


# WELCOME TO THE AFL

Australian Football explained  
in 17 languages



This book is proudly supported by  nab

Ano ang gusto mo? ما الذي تريدونه؟

**what is it you want?** ¿Qué desea usted?

آنچه را که شما میخواهید، چیست؟ Што сакаш?

Cos'è che desiderate? 你要的是什么？

Шта желите? Waa maxay waxaad rabtaa?  
Što želite? ምንድነው የሚፈልጉት? Τι θέλετε;  
お望みのものは何ですか? 您想要什麼?  
Ne istiyorsunuz? Quý vị muốn gì?

**NAB proud partner of the AFL**



**nab**

## Contents

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| <b>7</b> ENGLISH     | <b>16</b> MANDARIN   |
| <b>8</b> GREEK       | <b>17</b> CANTONESE  |
| <b>9</b> ITALIAN     | <b>18</b> JAPANESE   |
| <b>10</b> SPANISH    | <b>19</b> VIETNAMESE |
| <b>11</b> CROATIAN   | <b>20</b> TAGALOG    |
| <b>12</b> SERBIAN    | <b>21</b> SOMALIAN   |
| <b>13</b> MACEDONIAN | <b>22</b> AMHARIC    |
| <b>14</b> ARABIC     | <b>23</b> DARI       |
| <b>15</b> TURKISH    |                      |

## Understand the action

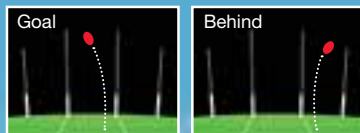
So what do you understand about the game of Australian Football?

Essentially, it's about two opposing teams attempting to kick goals and finish the match with the biggest points tally.

A goal is scored when the football is kicked through the tall, inner posts (the goalposts) and is worth six points.

If the football goes between a goalpost and either of the shorter outer posts (the behind posts), a behind is scored and one point is added to that team's tally.

The action continues through four quarters and for close to two hours. Enjoy the spectacle!



# A game for all Australians



The AFL cares about Australian Football from the grassroots up. We have invested heavily in community development, in terms of both funds and resources, and we take our corporate

leadership responsibilities very seriously – as evidenced by our Racial Vilification and Respect and Responsibility policies.

Our NAB AFL Auskick program has grown by a massive 74 per cent since 2000 – partly due to the growing numbers of young boys and girls from culturally diverse backgrounds.

Among Australia's population of about 20 million, 25 per cent were born overseas and around 200 languages are spoken every day in Australian homes\*.

Our Welcome to the AFL program was launched in 2005 to encourage youngsters and adults from multicultural backgrounds to discover more about Australian society through Australian Football. What better tool than sport to bring communities together?

My Cyprus-born parents discovered that first-hand as my brother, Jim, and I both played AFL football\*\*.

This booklet, produced for the special Welcome to the AFL themed round, furthers that aim. We hope it boosts your appreciation and enjoyment of the game.

**Andrew Demetriou,**  
AFL Chief Executive Officer

\* Department of Immigration and Multicultural Affairs

\*\* Andrew played 103 games with the Kangaroos and Hawthorn and Jim played nine with Essendon.



At NAB, we support people with ideas and dreams, which is why we're backing the AFL's vision to make the game of Australian Football accessible to everyone.

It has been said that the No. 1 reason why people love football so much is because it's a game for all Australians.

Throughout its long history, it has warmly embraced people from diverse backgrounds, people who have not grown up with the game.

I know this from first-hand experience. As someone raised in an immigrant Lebanese family, it didn't take my five brothers and I long to realise that football offered us a sense of belonging and the chance to be a part of something special. We bonded with others, not due to creed or colour, but through our team.

Multiculturalism has prospered in Australia in no small way because of football's egalitarian nature. The fact that each club is made up of players and fans from so many cultural backgrounds reinforces that point.

This booklet will help ensure Australian Football remains a game for anyone who reaches our shores. It is part of the AFL's dedicated work to achieve its dream of growing the game. We think that dream will become reality.

On behalf of NAB, a proud supporter of Australian Football, welcome to the AFL.

**Ahmed Fahour,**  
NAB Chief Executive Officer, Australia



# AFL Multicultural Program

The AFL has assembled a dedicated team through its Multicultural Program to assist and encourage migrant and refugee communities to access Australian Football.

The program is an initiative of the AFL and Football Victoria, established in partnership with the Victorian Government Department for Victorian Communities. Its primary aim is to broaden the game's participation and fan base by engaging people from culturally and linguistically diverse backgrounds.

The AFL recognises that Australian Football has the capacity to bring together people from diverse cultural backgrounds. Through its Multicultural Program, it is building strong bonds with diverse communities to develop strategies to encourage their involvement in the game and in the wider community.

A range of resources and programs has been developed to help local leagues and clubs take action to ensure their activities are welcoming and inclusive of all cultures, that they are creating safe and family-friendly environments for people from all cultures.

**“THE AFL VISITATION PROGRAM (A COMPONENT OF THE MULTICULTURAL FOOTBALL PROGRAM) IS ABOUT PROVIDING OPPORTUNITIES FOR PEOPLE TO VISIT AN AFL GAME FOR THE FIRST TIME. THIS RESOURCE WILL ASSIST THOSE PEOPLE TO UNDERSTAND THE ESSENTIAL ELEMENTS OF AUSTRALIAN FOOTBALL.”**

DEAN WARREN, AFL NATIONAL PARTICIPATION MANAGER

Over the past 10 years some 120,000 people annually have chosen to make Australia their new home and the AFL wants these people to get acquainted with Australian Football as quickly as possible.

It has appointed development officers to work with AFL clubs Collingwood (Northern region of Greater Melbourne), the Western Bulldogs (Western region) and Hawthorn (South-East region) to implement the program in clubs and schools. Please contact any of our staff for more information.

## AFL Multicultural Program officials



**Nick Hatzoglou,**  
Coordinator  
nick.hatzoglou@ afl.com.au



**Michael Nguyen,**  
Officer (South-East)  
michael.nguyen@ afl.com.au



**Kiemi Lai,**  
Officer (West)  
kiemi.lai@ afl.com.au



**Graeme Pratt,**  
Officer (North)  
graeme.pratt@ afl.com.au

# Welcome to Australian Football

The Australian Football League extends a sincere welcome to people from all cultures. The game of Australian Football is inclusive of all cultures and brings together families, players, umpires and supporters. We have produced this guide to assist you with the essential elements of the game.

**TEAMS:** Games involve two teams of 22 players with 18 from each team on the field at any one time. The game starts when a siren sounds and a field umpire bounces the ball in the centre of the ground. The ball is also bounced in the centre to start each quarter and after a goal has been scored.

**DURATION:** Games are divided into four quarters of 20 minutes, plus extra time, and teams swap ends after each quarter. Teams try to gain possession of the football and then run, kick and handball it towards their goals, which are at opposite ends of the ground. Players can run with the ball as long as they bounce the ball once every 15 metres.

**MOVING THE FOOTBALL:** Players pass the ball to each other using a kick or handball. A handball involves holding the football in one hand and hitting it with the clenched fist of the other hand. If a player can mark the football (catch it from a kick that has travelled at least 15 metres provided the ball has not touched the ground or been touched by another player), he is entitled to a set kick and the opposition is not allowed to tackle him until he plays on.

**TACKLING:** A player can win possession of the ball by tackling an opponent. A legal tackle is performed by grabbing an opponent, who has the ball, below the shoulders and above the knees. Players are not allowed to push an opponent in the back while making a tackle and tackled players must correctly dispose of the ball within a reasonable time (one to two seconds). A player who is tackled illegally will be awarded a free kick. In some instances when a mark or free kick has been awarded, an additional 50-metre penalty will be awarded against the opposing team if a player unduly delays the play or abuses an umpire.

**SCORING:** The aim of the game is to kick goals. That means kicking the ball through the tall inner posts (the goalposts) to score six points. If the ball goes between a goalpost and either of the smaller outer posts (the behind posts), a behind (worth one point) is scored. See diagram on page 4.

When it comes to reading or writing the scores, the goals go first, then the behinds, then the total points. For example, a score of 10 goals and six behinds is a total of 66 and is written 10.6 (66).

The team that finishes with the highest total of goals and behinds is the winner.

**Want to know more? Then please visit the AFL website: [afl.com.au](http://afl.com.au)**

## Καλωσορίστε στο Αυστραλέζικο Ποδόσφαιρο

GREEK

Η Ομοσπονδία Αυστραλιανού Ποδόσφαιρου καλωσορίζει εγκάρδια άτομα κάθε πολιτισμικής καταγωγής. Το παιχνίδι του Αυστραλέζικου Ποδόσφαιρου είναι περιεκτικό και ανοιχτό για κάθε κουλτούρα και φέρνει μαζί άτομα, οικογένειες και κοινότητες σε ολόκληρη την Αυστραλία. Γράψαμε αυτόν τον οδηγό για να σας βοηθήσει να καταλάβετε τα σημαντικά σημεία του παιχνιδιού.

**ΣΚΟΡΑΡΙΣΜΑ:** Στόχος του παιχνιδιού είναι να βάζεις γκολ. Αυτό σημαίνει να περάσεις τη μπάλα ανάμεσα από τα ψηλά εσωτερικά δοκάρια (δοκάρια του γκολ) για να σκοράρεις έξι βαθμούς. Αν η μπάλα περάσει ανάμεσα από δοκάρια του γκολ κι ένα απ' τα μικρότερα εξωτερικά δοκάρια (τα πίσω δοκάρια) τότε σκοράρεις πλευρικό γκολ (behind) (αξίζει ένα βαθμό). Βλέπε σχεδιάγραμμα στη σελίδα 4.

Όταν γράφετε ή ανακοινώνετε το σκορ, πρώτα αναφέρετε τα γκολ, μετά τα πλευρικά γκολ και στο τέλος τους συνολικούς βαθμούς. Για παράδειγμα 10 γκολ και έξι πλευρικά γκολ είναι συνολικά 66 βαθμοί και γράφεται 10.6 (66).

Η ομάδα που τελειώσει με το υψηλότερο αριθμό γκολ και πλευρικών γκολ είναι νικήτρια.

**ΟΜΑΔΕΣ:** Το παιχνίδι παίζεται με δύο ομάδες των 22 παικτών και 18 παίκτες από κάθε ομάδα βρίσκονται μέσα στο γήπεδο ανά πάσα στιγμή. Το παιχνίδι αρχίζει όταν ηχήσει η σειρήνα και ο διαιτητής του γηπέδου γκελάρει τη μπάλα στο κέντρο του γηπέδου. Η μπάλα επίσης γκελάρει στο κέντρο του γηπέδου στην αρχή κάθε τετάρτου και μετά την επίτευξη ενός γκολ.

**ΔΙΑΡΚΕΙΑ:** Τα παιχνίδια διαιρούνται σε τέσσερα τέταρτα των 20 λεπτών, συν χρόνο για καθυστερήσεις και οι ομάδες αλλάζουν τέρμα μετά από κάθε τέταρτο. Οι ομάδες προσπαθούν να κατοχυρώσουν τη μπάλα και μετά τρέχουν, κλοτσάνε και πετούν τη μπάλα με το χέρι προς την κατεύθυνση που θέλουν να βάλουν γκολ, που είναι στις αντίθετες πλευρές του γηπέδου. Οι παίκτες μπορούν να τρέχουν με τη μπάλα αρκεί να τη γκελάρουν κάθε 15 μέτρα.

**ΠΑΣΑΡΙΣΜΑ ΤΗΣ ΜΠΑΛΑΣ:** Οι παίκτες πρέπει να πασάρουν τη μπάλα μεταξύ τους κλοτσώντας την με το πόδι ή πετώντας την με το χέρι. Το πέταγμα της μπάλας με το χέρι γίνεται κρατώντας τη μπάλα με το ένα χέρι και χτυπώντας την με τη κλειστή γροθιά του άλλου χεριού. Αν κάποιος παίκτης μαρκάρει τη μπάλα (πιάνοντας τη μπάλα μετά από χτύπημα με το πόδι σε απόσταση τουλάχιστον 15 μέτρων αρκεί η μπάλα να μην αγγίξει το έδαφος ή να την έχει αγγίξει άλλος παίκτης), δικαιούται να χτυπήσει τη μπάλα από σταθερή θέση και η αντίπαλη ομάδα δεν δικαιούται να τον μαρκάρει μέχρι να συνεχιστεί το παιχνίδι.

**ΜΑΡΚΑΡΙΣΜΑ:** Ένας παίκτης μπορεί να πάρει τη μπάλα στην κατοχή του μαρκάροντας τον αντίπαλό του. Το νόμιμο μαρκάρισμα γίνεται με το πιάσιμο του αντίπαλου, που έχει τη μπάλα, κάτω από τους ώμους και πάνω από τα γόνατα. Δεν επιτρέπεται στους παίκτες να σπρώχνουν τον αντίπαλο από πίσω ενώ μαρκάρουν τον παίκτη και οι μαρκαρισμένοι παίκτες πρέπει να πασάρουν τη μπάλα μέσα σε λογικό χρόνο (ένα έως δύο δευτερόλεπτα). Παίκτες που μαρκάρεται παράνομα θα του δοθεί χτύπημα φάουλ. Σε μερικές περιπτώσεις όταν σφουριχτεί μαρκάρισμα της μπάλας ή χτύπημα φάουλ, θα δοθεί ένα επιπλέον χτύπημα πέναλτι 50 μέτρων εναντίον της αντίπαλης ομάδας αν κάποιος παίκτης καθυστερεί το παιχνίδι αδικαιολόγητα ή βρίζει κάποιον διαιτητή.

**Θέλετε περισσότερες πληροφορίες;** Τότε επισκεφθείτε το δικτυακό τόπο AFL στο [afl.com.au](http://afl.com.au) ή γράψτε στη διεύθυνση **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



# Benvenuto al football australiano

La Lega di football australiano porge un sincero benvenuto alle persone provenienti da tutte le estrazioni culturali. Il football australiano è aperto a tutte le culture e mette insieme individui, famiglie e comunità da un capo all'altro dell'Australia. Abbiamo creato la presente guida per aiutarti a conoscere meglio gli elementi essenziali di questo gioco.

**IL PUNTEGGIO:** L'obiettivo del gioco è di fare gol. Questo vuol dire calciare il pallone tra i pali centrali più alti (i pali della porta) per realizzare sei punti. Se il pallone entra tra uno dei pali della porta ed uno dei pali laterali più bassi (i pali posteriori), si realizza un 'behind' (vale un punto). Vedi il diagramma a pagina 4.

Quando si arriva a leggere o a scrivere il punteggio, i gol vanno prima, poi i 'behinds', quindi il punteggio totale. Per esempio, un punteggio di 10 gol e sei behind vuol dire un totale di 66 che viene scritto come 10.6 (66).

La squadra che finisce con il punteggio più alto di gol e behind, vince.

**SQUADRE:** Il gioco si svolge tra due squadre di 22 giocatori con 18 di ciascuna squadra presenti sul campo in qualsiasi momento. Il gioco inizia quando suona la sirena e uno degli arbitri fa rimbalzare il pallone al centro del campo. Il pallone viene fatto rimbalzare al centro del campo per dare inizio a ciascun quarto di partita e ogni volta che viene segnato un gol.

**DURATA:** La partita è suddivisa in quattro quarti di 20 minuti l'uno, più i tempi supplementari, e le squadre cambiano campo dopo ciascun quarto di partita. Le squadre cercano di impossessarsi del pallone e poi corrono, tirano il pallone con i piedi e con le mani verso i loro pali da gol, che si trovano alle estremità opposte del campo. I giocatori possono correre con il pallone purché lo rimbalzano per terra almeno una volta ogni 15 metri.

**PASSAGGIO DEL PALLONE:** I giocatori si passano il pallone usando passaggi a calcio o a mano. Un passaggio di pallone a mano (handball) vuol dire tenere il pallone con una mano e colpirlo con il pugno dell'altra mano. Se il giocatore riesce ad afferrare il pallone (detto anche 'mark', cioè a coglierlo dopo essere stato calciato e fatto allontanare per almeno 15 metri senza che sia stato toccato da un altro giocatore o fatto toccare a terra), il giocatore ha diritto di effettuare un tiro senza interferenze dagli avversari fin quando non decida di proseguire il gioco.

**PLACCAGGIO (TACKLING):** Un giocatore può impossessarsi del pallone con un placcaggio sull'avversario. Un placcaggio ammissibile consiste nell'afferrare l'avversario, con il pallone, al di sotto delle spalle e al di sopra delle ginocchia. Ai giocatori non è permesso spingere un avversario sulla schiena quando effettuano un placcaggio ed i giocatori placcati devono liberarsi correttamente del pallone entro un certo limite di tempo (da uno a due secondi). Un giocatore placcato in modo non corretto riceverà una punizione. In alcuni casi quando si assegna un 'mark' o un calcio di punizione, si può aggiungere un'ulteriore punizione di 50-metri contro la squadra avversaria se un giocatore fa perdere tempo senza un valido motivo o maltratta uno degli arbitri.

**Vuoi saperne di più?** Allora visita il sito web dell'AFL [afl.com.au](http://afl.com.au) oppure scrivi all'AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001



# Bienvenidos al Fútbol Australiano

La Liga del Fútbol Australiano da una sincera acogida a personas de todos los grupos culturales. El juego de Fútbol Australiano es para todas las culturas, reuniendo a personas, familias y comunidades en toda Australia. Hemos preparado esta guía para informarles sobre los elementos básicos del juego.

**ANOTACIÓN DE PUNTOS:** La meta del juego es meter goles. Eso significa patear la pelota para que atraviese entre los postes altos del centro o los postes de gol, lo cual suma seis puntos. Si la pelota pasara entre un poste de gol y cualquiera de los postes más bajos fuera del centro (*behind posts*), cuando la pelota pasa entre éstos equivale a un punto. Ver el diagrama en la página 4.

Cuando se trata de leer o anotar los puntos, los goles se anotan primero, luego los que atraviesan los postes más bajos o *behinds*, y finalmente los puntos en total. Por ejemplo, una puntuación de 10 goles y seis *behinds* es un total de 66 y se anota así: 10.6(66).

El equipo que termina el juego con el total más alto de goles y *behinds* es el ganador.

**EQUIPOS:** El juego involucra a dos equipos, 22 jugadores con 18 de cada equipo en el campo en todo momento. El juego empieza cuando suena la sirena y cuando el árbitro de campo (*field umpire*) rebota la pelota en el centro del campo. La pelota se rebota en el centro del campo para empezar el cuarto del juego y después de marcar un gol.

**DURACIÓN DEL JUEGO:** El juego está dividido en cuatro cuartos de 20 minutos cada uno, más tiempo extra, y los equipos se cambian de extremos después de cada cuarto. Los equipos tratan de tomar posesión de la pelota y luego corren, patean la pelota y hacen pases de mano en dirección a sus metas o a los postes de goles, los cuales se encuentran a cada extremo del terreno de juego. Los jugadores pueden correr con la pelota siempre y cuando la reboten cada 15 metros.

**EL MOVIMIENTO DE LA PELOTA:** Los jugadores se pasan la pelota pateándola o con pases de mano. Un pase de mano implica sostener la pelota en una mano y lanzarla con el puño cerrado de la otra. Si el jugador puede marcar la pelota, o sea, empararla después de haber sido lanzada por una pateada que ha llegado a los 15 metros siempre y cuando la pelota no haya tocado el terreno y que no haya sido tocada por otro jugador), tiene el derecho de patear la pelota que fija sobre el terreno (*set pick*) y el rival no está permitido a taclearlo hasta que juegue.

**TACKLING O TACLEAR A LA OPOSICIÓN:** Un jugador puede ganar posesión de la pelota al taclear a la oposición o al rival. El tacleo permitido por el juego se ejecuta al tomar al rival quien tiene la pelota, por debajo de los hombros y más arriba de las rodillas. Los jugadores no están permitidos a empujar a la oposición en la espalda cuando taclean y los jugadores que son objeto de un tacleo deben deshacerse de la pelota dentro de un tiempo razonable (uno o dos segundos). Un jugador que ha sido objeto de un tacleo no permitido recibirá el derecho de patear la pelota sin ningún impedimento (*free kick*). En algunos casos cuando se ha otorgado el derecho del *free kick*, un penalty de 50 metros adicionales será otorgado contra el equipo en oposición si un jugador retrasa el juego indebidamente o dirige abusos hacia el árbitro de campo.

¿Desean saber más? Entonces, sírvanse visitar el sitio web de la AFL en [afl.com.au](http://afl.com.au) o por escrito dirigiéndose a **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001.**

# Dobrodošli na australski nogomet!

**Australska nogometna liga (Australian Football League)** želi izraziti dobrodošlicu osobama sa svih kulturoloških područja. Australski nogomet otvoren je osobama sa svih podneblja i objedinjuje pojedince, obitelji i društvene zajednice diljem Australije. Ovaj smo vodič sastavili kako bismo vas upoznali sa osnovnim elementima igre.

**POSTIZANJE ZGODITAKA:** Svrha igre je postići što više golova. To znači uputiti loptu između visokih središnjih stativa (tj. nogometnih stativa), pri čemu se postiže gol koji vrijedi šest bodova. Ukoliko lopta prođe između jedne od visokih nogometnih stativa i bilo koje od nižih, postranih stativa (tj. pored gola), taj se zgoditak naziva "pozadinskim zgoditkom" (tzv. "behind") i vrijedi jedan bod. Pogledajte sliku na strani 4. Prilikom čitanja ili upisivanja zgoditaka, prednost imaju golovi, zatim pozadinski zgodici i na kraju ukupni bodovi. Na primjer, deset golova i šest pozadinskih zgoditaka vrijede 66 bodova, koji se upisuju kao 10.6 (66). Tim koji završi igru sa najvećim ukupnim brojem golova i pozadinskih zgoditaka pobjeđuje.

**NOGOMETNE MOMČADI (TIMOVI):** U igru su uključena dva tima, svaki sa po 22 igrača, prilikom čega je 18 igrača na terenu. Igra počinje kada se oglasi sirena i nogometni sudac ubaci loptu u sredinu terena. Također, lopta se ubacuje na sredinu terena na početku svake četvrtine, kao i nakon postizanja svakog gola.

**TRAJANJE IGRE:** Igra je podijeljena na četiri četvrtine, svaka u trajanju od 20 minuta, plus produžeci, a timovi izmjenjuju polja nakon svake četvrtine. Timovi se pokušavaju izboriti za loptu, trčeći prema голу koji je na suprotnoj strani njihovog terena i dodajući si loptu nogom ili rukom. Igrači smiju trčati sa loptom, pod uvjetom da je odbace svakih petnaest metara.

**DODAVANJE LOPTE:** Igrači si dodaju loptu nogom ili rukom. Ručno dodavanje se sastoji od držanja lopte u jednoj ruci i udaranja lopte šakom suprotne ruke. Ukoliko je igrač u stanju markirati loptu (uhvatiti je nakon što je putovala najmanje 15 metara, pod uvjetom da nije dotaknula zemlju ili drugog igrača), ima pravo pucati na gol, a suprotna momčad ga pri tome ne smije ometati.

**NAPAD:** Igrač se može izboriti za loptu napadom na igrača suprotne momčadi. Dozvoljeni napad je hvatanjem igrača sa loptom ispod ramena ili iznad koljena. Igračima nije dozvoljeno tijekom napada gurati suprotnog igrača u leđa, a napadnuti igrači se moraju osloboditi lopte u skladu s pravilima igre i unutar dozvoljenog vremena (jedne do dvije sekunde). Igrač koji je napadnut protivno pravilima igre, dobiva slobodan udarac. U nekim slučajevima kada je dodijeljeno markiranje ili slobodan udarac, dodatni 50-metarski penali dodjeljuju se suprotnom timu, ukoliko igrač predugo odlaže igru ili uznemiruje suca.

**Želite li saznati više?** Posjetite AFL internet stranicu na adresi [afl.com.au](http://afl.com.au) ili pišite na adresu **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001.**



## Аустралијски фудбал вам жели добродошлицу

Аустралијска фудбалска лига (Australian Football League) жели искрену добродошлицу свим особама различитог културног порекла. Аустралијски фудбал укључује све културе и спаја појединце, породице и заједнице широм Аустралије. Овај водич смо издали да вам помогнемо да разумете основне елементе ове игре.

**БЕЛЕЖЕЊЕ РЕЗУЛТАТА:** Циљ игре је да се постигну голови. То значи да ако се лопта шутне између високих унутрашњих статива (статива гола), то се рачуна као шест поена. Ако лопта прође између високе стативе и мале спољне стативе (тзв. behind posts), то се зове behind (и вреди један поен). Погледајте цртеж на 4. страни. Резултат се пише и чита тако што се прво сабирају голови, па behind поени, а затим укупни поени. На пример, 10 постигнутих голова и шест behind поена даје укупан резултат од 66 поена и пише се 10.6 (66). Тим који постигне највише голова и behind поена побеђује.

**ТИМОВИ:** Утакмице се играју између тимова који имају по 22 играча од којих 18 из једног и из другог тима може истовремено да буде у игри. Утакмица почиње када се огласи сирена и када теренски судија баца лопту да одскочи са центра игралишта. Лопта се такође баца да одскочи са центра на почетку сваке четвртине и после постигнутог гола.

**ТРАЈАЊЕ УТАКМИЦЕ:** Утакмица је подељена на четири четвртине које трају по 20 минута, плус продужетак, а тимови мењају стране после завршетка сваке четвртине. Играчи покушавају да се изборе за лопту са којом затим трче, шутају је и руком додају према свом голу, који је на супротном делу терена. Играчи могу да трче са лоптом под условом да је баце да одскочи од земље једном сваких 15 метара.

**ДОДАВАЊЕ ЛОПТЕ:** Играчи додавају лопту једни другима тако што је шутирају или додају руком. Додавање руком се изводи тако што се лопта која се држи у једној руци удари песницом друге руке. Ако играч успе да маркира лопту (тј. да је ухвати када је други играч шутне најмање 15 метара, пре него што лопта додирне земљу или је додирне други играч), он има право на слободан ударац, а играчи противничког тима не смеју да га обарају док он не изведе ударац.

**ОБАРАЊЕ:** Играч може да се избори за лопту тако што ће оборити играча противничког тима. Дозвољено обарање је када се играч супротног тима који има лопту ухвати испод рамена и изнад колена. Играчима није дозвољено да гурају играча из супротног тима у леђа када покушавају да га оборе, а играчи који су оборени морају правилно да се ослободе лопте у одређеном времену (једна до две секунде). Играч који се обори на недозвољен начин добија слободан ударац. У неким случајевима приликом маркирања или доделе слободног ударца, досуђује се додатни казни ударац са 50 метара против играча другог тима ако он без разлога одуговлачи игру или вређа судију.

**Да ли желите да сазнате више?** Ако сте заинтересовани, погледајте вебсајт AFL-а на [afl.com.au](http://afl.com.au) или пошаљите писмо на адресу **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001.**

## Добредојдовте во австралискиот фудбал

Австралиската фудбалска лига им пожелува искрено добредојде на луѓето од сите културни потекла. Австралискиот фудбал како игра ги вклучува сите култури и ги спојува поединците, семејствата и заедниците широм Австралија. Го изработивме овој водач за да ви помогнеме да ги запознаете основните елементи на играта.

**БОДУВАЊЕ:** Целта на играта е да се постигнуваат голови. Тоа значи да се шутне топката низ високите внатрешни столбови (стативи) за да се постигнат шест бода. Ако топката мине меѓу стативата и некој од помалите надворешни столбови (задни стативи), се постигнува заден поен (што вреди еден бод). Погледнете ја сликата на страница 4.

Кога треба да се читаат или пишуваат бодовите, прво се пишуваат головите, потоа задните поени, а потоа вкупниот број на бодови. На пример, резултат од 10 гола и шест задни поени изнесува вкупно 66 и се пишува 10.6 (66).

Победник е тимот што ќе заврши со поголем вкупен број на голови и задни поени.

**ТИМОВИ:** Во играта учествуваат два тима од по 22 играчи, од кои во секое време на теренот има по 18 од секој тим. Играта почнува кога ќе се огласи сирената, а теренскиот судија ја фрла топката во средината на теренот. Топката исто така се фрла во средината за да почне секоја четвртина од натпреварот, а и откако ќе се постигне гол.

**ТРАЕЊЕ:** Натпреварите се делат на четири четвртини од по 20 минути, плус дополнително време, а тимовите ги менуваат страните по секоја четвртина. Тимовите се обидуваат да ја освојат топката, а потоа трчаат и ја дофрлуваат топката со нозе и со раце кон своите голови, кои се наоѓаат на спротивните краеве од теренот. Играчите можат да трчаат со топката се додека ја удираат топката одземи еднаш на секои 15 метри.

**ДВИЖЕЊЕ НА ТОПКАТА:** Играчите меѓусебно си ја додаваат топката користејќи игра со нозе или со раце. Играта со раце се состои од тоа да се држи топката во едната рака и да се удира со стиснатата тупаница на другата рака. Ако некој играч успее да ја улови топката (да ја фати откако таа била шутната со нога и летала најмалку 15 метри без да падне назем или да биде допрена од друг играч), тој има право на почетен удар а противниците не смеат да го соборуваат пред да го одигра својот потег.

**СОБОРУВАЊЕ:** Играчот може да ја освои топката така што ќе го собори противникот. Дозволеното соборување се врши така што противникот што ја има топката се фаќа под рамената и над колената. На играчите не им е дозволено да го туркаат противникот во грбот додека го соборуваат, а соборените играчи мораат да се ослободат од топката во разумно време (една до две секунди). Играчот што е соборен на недозволан начин ќе има право на слободен удар. Во некои случаи, кога играчот успеал да ја улови топката или да добие слободен удар, против противничкиот тим ќе биде досуден дополнителен пенал од 50 метри ако играчот непотребно ја задржува играта или ако се расправа со судијата.

**Сакате да дознаете повеќе?** Во тој случај, ве молиме посетете го местото на интернет на Австралиската фудбалска лига на [afl.com.au](http://afl.com.au) или пишете до **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



## أهلاً بكم إلى كرة القدم الاسترالية

يرحب الاتحاد الاسترالي لكرة القدم الاسترالية (AFL) بالأشخاص من كافة الخلفيات الثقافية. إن لعبة كرة القدم الاسترالية شمولية لكافة الثقافات، وتجمع معاً الأفراد، والعائلات، والمجتمعات، في كافة أنحاء استراليا، ولقد قمنا بإصدار هذا الدليل لمساعدتكم في فهم العناصر الرئيسية للعبة.

**التسجيل:** إن الهدف من اللعبة هو تسجيل الأهداف. ويعني ذلك مرور الكرة عبر العارضتين الطويلتين الداخليتين (عارضتا المرمى) ويتم احتساب الهدف بست نقاط. وإذا مرت الكرة بين عارضة المرمى وأي من العارضتين الخارجيتين الأقصر طولاً فتحتسب نقطة واحدة وتدعى (behind)، أنظروا الرسم في الصفحة 4. عند قراءة أو كتابة النتيجة، نبدأ أولاً بنقاط الأهداف ومن ثم نقاط behind، وبعد ذلك مجموع النقاط. فمثلاً، المجموع الإجمالي لنتيجة ١٠ أهداف و ٦ behind هو ٦٦ نقطة وتكتب (66) 10.6. والفريق الفائز هو الذي يُنهي المباراة بأعلى مجموع إجمالي من الأهداف ونقاط behind.

**الفرق:** تتضمن المباراة فريقين، يضم كل فريق ٢٢ لاعباً، يكون منهم ١٨ لاعباً من كل فريق على أرض الملعب في أي فترة زمنية واحدة. وتبدأ المباراة عند إطلاق الصفارة، ويقوم حكم الملعب بطح الكرة في منتصف الملعب.

**مدة المباراة:** تنقسم المباراة إلى أربعة أشواط مدة كل منها ٢٠ دقيقة بالإضافة إلى الوقت الإضافي، ويقوم الفريقان بتغيير موقعهما بعد كل شوط. ويحاول الفريقان حيازة الكرة والجري، وركل الكرة أو قذفها باليد باتجاه المرمى الذي يريدون تسجيل هدف فيه، والذي يقع في نهاية الطرف المقابل من الملعب. ويستطيع اللاعبون الجري بالكرة على أن يقوموا بطجهاً مرة كل ١٥ متراً. تمرير الكرة: يقوم اللاعبون بتمرير الكرة إلى بعضهم البعض بواسطة ركلها أو قذفها باليد. ويتضمن القذف باليد مسك الكرة بيد وضربها بقبضة اليد الأخرى. اللاعب الذي يتمكن من التقاط الكرة mark (التقاطها من ركلة من مسافة ١٥ متراً على الأقل، وشريطة أن لا تكون الكرة قد لامست أرض الملعب أو لمسها لاعب آخر) يُمنح ركلة ثابتة، ولا يُسمح للاعب الفريق الخصم بمسكه إلى حين قيامه بلعب الركلة الثابتة.

**مسك لاعب خصم بحوزته الكرة:** يستطيع اللاعب حيازة الكرة بمسك لاعب خصم. والمسك النظامي (يدعى Tackling) يكون بمسك اللاعب الخصم، الذي بحوزته الكرة، بمستوى أدنى من الكتفين وفوق الركبتين. ولا يُسمح للاعبين بدفع لاعب خصم من الخلف أثناء قيامه بمسك لاعب آخر. واللاعبون الذين يتم مسكهم عليهم التخلي عن الكرة بشكل صحيح خلال وقت معقول (ثانية إلى ثانيتين). اللاعب الذي يتم مسكه بشكل غير نظامي يُمنح ركلة حرة. في بعض الحالات، عند منح mark (ركلة ثابتة) أو ركلة حرة، يمكن أيضاً منح ضربة جزاء إضافية من بعد ٥٠ متراً ضد الفريق الخصم إذا قام أحد اللاعبيين على نحو غير ملائم بتأخير اللعب أو معاملة الحكم بشكل غير لائق.

هل تريدون معرفة المزيد؟ قوموا بزيارة موقع الاتحاد الاسترالي لكرة القدم الاسترالية على الإنترنت [afl.com.au](http://afl.com.au) أو الكتابة إلى منسق تعدد الثقافات في الاتحاد AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League. GPO Box 1449, Melbourne. Victoria, Australia 3001.

## Avustralya Futboluna Hoş Geldiniz

**Avustralya Futbol Ligi farklı kültürel kökene sahip herkese samimi bir şekilde hoş geldiniz der. Avustralya Futbolu tüm kültürlere açıktır ve Avustralya'daki bireyleri, aileleri ve toplumlari bir araya getirmektedir. Bu sporun temel kurallarını öğrenmenize yardımcı olmak için bu rehberi hazırladık.**

**GOL:** Futbol maçlarındaki temel amaç gol atmaktır. Buna göre, topun iç kısmında bulunan uzun direklerin arasından (kale direkleri – goal posts) şut çekerek geçirilmesi gerekmektedir. Bir gol altı puan değerindedir. Top uzun bir direk yanındaki kısa direk (behind posts) arasından geçerse, sadece bir puan verilir (behind denilmektedir). 4. Sayfadaki resme bakınız.

Skor okunurken veya yazılırken, önce goller, ardından tek puanlık vuruşlar ve sonrada toplam puan sayılır. Örneğin, skor 10 gol, altı tek sayılık vuruş ise toplam 66 puandır ve 10.6 (66) şeklinde yazılır.

En çok gol ve tek sayılık vuruş atan takım maçı kazanır.

**TAKIMLAR:** Maçlar 22'er oyuncudan oluşan iki takım arasında yapılır. Sahada her bir takımdan 18 oyuncu mücadele eder. Karşılaşma siren sesiyle birlikte orta hakemin topu santra noktasında yere vurarak zıplatmasıyla başlar. Her bir devre başında ve atılan her golden sonra oyun yine santra noktasında zıplatılarak başlar.

**SÜRESİ:** Karşılaşma 20 dakikalık dört devre halinde oynanmaktadır. Ekstra süreler devre sonuna eklenmektedir. Her bir devre sonunda takımlar kalelerini değiştirmektedir. Takımlar karşılıklı olarak futbol topunu kazanmaya ve sonra koşup, şut çekerek ve elleriyle sürerek karşı kaleye götürmeye çalışırlar. Oyuncular her 15 metrede bir yere vurdurmak şartıyla top ellerinde koşabilirler.

**FUTBOL TOPUNUN TAŞINMASI:** Oyuncular ayakla veya elle topu birbirlerine atarlar. Elle atarken, top bir elle tutulur ve diğer el yumruk haline getirilerek vurulur. Bir oyuncu uzun bir pasa hakim olduğunda (top şut çekerek, yere veya başka bir oyuncuya değmeden, en az 15 metre mesafeden atılan bir pası yakalamak) (İngilizce 'mark' denilmektedir), topa hakim olan oyuncu serbest vuruş hakkı kazanır ve topu oyuna sokuncaya kadar rakip oyuncular bu oyuncuya müdahale edemez.

**RAKİBE MÜDAHALE EDEREK TOPU KAPMA (TACKLING):** bir oyuncu rakip oyuncuya müdahale ederek topu kazanabilir. Kurallara göre müdahale topa sahip olan oyuncunun vücudunun omuz ile dizi arasındaki bölümünden tutarak yapılabilir. Arkadan itmeye izin verilmemektedir. Müdahaleye maruz kalan oyuncu makul bir süre içinde (bir iki saniye) topu elinden çıkarmalıdır. Kurallara aykırı şekilde müdahaleye maruz kalan oyuncu faul atışı kazanır. Bazı durumlarda serbest atış (mark) veya faul atışı verildiğinde, rakip oyuncu gereksiz yere oyunu geciktirirse veya hakeme hakaret ederse, ek olarak 50 metre penaltısı verilir.

**Daha fazla bilgi almak ister misiniz?** O zaman, AFL web sitesini ziyaret ediniz: [afl.com.au](http://afl.com.au) veya mektupla başvurunuz: **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



## 澳式足球欢迎你

澳式足球俱乐部联合会热诚欢迎各种文化背景的澳式足球爱好者。澳式足球运动包容所有文化，使澳洲各地的爱好者、家庭和社区聚集到一起。为了协助你了解这项运动的基本规则，我们编制了这一指南。

**计分：**澳式足球比赛是以把球踢进对方球门得分。这就是说球踢进了高杆（中门柱）之间的中门得6分。如果球进了低杆（边柱）的左右边门，即得边门进球分（1分）。请参见第4页上的说明图。在读出或写出比分时，中门进球在前面，边门进球随后，最后是总分。例如进十个中门球和六个边门球总分为66分，显示方式为10.6（66）。中门和边门进球总分最高的球队即为胜方。

**球队：**每支球队有22名队员，一场比赛由两个队参加，各方的上场队员人数为18人。每场比赛分4个赛段，鸣汽笛表示比赛开始。每赛段开始时及每次球进中门得分后由场上裁判在球场中心开球，开球方式为将球掷地弹起。

**比赛时间：**每场比赛分为四个赛段，每赛段20分钟，加上加时时间，每赛段结束后双方换场。比赛中双方得球后通过跑动、踢球和手击传球向对方球门运进。球员可带球跑动，只要每隔15米拍一次球即可。

**运球：**球员之间可通过踢球或手击传球。手击传球即一手持球，另一手拳头击球。如果球员能够空中接球（球由15米以外踢传过来，而且没有落地也未碰到另一球员），他即可踢发任意球，而对方在他踢出球之前不得阻截。

**阻截：**球员可阻截对方获球。合法的阻截为抓住对方持球队员的肩以下、膝以上部位。阻截时不得手推对方球员的背部，被阻截的球员必须在合理时间（1至2秒）之内传出球。被犯规阻截的球员可获得踢发任意球的机会。在获得空中接球或获得踢发任意球的某些情况下，如果对方球员不当当地拖延时间或辱骂裁判，就可被判获得前进50米发球的机会。

还想了解更多的规则吗？请浏览AFL网站 [afl.com.au](http://afl.com.au) 或写信给 **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



## 澳式足球歡迎您

澳式足球聯合會熱誠歡迎各種文化背景的人士。澳式足球運動包容所有文化，使澳洲各地的愛好者、家庭和社區聚集到一起。我們編制了這份指南，幫助您瞭解這項運動的基本規則。

**計分：**澳式足球比賽以進球為目標。這就是說，把球踢進內側高桿(球門柱)之間的中門得6分。如果把球踢進球門柱與左外側低桿或右外側低桿(後柱)之間的邊門，即可得邊門進球分(1分)。請參閱第4頁上的示意圖。

在讀分或記分時，先是中門進球分、然後是邊門進球分，最後是總分。例如，進十個中門球和六個邊門球，總分為66分，記為10.6(66)。

比賽結束時，中門和邊門進球總分最高的球隊即為勝方。

**球隊：**每場比賽由兩個球隊參加，每支球隊有22名球員，各隊上場球員的人數為18名。比賽在笛聲鳴響時開始，場上裁判在球場中場將球擲地開球。此外，在每節比賽開始及每次進球得分後，裁判也會在中場開球。

**比賽時間：**每場比賽分四節，每節20分鐘，再加上加時。每節比賽結束後雙方交換場地。比賽時，雙方球隊都爭取得球，然後通過跑動、踢球和手擊傳球，將球運向對方球門。球員可帶球跑動，只要每隔15米拍一次球即可。

**運球：**球員之間可用踢球或手擊方式傳球。手擊傳球指一手持球，另一只手以拳頭擊球。如果球員能夠空中接球(接到由至少15米以外踢出，而且未落地，也未由另一球員碰到的球)，他就有權踢發任意球，而對方在他踢出球之前不得阻截。

**阻截：**球員可通過阻截對方來得球。合法阻截為抓住對方持球隊員肩以下和膝以上的部位。阻截時不得用手推對方球員背部，被阻截的球員必須在合理時間(一至兩秒)之內傳出球。被犯規阻截的球員可獲得踢發任意球的機會。在一方獲得空中接球或發任意球的某些情況下，如果對方球員不當拖延時間或辱罵裁判，可判再推進50米發球。

欲知詳情？請瀏覽AFL網站：[afl.com.au](http://afl.com.au) 或寫信給 **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



## オーストラリアン・フットボールへようこそ

オーストラリアン・フットボール・リーグでは、すべての文化背景の人々を心より歓迎しています。オーストラリアン・フットボールは、あらゆる文化を包括し、オーストラリア全国にわたり、個人、家族、そして地域社会を結び付けるものです。このスポーツの重要な要素を皆様に理解していただくために、このパンフレットを作成しました。

**得点：**ゴールをキックすることで、得点となります。キックしたボールが内側の高いボール（ゴールポスト）の間を通り抜けると、ゴールとして6点が加算されます。ボールが1本のゴールポストと低い外側の1本のポスト（ビハインド・ポスト）の間を通り抜けると、ビハインドとして1点が加算されます。4ページの図を参照してください。

得点を読む、または記述する場合は、最初にゴール数、次にビハインド数、そして最後に合計点の順にします。たとえば、10ゴールと6ビハインドの場合、合計点は66で、10.6 (66) のように得点を記述します。

ゴールとビハインドの合計点が高いチームが勝利を収めます。

**チーム：**各チームから22名の選手が出場し、試合中は18名グラウンドに出てプレイすることができます。サイレンが鳴り、フィールド・アンパイヤーがグラウンドの中央でボールをバウンドさせた時点で、試合開始となります。各クォーターの始めと、ゴールの得点後にも、フィールド・アンパイヤーがグラウンドの中央でボールをバウンドさせます。

**試合時間：**1試合は、4つのクォーター（各20分）に分けられており、エキストラタイム（延長時間）が追加されます。各クォーターの後、チームはサイドをチェンジします。チームは、ボールを取って走り、グラウンドの端にあるゴールに向かってボールをキックまたはハンドボールします。選手は、15メートルごとにボールをドリブルすれば、ボールを持って走り続けることができます。

**ボールの移動：**選手は、キックまたはハンドボールでお互いにボールをパスし合います。ハンドボールする場合、ボールを片手にのせ、もう一方の手で拳を作り、パンチして飛ばします。選手がボールをマーク（キックされ、最低15メートル飛んだボールを他の選手が触れる前にノーバウンドで取る）すると、その選手にはその地点からのフリーキックが与えられ、マークした選手が試合続行するまで相手チームの選手によるタックルは許可されません。

**タックル：**相手チームの選手にタックルして、ボールを奪うことができます。正規のタックルは、ボールを保持している相手の肩から下、膝より上を捕らえることになっています。タックルしている間は相手の背中を押してはならず、タックルされた選手は、妥当な時間（1〜2秒）内にボールを適切に放さなければなりません。不正にタックルされた選手には、フリーキックが与えられます。場合によっては、マークまたはフリーキックが与えられたときに、相手側の選手が不正に試合を遅らせたり、アンパイヤーを罵倒したりすると、追加の50メートル・ペナルティーが課されることもあります。

さらに詳しい情報が必要ですか？AFLのWebサイト ([afl.com.au](http://afl.com.au)) をご覧になるかまたは、AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001まで手紙で質問をお寄せください。

## Xin chào mừng quý bạn đến với môn thể thao Bóng bầu dục Úc

Liên đoàn Bóng Bầu dục Úc thành thật chào mừng mọi người thuộc tất cả các nguồn gốc văn hóa. Môn thể thao Bóng Bầu dục Úc dành cho mọi nguồn gốc văn hóa và liên kết cá nhân, gia đình và cộng đồng khắp nước Úc với nhau. Chúng tôi đã biên soạn tài liệu hướng dẫn này để giúp quý vị hiểu những điểm then chốt của môn thể thao này.

**GHI BÀN THẮNG:** Mục đích của môn thể thao bóng bầu dục Úc là ghi bàn thắng, tức là đá trái banh qua hai cột gôn cao nhất (cột gôn chính) ở trong để ghi sáu điểm. Nếu banh lọt qua giữa cột gôn cao và cột thấp (cột gôn phụ) ở hai bên trái và phải, gọi là bàn thắng phụ (được tính một điểm). Xin xem hình vẽ ở trang 4.

Khi đọc hoặc ghi điểm, điểm gôn chính đứng trước, rồi đến điểm gôn phụ, rồi đến tổng số điểm. Thí dụ như điểm số 10 gôn chính và sáu gôn phụ tính ra tổng cộng là 66 và ghi là 10.6 (66).

Đội nào có tổng số bàn thắng gôn chính (goal) và bàn thắng gôn phụ (behind) cao nhất sẽ thắng trận đấu.

**CÁC ĐỘI BANH:** Trận đấu của bộ môn thể thao này gồm hai đội banh, mỗi đội có 22 cầu thủ và ở bất cứ lúc nào trên sân cỏ mỗi đội cũng chỉ có 18 cầu thủ thi đấu mà thôi. Trận đấu bắt đầu sau hồi còi hụ và trọng tài chính thổi trái banh ở ngay giữa sân cỏ. Ngoài ra, trọng tài chính cũng sẽ thổi trái banh ở ngay giữa sân cỏ khi mỗi một phần tư trận đấu (một hiệp) mới bắt đầu và sau khi cầu thủ ghi được bàn thắng gôn chính (goal).

**THỜI HẠN:** Trận đấu được chia thành bốn hiệp, mỗi hiệp 20 phút, cộng thêm giờ phụ trợ và sau mỗi hiệp, hai đội banh lại đổi bên. Hai đội banh cố gắng giành banh, chạy, đá và chuyển banh về phía gôn ở cuối sân. Cầu thủ có thể ôm banh chạy bao lâu cũng được miễn sao cứ 15 mét thì phải thổi banh một lần.

**CHUYỂN BANH:** Cầu thủ chuyển banh cho nhau bằng cách đá trái banh hoặc chuyển banh bằng tay. Chuyển banh bằng tay là một tay giữ trái banh rồi dùng nắm tay của tay kia đánh trái banh. Nếu một cầu thủ có thể bắt được trái banh (bắt được trái banh sau khi có người đá đi xa ít nhất 15 mét và miễn là trái banh chưa rơi xuống đất hoặc một cầu thủ khác đã chạm tay vào), cầu thủ này được quyền tự do đá trái banh mà đối thủ không được phép đụng đến anh ta cho đến khi cầu thủ này lại thi đấu tiếp tục.

**CHẶN/GIÀNH BANH:** Cầu thủ có thể giành banh bằng cách tranh giành với đối thủ. Cách giành banh hợp lệ là ôm chèoang lấy đối thủ đang giữ banh trong khoảng từ vai đến đầu gối. Cầu thủ không được phép xô đẩy đối thủ từ sau lưng khi giành banh theo cách này và cầu thủ nào giành được banh thì phải đá/chuyển trái banh đi trong khoảng thời gian hợp lý (một đến hai giây). Cầu thủ nào bị giành banh bất hợp lệ sẽ được hưởng cú đá banh tự do. Trong một số trường hợp khi bắt được banh hoặc được đá banh tự do, đội banh đối nghịch sẽ bị phạt thêm 50 mét nếu cầu thủ cố tình câu giờ hoặc có hành vi/thái độ bất nhã với trọng tài.

**Muốn biết thêm chi tiết?** Xin vào trang mạng (website) của AFL tại [afl.com.au](http://afl.com.au) hoặc viết thư gửi cho AFL Multicultural Coordinator (Điều hợp viên Đa văn hóa), Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001



# Malugod na Pagtanggap sa Australian Football

Ipinaabot ng Australian Football League ang isang matapat na pagtanggap sa mga taong may iba't-ibang kulturang pinagmulan. Kasali ang lahat ng mga kultura sa laro ng Australian Football at pinaglalapit nito ang mga indibiduwal, mga pamilya at mga pamayanan sa ibayo ng Australya. Ginawa namin ang patnubay na ito upang tulungan kayo sa mga kinakailangang bahagi ng laro.

**ISKORING:** Ang layunin ng larong ito ang sumipa ng goals. Ang ibig sabihin ay sipain ang bola sa tall inner posts (ang mga the goalpost) para magka-iskor ng anim na puntos. Kung ang bola ay pumasok sa pagitan ng isang goalpost at sa anumang maliit na outer posts (ang behind posts), ang isang behind (nagkakahalaga ito ng isang punto) ay iniiskoran. Tignan ang diagram sa pahina 4.

Pagdating sa pagbasa at pagsulat ng mga iskor, nauuna muna ang goals, pagkatapos ang behinds, pagkatapos ang kabuuang mga puntos. Halimbawa, ang isang punto ng 10 goals at anim na behinds ay may total na 66 at isinusulat na 10.6 (66).

Ang koponan na nakatapos nang may pinakamataas na total ng goals at behinds ay siyang nagwagi.

**MGA KOPONAN:** Ang laro ay binubuo ng dalawang koponan ng 22 manlalaro na may 18 mula sa bawat koponan sa field sa anumang isang pagkakataon. Magsisimula ang laro sa sandaling tumunog ang silbato at isang field umpire ang magdidribol ng bola sa gitna ng ground. Ididribol din ang bola sa gitna upang pasimulan ang bawat quarter at pagkatapos na iskoran ang isang goal.

**TAGAL NG LARO:** Hinahati ang laro sa apat na quarter ng may 20 minutos, dagdag ang ekstrang oras, at ang pagbabago ng mga koponan ay nagwawakas pagkatapos ng bawat quarter. Sinusubukan angkinin ng mga koponang ang football at pagkatapos tumakbo, sipain at ihanbol ito patungo sa kanilang goals na nasa kabilang dulo ng ground. Maaaring itakbo ng mga manlalaro ang bola sa kondisyong ididribol nila ang bola isang beses sa bawat 15 metro.

**PAGPASA NG FOOTBALL:** Ipinapasa ng mga manlalaro ang bola sa bawat isa sa pamamagitan ng pagsipa o hanbol. Ang hanbol ay ginagawa sa pamamagitan ng paghawak ng football sa isang kamay at pinapalo ito ng tikom na kamao ng isang kamay. Kung maaaring markahan ng manlalaro ang football (pagsalo nito mula sa pagsipa na naglakbay ng halos 15 metro sa kondisyong hindi ito sumayad sa lupa o nahawakan ng sinumang manlalaro), may karapatan siyang magtakda ng pagsipa at ang kalaban ay hindi papayagang sunggaban (tackle) siya hanggang sa kanyang paglalaro.

**PAGSUNGGAB (TACKLING):** Ang isang manlalaro ay maaaring makuha ang bola sa pagsunggab sa kalaban. Ang legal na pagsunggab ay ginagawa sa pagsunggab sa kalaban, na may bola, sa ilalim ng mga balikat at sa ibabaw ng mga tuhod. Hindi pinapayagan ang mga manlalarong itulak ang kalaban sa likuran habang gumagawa ng pagsunggab at ang mga sinunggabang manlalaro ay kailangang wastong ipaubaya ang bola sa loob ng makatwirang panahon (isa o dalawang segundo). Ang isang manlalarong iligal na sinunggaban ay gagawaran ng isang libreng pagsipa (free kick). Ang ilang pagkakataon ang isang mark o libreng pagsipa, isang karagdagan 50-metrong penalty ay igagawad laban sa kalabang koponan kung ang manlalaro ay hindi makatwirang inantala ang manlalaro o inabuso ang isang umpire.

**Nais pa ba ninyong maragdagan ang inyong kaalaman?** Kung gayon mangyaring dalawin ang AFL website sa [afl.com.au](http://afl.com.au) o sulatan ang **AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**

# Ku soo dhowow kubbada Australian Football

**Naadiga Australian Football wuxuu u fidinayaa soo dhowayn heer sarre ah dadka ka kala yimid wadamada kale. Cayaarta loo yaqaan Australian Football waa cayaar ay u dhan yihiin dhamaan shakhsiyaadka, qoysaska iyo bulshooyinka ku dhaqan Australia. Waxaan u soo saaray tusahaan inuu kaa caawimo inaad barato qaybaha ugu muhiimsan cayaartaan.**

**DHALINTA:** ujeedada cayaartu waa in lagu laado goolka. Taas macneheedu waa ku laadida kubbada labada biroot oo dhaadheer dhexdooda si lix buundo loogu guulaysto. Haddii kubaddu maro labada biroot oo goolka dhexdooda iyo labada biroot oo yaryar (buundada) waxaa la hellayaa hal buundo. Arag sawirka bogga afraad.

Markay noqoto akhrinta ama qorida goolasha, goolasha ayaa hormaraya, dabadeedna buundooyinka, dabadeedna isku darka. Tusaale, dhalinta 10 gool iyo lix buundo waxay isku noqonayaan 66 waxaana loo qoraa 10.6 (66).

Kooxda ku dhamaysa isku darka ugu badan oo goolasha iyo buundooyinka ayaa noqonaya kuwa guulaysta.

**KOOXAHA:** cayaarta waxaa ka qaybgala 22 cayaartoy mar walbana waxaa ku jira cayaarta dhexdeeda 18 cayaartoy mar walba. Cayaartu waxay bilaabataa marka firinbigu yeero waxaana kubbada dhexda ku dhifanaya garsooraha. Kubbada waxaa lagu dhuftaa bartamaha si loo bilaabo ka dib marka la joojiyo ama gool la dhaliyo.

**MUDADA AY SOCOTO:** cayaarta waxaa loo qaybiyaa afar waqti oo waqtigiiba yahay 20 daqiiqo, taas oo uu weheliyo waqti siyaada ah kooxuhuna waxay isbedelaan mar kasta oo cayaarta la joojiyo. Kooxuhu waxay isku dayaan inay yeeshaan kubbada dabadeedna la cararaan, laadaan kuna beegaan goolkooda, kaas oo ah ka soo horjeedka dhamaadka gegida. Cayaaryahanadu waxay la cararaan kubbada waase inay dhulka ku dhifanayaan hal mar 15kii mitirba.

**KAXAYNTA KUBBADA:** cayaaryahanada ayaa isu gudbiya kubbada iyagoo laadaya ama gacanta ku dhifanaya. Gacan ku tuuridu waa ku qabashada kubbada hal gacan iyo ku dhifashada gacanta kale. Markii cayaaryahan hantiyo kubbada (uu qabto ka dib marka la laado oo ay socoto ugu yaraan 15 mitir kubbaduna aanay dhulka taaban ama aanu qaban cayaaryahan kale), wuxuu xaq u leeyahay inuu laado qofka ka soo horjeedana looma ogola inuu qabto ilaa uu cayaarta sii wado.

**QABASHADA:** cayaaryahan waa ku guulaysan karaa kubbada isagoo qabanaya qofka la loolamaya. Qabashada sharciga ah waxaa la sameeyaa iyadoo la xanibayo ama qabanayo qofka kaa soo horjeeda, kaas oo kubbada ku haysta, meel ka hoosaysa garbaha kana saraysa ruugaga. Cayaaryahanada looma ogola inay riixaan qofka ka soo horjeeda markay qof qabanayaan cayaaryahanada la qabtaana waxaa waajib ku ah inay iska dhiibaan kubbada si sax ah waqti macquulla (hal ilaa laba ilmiriqsi). Cayaaryahanka si sharci daro ah loo qabtay waxaa la siinayaa laadid bilaash ah oo hal mar ah. Xaalladaha qaarkood marka laadid la bixiyo, waxaa lagu daraya 50 mitir oo siyaada ah oo la siinayo kooxda ka soo horjeeda haddii cayaaryahan si aan loo baahnayn u daahiyoo cayaarta ama u dhibaateeyo garsooraha.

**Ma doonaysaa in wax badan ogaato?** Fadlan booqo websaytka [afl.com.au](http://afl.com.au) ama u qor Xiriiriyaha dhaqamada kala duwan, **Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001**



# ወደ አውስትራሊያ የእግር ኳስ እንኳን ደህና መጡ

AMHARIC

በተለያየ ባህል ካለበት አገር የመጡ ሰዎች በአውስትራሊያ እግር ኳስ ቡድን ለመሳተፍ በትሕትና ይቀበላል። የአውስትራሊያ እግር ኳስ ጨዋታ ሁሉንም ባህሎች በማካተትና በሞላው አውስትራሊያ ያሉትን ግለሰቦች፣ ቤተሰቦችና ማህበረሰባት ወደ አንድነት እንዲቀረቡ ያደርጋል። ለእነዚህ ጠቃሚ በሆኑ የጨዋታ ክፍሎች ላይ ለመርዳት ደህን መመሪያ አውጥተናል።

የግብ ነጥብን ማስቀመጥ፣ የጨዋታው ኅላማ ግቦችን ለማሰጠት ይሆናል። ይህ ማለት ስድስት ነጥቦችን ለማስቀመጥ ኳሷን በመርገጥ በሁለት ቋሚ ባላዎች (የግብ ምሰራዎች) መካከል ካለፈች ይሆናል። ኳሷ በገል ምሰራዎች መካከል ከኪደቶች በውጭ ባለው ትናንሽ ምሰራዎች ካለፈች ወይም በስተኋላ ማሰጠት አንድ ነጥብ ያስቆጥራል። በገፅ 4 ላይ ያለውን ስልል መመልከት።

ነጥቦች በሚነበበት ወይም በሚጻፍበት ጊዜ ግብ መጀመሪያ ሲጻፉ ከዚያም የበስተኋላ እና ከዚያም ጠቅላላ ነጥቦች ይጻፋል። ለምሳሌ፡ 10 ግቦች ካስቆጠሩ ስድስት የበስተኋላዎች ከሆኑ በጠቅላላው 66 ሲሆን 10.6 (66) ተብሎ ይጻፋል።

በአጠቃላይ ከፍተኛ ግቦችና የበስተኋላ ያስቆጠረ ቡድን አሸናፊ ይሆናል።

ቡድኖች፡ በጨዋታዎች ሁለት ቡድኖች ይገጥማሉ፤ እያንዳንዱ ቡድን 22 ተጫዋቾች ሲኖሩት ግጥሚያ ሲደረግ ከእያንዳንዱ ቡድን 18 ተጫዋቾች በሜዳ ላይ ይጫወታሉ። የሰፖርት ጻፍ የፍሽክ ድምፅ ሲያሰማና ኳሷን በሜዳው መሣከል ላይ ሲያጥራት ጨዋታው ይጀምራል፤ እንዲሁም በእያንዳንዱ የፈረቃ ጨዋታ ላይ እና የግብ ነጥብ ካስቆጠሩ በኋላ ኳሷን በሜዳው መሣከል ላይ በማንጠር ጨዋታው ይጀመራል።

የሚወስደው ጊዜ፡ ጨዋታዎች በአራት ፈረቃ የተከፈሉ ሲሆን እያንዳንዱ የ20 ደቂቃና ተጨማሪ ጊዜ ሲኖረው በቡድኖች ላይ የሚደረግ ቅደፊ ከፈረቃው በኋላ ያበቃል። ቡድኖች የእግር ኳስን ባለቤትነት ማግኘት ከቻሉ በኋላ በተቃራኒ ሜዳ ማውረጃ ወደሚገኘው ጎሳቸው አቅጣጫ መርጥ፣ ኳሷን መርገጥና በእጅ ለሌላ ማስተላለፍ ይሆናል። ተጫዋቾች ኳሷን በየ15 ሜትር አርቀት እያከፈሩ ይዘው መርጥ ይችላሉ።

የእግር ኳስን ለመግባታቸው፣ ተጫዋቾች ኳሷን በመርገጥ ወይም በእጅ አድርገው ይቀበላሉ። የእጅ ኳስ ሲባል ኳሷን በአንድ እጅ መያዝና በሌላው እጅ ጨብጦ በቡጢ መምታት ይሆናል። አንድ ተጫዋች (የተረገጠችና ቢያንስ ለ15 ሜትር የተጓዘች ኳስ መሬት ሳትነካ ወይም ሌላ ተጫዋች ሳይነካት መያዝ ከቻለ አስኪጫወት ድረስ ተቃራኒው ቡድን ሳይከሰክል) መርገጥ ይፈቀድለታል።

ኳስን ማስጣል፡ አንድ ተጫዋች የኳስ ባለቤት ለመሆን ማሸነፍ የሚችለው ተቃራኒውን ኳሷን በማስጣል ነው። ተቃራኒውን በመያዝ ህጋዊ የሆነ ማስጣል ሲደረግ ይህም ኳሷን ለያዘ ተጫዋች ከትከሻው በታችና ከጉልበትቹ በላይ በመያዝ ይሆናል። ተጫዋቾች ኳሷን ለማስጣል ሲሉ ተቃራኒውን በስተኋላ ሆኖ መግፋት አይፈቀድላቸውም። እንዲሁም የተነጠቁ ተጫዋቾች ኳሷን ከአንድ አስከ ሁለት ደቂቃ ባለው ጊዜ ውስጥ በትከክል ኳሷን ማስወገድ አለባቸው። ህጋዊ ባልሆነ መንገድ ኳሷን ለተነጠቁ ተጫዋች የጻፉ ምት ይሰጠዋል። አንዳንድ ጊዜ አንድ ተጫዋች ጨዋታውን ከሚገባ በላይ ካዘገየ ወይም ጻፍውን ከሰደደ ለተቃራኒ ቡድኑ የጻፉ ምት ቅጠት እና በተጨማሪ የ50 ሜትር ቅጠት ምት ይሰጣል።

በበለጠ ማወቅ ይፈልጋሉን? አብዛሆን AFL [የአውስትራሊያ እግር ኳስ ቡድን] የሚሰጠውን በድረገፅ፡ [afl.com.au](http://afl.com.au) ላይ ማየት ወይም በአድራሻ፡ AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne Victoria, Australia 3001 መጻፈፍ

## به فوتبال استرالیایی/آسترالین فوتبال خوش آمدید

آسترالین فوتبال لیگ از صمیم قلب به تمام مردم از هر نوع زمینه فرهنگی خوش آمدید می گوید. بازی آسترالین فوتبال دربرگیرنده تمام فرهنگها بوده و افراد، خانواده ها و جوامع را در سر تاسر آسترالیا به هم نزدیک می نماید. ما این رهنا را به منظور آشنایی شما با عناصر اساسی این بازی تهیه نموده ایم.

نمره گرفتن: هدف بازی گول زدن می باشد. برای گرفتن شش نمره باید توپ را با لگد از وسط پایه های بلند (پایه های گول) عبور بدهند. اگر توپ از میان یکی از پایه های گول و هر یک از پایه های کوچک خارجی (پایه های عقبی) عبور کند، نمره عقبی (با ارزش یک نمره) گرفته می شود. شکل صفحه 4 را نگاه کنید. در وقت خواندن و نوشتن نمرات، اول گول ها، بعد عقبی ها و بعد مجموع نمرات قرار داده می شود. به طور مثال، نمره 10 گول و شش عقبی 66 می باشد و به صورت (66) 6.10 نوشته می شود. هر تیمی که دارای بلند ترین تعداد گول و عقبی باشد برنده می شود.

تیم ها: بازی ها شامل دو تیم 22 نفره می باشد که از هر تیم 18 نفر در میدان در یک وقت حضور دارند. بازی زمانی شروع می شود که زنگی به صدا در آمده و داور/ریفری توپ را در وسط میدان بازی به منظور جهش به زمین می زند. توپ را همچنان در هر شروع هر ربع بازی و بعد از هر گول باز هم به زمین می زنند.

دوام وقت بازی: بازی ها علاوه بروقت اضافی، به چهار ربع 20 دقیقه ای تقسیم شده اند و تیم ها بعد از هر ربع جهت/سر بدل می کنند. تیم ها تلاش می کنند توپ فوتبال را بدست آورده و بعد از آن با دوش، لگد و دست توپ را به طرف گول شان که در سمت مقابل میدان است ببرند. بازیکنان تا هر وقتی که قادر هستند، می توانند با توپ بدون بشرطی که در هر 15 متر یک بار توپ را به زمین بزنند.

حرکت دادن توپ فوتبال: بازیکنان توپ را به همدیگر با لگد یا با دست/هندبال پاس می دهند. هندبال عبارت است از گرفتن توپ با یک دست و زدن با مشت بسته به توپ با دست دیگر. اگر بازیکنی بتواند توپ فوتبال را مارک کند (بعد از لگد توپی را که حد اقل 15 متر حرکت کرده باشد، از هوا بگیرد، بشرطی که توپ به زمین نخورده باشد و یا بازیکن دیگری به آن تماس نه نموده باشد) او مستحق است یک لگد بزند و تا زمانیکه او به بازی ادامه ندهد، بازیکنان مخالف حق ندارند تا با او کلاویزشوند/تکل کنند.

کلاویزشدن/تکل کردن: بازیکن می تواند توپ را از بازیکن مخالف با استفاده از تکل بدست بیاورد. تکل قانونی عبارت است از آنا محکم گرفتن از زیر شانه تا بالای زانوهای شخص مخالفی که توپ را با خود دارد. بازیکنان حق ندارند تا بازیکن مخالف را از پشت/کمر در وقت تکل تپله نمایند و بازیکنی که مورد تکل قرار گرفته است باید در مدت زمان لازم (یک یا دو ثانیه) توپ را از دست بدهد. بازیکنی که مورد تکل غیر قانونی قرار گرفته است با زدن یک لگد آزاد به توپ پاداش داده می شود. در بعضی موارد وقتیکه یک مارک یا لگد آزاد اعطا می شود، یا در صورتیکه یک بازیکن بدون موجب بازی را به تاخیر می اندازد و یا به داور/ریفری توهین میکند یک جزا/پنالتی اضافی 50 متره نیز برعلیه تیم مخالف اعطا می شود.

آیا میخواهید بیشتر بدانید؟ پس لطفا از آدرس اینترنتی AFL در [afl.com.au](http://afl.com.au) دیدن نموده و یا با آدرس زیر مکاتبه نمایید.

AFL Multicultural Coordinator, Australian Football League, GPO Box 1449, Melbourne  
Victoria, Australia 3001



# play on

Footy brings out the passion and commitment in all of us. That's why we love it. To the coaches, players and everyone else involved in this great sport of ours, we say play on.

NAB. Proudly supporting  
AFL and the rules Aussies love.



nab