%DA%AF%D9%88%D8%A6%D9%87) برگزار شد.

استادیوم همدن پارک در شهر [گلاسگو](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DA%AF%D9%84%D8%A7%D8%B3%DA%AF%D9%88) رکورد دار تعداد تماشاچیان در مسابقات فوتبال اروپا است؛ در سال ۱۹۳۷ جمعیتی معادل ۱۴۹٫۵۴۷ نفر در این استادیوم شاهد بُرد ۳ بر ۱ تیم ملی [اسکاتلند](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%DA%A9%D8%A7%D8%AA%D9%84%D9%86%D8%AF) در مقابل تیم ملی [انگلیس](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%86%DA%AF%D9%84%DB%8C%D8%B3) بودند.

# شرایط بازی

در این بازی هر تیم دارای ۱۱ [بازیکن](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%A7%D8%B2%DB%8C%DA%A9%D9%86) است که یکی از آن‌ها در دروازه قرار می‌گیرد و بقیه با توجه به استراتژی بازی در نقاط مختلف زمین قرار می‌گیرند. در تقسیم‌بندی دقیق، بازیکن‌ها با توجه به مکان قرارگیری‌ شان در زمین به [مدافع](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%AF%D8%A7%D9%81%D8%B9)، [هافبک](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%87%D8%A7%D9%81%D8%A8%DA%A9) و [مهاجم](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%AC%D9%85) تقسیم می‌شوند.

[داوری](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%AF%D8%A7%D9%88%D8%B1%DB%8C_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) مسابقات فوتبال به عهدۀ چهار داور است. یکی از داوران که به نام [داور وسط](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%AF%D8%A7%D9%88%D8%B1_%D9%88%D8%B3%D8%B7&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) معروف است که در [زمین فوتبال](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B2%D9%85%DB%8C%D9%86_%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84) هم‌راه با بقیۀ بازیکنان حرکت می‌کند، دو [کمک‌داور](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%DA%A9%D9%85%DA%A9%E2%80%8C%D8%AF%D8%A7%D9%88%D8%B1&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) نیز در کناره‌های زمین قرار می‌گیرند و داور چهارم نیز بیرون زمین است.

هر تیم فوتبال دارای حداقل یک سرمربی، یک [مربی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%B1%D8%A8%DB%8C) و یک [مربی دروازه‌بان](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%85%D8%B1%D8%A8%DB%8C_%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87%E2%80%8C%D8%A8%D8%A7%D9%86&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF) است. هم‌چنین هر تیم دارای تعدادی بازیکن ذخیره‌است که می‌توانند در میان بازی با بازیکن‌های درون زمین تعویض شوند. تعداد تعویض‌های هر تیم به سه تعویض محدود است.

# بازیکن



بازیکنان میانه/ هافبک‌ها با رنگ آبی نشان‌داده‌شده‌اند.

در فوتبال بازیکن فردی است که بر پایۀ قوانین فوتبال٫ فوتبال بازی می‌کند. در یک بازی فوتبال هر تیم ۱۱ بازیکن دارد که یکی از آن‌ها [دروازه‌بان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87%E2%80%8C%D8%A8%D8%A7%D9%86) است و بقیه یا پدافندگر یا بازیکن میانه و یا مهاجم هستند.

# دروازه‌بان

در بازی فوتبال به کسی که برای نگهداری و محافظت از دروازه می‌کوشد و مانع ورود توپ به داخل آن می‌شود دروازه‌بان می‌گویند. [دروازه‌بان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87%E2%80%8C%D8%A8%D8%A7%D9%86) تنها بازیکنی است که می‌تواند از دستانش برای گرفتن توپ استفاده کند.(البته فقط در محوطه مشخص شده یا به اصطلاح محوطه ۱۸ قدم)

# مدافع

[مدافع](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%AF%D8%A7%D9%81%D8%B9_%28%D9%81%D9%88%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D9%84%29) بازیکنی است که در پشت هافبک‌ها قرار دارد و اولین هدفش پشتیبانی از دروازه‌بان است. وظیفۀ اولیه او جلوگیری از حریف است برای گل زدن. البته مدافع کارهای دیگری هم دارد که یکی از مهم ترین آنها پشتیبانی از هافبک ها است. البته دفاع‌های چپ و راست در حمله کمک زیادی دارند.

# هافبک/بازیکن میانه

[هافبک](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%87%D8%A7%D9%81%D8%A8%DA%A9) یا [بازیکن میانه](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%A7%D8%B2%DB%8C%DA%A9%D9%86_%D9%85%DB%8C%D8%A7%D9%86%D9%87) بازیکنی است که جایگاهش بین پدافندگر(مدافع) و مهاجم است(در شکل با رنگ آبی نشان داده‌ شده ‌است). وظیفۀ اصلی آن‌ها بی بهره کردن تیم حریف از توپ است(که معمولاً با [تکل](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%DA%A9%D9%84) انجام می‌شود)٫ تا توپ را به تصرف خود درآورند و برای مهاجمان خودی بفرستند.

# فوروارد/مهاجم

فورواردها یا [مهاجمان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%AC%D9%85) بازیکنانی هستند که در نزدیک‌ترین ردیف به دروازۀ حریف بازی می‌کنند که مسئولیت گل زدن را دارند.

# مقررات

# زمین بازی



زمین فوتبال استاندارد ([دیدن نسخه اصلی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%BE%D8%B1%D9%88%D9%86%D8%AF%D9%87%3AFootball_pitch_imperial.svg))

یک زمین استاندارد فوتبال بزرگسالان برای مسابقات بین‌المللی می‌بایست تا ۱۱۰ تا ۱۲۰ [یارد](http://fa.wikipedia.org/wiki/%DB%8C%D8%A7%D8%B1%D8%AF_%28%D9%88%D8%A7%D8%AD%D8%AF%29) (قدم) (معادل ۱۰۰ تا ۱۱۰ متر) [طول](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B7%D9%88%D9%84) و ۷۰ تا ۸۰ یارد (۶۴ تا ۷۵ متر) [عرض](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B9%D8%B1%D8%B6) داشته باشد.

زمین‌های مسابقات غیر بین‌المللی می‌تواند بین ۹۱ تا ۱۲۰ متر طول و ۴۵ تا ۹۱ متر عرض داشته و نباید [مربع](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%B1%D8%A8%D8%B9) باشد.

یک [دروازه](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87) [مستطیل](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D8%B3%D8%AA%D8%B7%DB%8C%D9%84) شکل در وسط خط عرضی (یا خط گل) گذاشته می‌شود که فاصله تیرک‌های عمودی آن از یکدیگر ۸ یارد (۷٫۳۴ متر) و فاصله تیرک افقی از زمین ۸ [فوت](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D9%88%D8%AA) (۲٫۴۴ متر) است.

در جلوی هر دروازه و به فاصله ۱۸ یارد (۱۶٫۵ متر) از خط دروازه، محوطه مستطیل شکلی وجود دارد که به محوطه جریمه و محوطه هجده قدم معروف است، در این محوطه [دروازه‌بان](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AF%D8%B1%D9%88%D8%A7%D8%B2%D9%87%E2%80%8C%D8%A8%D8%A7%D9%86) قادر است توپ را با دست لمس کرده و بگیرد و خطای بازیکنان حریف با ضربه [پنالتی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%BE%D9%86%D8%A7%D9%84%D8%AA%DB%8C) جریمه می‌شود.

محوطه کوچکتری نیز در جلوی دروازه و با فاصله ۶ یارد (۵٫۵ متر) وجود دارد که می‌بایست ضربات شروع مجدد بازی در هنگام خروج توپ از خط عرضی از داخل آن زده شود. خطوط و علامت‌های دیگری نیز در زمین برای مشخص کردن محل قرار گرفتن بازیکنان و جای زدن ضربات کرنر، پنالتی و شروع بازی وجود دارد.

آفساید: بازیکن زمانی در موقعیت آفساید قرار دارد اگر در نیمۀ زمین حریف باشد و از توپ به دروازۀ حریف نزدیک تر باشد و کمتر از دو بازیکن بین او و دروازۀ حریف قرار گرفته باشد. وضعیت فاصلۀ مساوی با دومین بازیکن حریف نزدیک به دروازه حریف آفساید محسوب نمی‌شود. در سال ۲۰۰۵ بورد بین‌المللی فوتبال تصمیم جدیدی در مورد قانون آفساید تصویب کردند: نزدیک تر بودن به دروازۀ حریف به معنای این است که هر قسمت از سر، بدن و یا پای بازیکن که از توپ و دومین بازیکن حریف نزدیک تر به دروازۀ حریف باشد. در این تعریف بازوها شامل نمی‌شوند.

# آسیب های ورزشی در فوتبال

آسیب های ایجاد شده در حین انجام ورزش فوتبال را می توان به دو دسته کلی آسیب های ناشی از تمرین بیش از اندازه و آسیبهای حاد تقسیم بندی نمود. صدمات ناشی از تمرینات بیش از حد به مرور زمان و بدنبال اعمال استرس های فیزیکی مداوم روی اندامها و ارگانهای بدن سبب آسیب دیدگی مفاصل عضلات و بافتهای نرم می شود و معمولا زمان دقیق شروع علایم نامشخص و تقریبی است . آسیب های حاد ورزشی در نتیجه برخورد های ورزشی یا تکل زدن و افتادن روی زمین رخ می دهد و زمان بروز آنها مشخص و دقیق است. می توان آسیب های ورزشی رشته فوتبال را به شرح زیر بیان نمود.

**پیچ خوردگی مچ پا:** شایعترین صدمه مچ پا در فوتبالیست ها است و در آن پارگی یا کشیدگی رباطهای مچ رخ می دهد.

**التهاب تاندون آشیل:** آسیبی ناشی از تمرین بیش از اندازه است و فشار مزمن روی مچ پا مسبب آن و سبب درد مچ می شود. این آسیب دیدگی احتمال پارگی زردپی آشیل را افزایش می دهد.

**کشیدگی عضلات پشت ران:** بروز این امر بخصوص هنگام تکل زدن شایع است و از صدمات شایع فوتبالیست هاست.

 **صدمات مغزی:** در اثر اصابت شدید سر به حریف یا توپ فوتبال رخ می دهد و سبب سر درد و تشنج می گردد.

**اسپاسم عضلانی:** به انقباض ناگهانی شدید و غیر ارادی عضلات اطلاق می شود و سبب درد شدید عضو می گردد.

 **سندرم پاتلو فمورال:** به درد زیر یا حوالی کشکک در ورزشکاران اطلاق می گردد. به آن «زانوی دوندگان» نیز می گویند.

 **خار پاشنه:** از علل شایع درد پا است و بخصوص سبب درد پاشنه پا در صبح می شود.

 **کشیدگی عضلات ساق:** در این صدمه فیبرهای عضلات پشت ساق دچار کشیدگی و پارگی می شوند.

درد ساق (شین اسپلینت)

پارگی رباط صلیبی قدامی زانو

پارگی رباط جانبی داخلی زانو

پارگی مینیسک زانو