



دليل الرياضات

“اللجنة الأولمبية
والبارالمبية السعودية”

لدورة الألعاب
السعودية 2024



دورة الألعاب السعودية

هي أكبر حدث رياضي وطني في تاريخ المملكة العربية السعودية. ستكون هذه النسخة الثالثة، وستقام من 3 إلى 17 أكتوبر 2024 في مدينة الرياض، بمشاركة أكثر من 6000 رياضي و2000 مشرف فني وإداري، يمثلون أكثر من 200 نادٍ من جميع أنحاء المملكة.

يتضمن الجدول الزمني إجمالي 54 رياضة، تشمل الألعاب الفردية والجماعية، بما في ذلك 5 رياضات بارالمبية. توفر دورة الألعاب السعودية منصة للرياضيين السعوديين لتحقيق إمكاناتهم الكاملة، بينما تلهم الشباب السعودي، وتظهر من خلال الرياضة قدرة المملكة على استضافة أحداث كبيرة على المستوى الدولي.



كرة الطائرة



هي رياضة تُلعب على ملعب بين فريقين، كل منهما يتألف من ستة لاعبين. فكرة الكرة الطائرة بسيطة: يجب على الفريق إسقاط الكرة داخل منطقة الخصم دون أن يتمكن الخصم من إعادتها بنجاح. يجب على لاعبي الفريق استخدام ثلاث لمسات كحد أقصى لإعادة الكرة إلى جهة الخصم عبر الشبكة. تُسجل نقطة عندما تسقط الكرة داخل حدود الملعب أو عندما يرتكب الفريق الآخر خطأً في اللعب. الفريق الذي يسجل أولاً 25 نقطة بفارق نقطتين يفوز بالشوط، وتُبنى كل مباراة على نظام الأفضل من خمسة أشواط. ليس من غير المألوف أن تستمر المباريات حتى 90 دقيقة.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة الطائرة؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن
رياضة كرة الطائرة
www.saudivb.org
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
info@saudivb.org



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa





هي رياضة جماعية تُلعب على ملعب مستطيل، حيث يحاول فريقان متنافسان، مكونان من خمسة لاعبين، تسجيل النقاط عن طريق رمي الكرة في سلة الخصم، والمعروفة أيضًا بالسلة. يتم التحكم في الكرة باليدين، ولكن يمكن للاعبين التقدم بالكرة فقط عن طريق التمير أو المراوغة (تنطيط الكرة على الأرض). إذا توقف اللاعب عن المراوغة، لا يمكنه استئناف المراوغة، ويجب عليه بعد ذلك تمرير الكرة أو تسديدها. تتكون المباراة الدولية لكرة السلة عادةً من أربعة أرباع مدة كل منها 10 دقائق، مما يعني أن المباراة تستمر 40 دقيقة.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة السلة؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن
رياضة كرة السلة
www.saudi.basketball
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
info@saudi.basketbal



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa





هي لعبة داخلية سريعة تحاول فيها الفرق المتنافسة تسجيل الأهداف عن طريق رمي كرة في هدف يشبه هدف كرة القدم الذي يتكون من قائمين وعارضة.

تُلعب كرة اليد الحديثة على ملعب داخلي بمساحة 40 مترًا × 20 مترًا بين فريقين، كل منهما يتكون من سبعة لاعبين. يمكن للاعبين اتخاذ ما يصل إلى ثلاث خطوات دون أن يقفوا الكرة، ويُسمح لهم بالاحتفاظ بها لمدة لا تزيد عن ثلاث ثوانٍ. يُسمح بالاتصال الجسدي في هذه الرياضة التي تتطلب جهدًا بدنيًا كبيرًا. تُشجّع الإستراتيجيات الهجومية، ويؤدي اللعب السلبي إلى تحذير يتبعه فقدان الفريق للكرة.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة اليد؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن رياضة كرة اليد
www.sahf.org.sa
أو تواصل معنا عبر منصة إكس
[@sahfksa](https://twitter.com/sahfksa)



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa





هي رياضة فردية يتسابق فيها المتنافسون بدفع أجسادهم عبر الماء في مسبح داخلي باستخدام واحدة من الأساليب التالية: السباحة الحرة، السباحة على الظهر، السباحة على الصدر، أو السباحة بالفراشة.

في جميع السباقات، يبدأ السباحون في نفس الوقت عند سماع صفارة البداية، والسباح الأول الذي يلمس جدار المسبح بعد قطع المسافة المحددة يكون هو الفائز.

أي سباح يقفز إلى المسبح قبل إشارة البداية يُستبعد من السباق.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق السباحة؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن رياضة السباحة

www.saudiswimming.sa

أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
secretariat@saudiswimming.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa

هو حدث متعدد الرياضات يجمع بين ثلاث تخصصات: السباحة، وركوب الدراجات، والجري. يتنافس المشاركون في سباق نحو خط النهاية، ويتم إعلان أول من يصل إلى خط النهاية الفائز.

قواعد السباق الأساسية بسيطة: يتسابق المتنافسون في السباحة وركوب الدراجات والجري لمسافة محددة في سباق نحو خط النهاية. يتضمن السباق الثلاثي بمسافة الأولمبياد سباحة لمسافة 1.5 كم، وركوب دراجة لمسافة 40 كم، والجري لمسافة 10 كم، بينما السباق الثلاثي بمسافة السبرينت هو نسخة أقصر من السباق. في الألعاب السعودية، تتضمن مسابقات السباق الثلاثي الفردية للرجال والنساء سباحة لمسافة 200 متر، وركوب دراجة لمسافة 5 كم، والجري لمسافة 1 كم.

تريد ممارسة السباق الثلاثي بنفسك؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن
رياضة السباق الثلاثي
www.triathlon.sa
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
info@triathlon.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa





يتواجه فريقان مكونان من سبعة لاعبين في بركة عمقها 3 أمتار، وأبعادها غير ثابتة ويمكن أن تتراوح بين 10×20 و25×30 مترًا. تتطلب المباريات المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي للسباحة (World Aquatics) مسبحاً بمقاس 25×30 مترًا للرجال و20×25 مترًا للنساء. تتألف المباريات من أربع أشواط مدة كل منها ثماني دقائق. باستثناء حارس المرمى، يمكن للاعبين حمل الكرة بيد واحدة فقط. تستمر حيازة الكرة لمدة 30 ثانية؛ إذا لم يحاول الفريق التسديد خلال هذه الفترة، تنتقل الحيازة إلى الفريق المنافس ويتم إعادة ضبط توقيت التسديد.

تعدّ كرة الماء رياضة بدنية مكثفة؛ حيث يُسمح بالاتصال بين اللاعبين الذين يمتلكون الكرة. لذلك، فإن القوة والتحمل والقدرة والإستراتيجية أساسية في هذه الرياضة.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة الماء؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن
رياضة كرة الماء

www.saudiswimming.sa

أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
secretariat@saudiswimming.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa



تتألف لعبة البولينج من عشر مجموعات، وفي كل مجموعة هناك محاولتان لرمي الكرة على الأهداف الخشبية. اللاعب الفائز هو الذي يستطيع إسقاط أكبر عدد ممكن من الأهداف خلال المحاولة الأولى والتي تُسمى "الضربة" وإذا بقيت بعض الأهداف بعد المحاولة الأولى، فإن هدف اللاعب هو إسقاطها في المحاولة الثانية وتسمى في هذه الحالة بالاحتياط.

تُحتسب النقاط في اللعبة بشكل جزئي، حيث يساوي كل هدف نقطة واحدة. إذا نجحت في إسقاط جميع الأهداف في المحاولة الأولى (الضربة)، تحصل على نقاط مضاعفة في الماولتين التاليتين، مما يعني أن كل هدف يتم احتسابه كنقطتين، بالإضافة إلى النقاط التي تحصل عليها من المحاولة الأولى. أما إذا أسقطت جميع الأهداف بعد محاولة الاحتياط، فستحصل على نقاط مضاعفة فقط في المحاولة الأولى من المجموعة التالية.

هل تود أن تكون عضوًا من أعضاء فريق البولينج؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن رياضة البولينج
www.sbf.org.sa
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
sbf@sbf.org.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa



ركوب الدراجات

الدراجات الهوائية على الطرق تشمل سباقات جماعية أو سباقات زمنية تُقام عادة على طرق ممهدة، رغم أنه في بعض الأحيان تُقام أيضًا على طرق مغطاة بالحجارة أو على طرق مغطاة بالحصى.

حسب منظم كل سباق، قد تكون هناك قواعد مختلفة خاصة بكل سباق (مثل حدود التغذية أو المساعدة التقنية أو الراديوية). ومع ذلك، فإن الحظر على التكتل الخطير – خصوصًا في نهايات السبرينت – مُطبق على المستويات التنافسية ويمكن أن يؤدي إلى عقوبات زمنية أو إعادة إلى مؤخر المتسابقين أو حتى الإقصاء، كما توجد قواعد تتعلق بالمعدات المسموح بها.

هل تود أن تكون عضوًا من أعضاء فريق الدراجات؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن رياضة الدراجات
www.tahakoom.gov.sa
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
Info@sacf.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa



كرة السلة (الكراسي المتحركة)



كرة السلة على الكراسي المتحركة تُلعَب بين فريقين، كل منهما يتكون من 5 لاعبين الهدف من كل فريق هو التسجيل في سلة الفريق المنافس ومنع الفريق الآخر من التسجيل.

تتكون المباريات من شوطين، كل شوط مدته 20 دقيقة، مع وجود ساعة توقيت لثلاثين ثانية. ستظل الساعة تعمل بشكل مستمر، حيث يتم إيقافها عند الصافرة في آخر ثلاث دقائق من كل شوط. في حال التعادل، يتم لعب وقت إضافي مدته 3 دقائق، وتُوقف الساعة عند الصافرة. يتعين على الفرق أن تضم على الأقل لاعبين اثنين لديهم إعاقات في الأطراف السفلية (مثل إصابات الحبل الشوكي، بتر الأطراف، إلخ) على الملعب في جميع الأوقات.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة السلة على الكراسي المتحركة؟

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة
www.olympic.sa/ar
أو تواصل معنا عن طريق الإيميل
safvi.2023@gmail.com



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa



تُلعب في صالة مغلقة على ملعب بمقاس 12.5 متر × 6 متر. يبدأ كل لاعب كل جولة أو "نهاية" بست كرات. هدف الرياضة هو رمي أو درجة هذه الكرات بأقرب شكل ممكن إلى كرة صغيرة بيضاء تُسمى "الجاك". تتكون المباريات الفردية والمزدوجة من أربع نهايات، بينما المباريات التي تُلعب من قبل فرق مكونة من ثلاثة لاعبين تتكون من ست نهايات.

يتم تصنيف الرياضيين إلى واحدة من أربع فئات وفقاً للإعاقة التي يعانون منها. الأشخاص الذين لديهم إعاقات أكثر شدة مؤهلون للحصول على مساعدة مثل تثبيت الكراسي المتحركة، أو منحدر لدرجة الكرة، أو مؤشرات، أو مساعد رياضي. يساعد المساعدون الرياضيون اللاعبين وفقاً لتعليماتهم فقط، ولا يُسمح لهم بالنصح أو حتى التبدل لمشاهدة اللعب.

**هل تود أن تكون عضواً من أعضاء
فريق البوتشيا؟**

تصفح موقع الاتحاد السعودي المسؤول عن
رياضة البوتشيا
www.saudiboccia.sa



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa



هي رياضة جماعية تُلعب في الأماكن المغلقة من قبل الرياضيين ذوي الإعاقة البصرية. الهدف من اللعبة هو دفع الكرة إلى مرمى الفريق المنافس بينما يحاول اللاعبون الآخرون صد الكرة بأجسامهم، وتحتوي الكرة على جرس داخلي يساعد اللاعبين في تحديد اتجاه الكرة القادمة. يجب على جميع المتسابقين ارتداء أقنعة تعقيم على العينين طوال الوقت أثناء اللعب. سيطلب الحكم "هدوء من فضلك" قبل أن ينادي بـ "البدء" ويقوم برمي الكرة إلى الفريق الذي سيبدأ أولاً. سيتعين على الحكم رمي الكرة إلى اللاعب الأقرب إلى موقع المركز، ثم ينفخ الحكم في صفارته ثلاث مرات وينادي باللعب.

يتنافس فريقان في اللعبة، يتكون كل فريق من 3 لاعبين في الملعب، يقوم اللاعب برمي الكرة بيده محاولاً تسجيل هدف ضد الفريق الآخر، وستستمر المباراة لمدة 24 دقيقة مقسمة إلى شوتين، كل منهما 12 دقيقة. تنتهي المباراة فوراً عندما يتقدم فريق بفارق 10 أهداف على الفريق الآخر.

هل تود أن تكون عضواً من أعضاء فريق كرة الهدف؟

اطلع علي موقع الاتحاد السعودي
المسؤول عن رياضة كرة الهدف
@goalball_ksa
أو تواصل معنا
safvi.2023@gmail.com



لمعرفة الجدول الزمني

يرجى زيارة موقعنا أو تحميل
تطبيق الألعاب السعودية
www.saudigames.sa





Sports Guide
“SOPC”
For Saudi Games 2024

Saudi Games

The Saudi Games is the largest national sports event in the history of the Kingdom of Saudi Arabia. Starting from October 3 to 17, 2024, it will hold its 3rd edition in Riyadh city, with more than 6,000 athletes and 2,000 technical and administrative supervisors representing more than 200 clubs throughout the Kingdom.

A total of 54 sports, including 5 Paralympic events, are featured in the Saudi Games, showcasing both individual and team competitions. The Games offer Saudi athletes a platform to reach their full potential, inspire the nation's youth, and demonstrate the Kingdom's capability to host large-scale international events through the power of sports.





VOLLEYBALL

Volleyball is a sport played on a court by two teams of six players. The premise of volleyball is simple: land the ball in-bounds in the opponent's half of the court without the opponent returning it successfully. Players on a team can use no more than three contacts (bumps, sets, spikes) to return the ball to the opponent's side of the net. A point is scored when the ball lands within the court boundaries or when a playing error is made. The first team to reach 25 points with a two-point lead wins the set. Matches typically follow a best-of-five-sets format. It is not uncommon to see games last as long as 90 minutes.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Do you want to join a volleyball team?

Check out the website of the federation
managing Volleyball on
www.saudivb.org
or send an email to
info@saudivb.org





BASKETBALL

Basketball is a team sport played on a rectangular court. Two opposing teams, each with five players, try to score points by throwing the ball through the opponent's hoop and net. This hoop and net is also known as a basket.

Players control the ball with their hands, but they can only advance the ball by passing or dribbling (bouncing the ball on the floor). Once a player stops dribbling, they cannot start dribbling again. They must then pass the ball or shoot it for a basket.

An international basketball game is typically divided into four quarters, each lasting 10 minutes. This means a game will last for a total of 40 minutes.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Do you want to join a basketball team?

Check out the website of the federation managing basketball at
www.basketball
or send an email to
info@saudi.basketball





HANDBALL

Handball is a fast-paced indoor game. Two opposing teams try to score points by throwing a ball into a football-style goal with posts and a crossbar.

Modern handball is played on a 40m x 20m indoor court by two teams of seven players each. Players can take up to three steps without bouncing the ball and can hold onto it for a maximum of three seconds. Body contact is permitted, making handball a very physically demanding sport. Offensive strategies are encouraged, and passive play can result in a warning followed by the team losing possession.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Do you want to join a handball team?

Check out the website of the federation managing Handball at
www.sahf.org.sa
You can also contact them on
X :@sahfksa





SWIMMING

At the Saudi Games, swimming is an individual sport where competitors race through water in an indoor pool using one of four strokes: freestyle, backstroke, breaststroke, or butterfly.

In all races, swimmers start simultaneously at the sound of a tone, and the first individual to touch the wall of the pool after the set distance is the winner. Any swimmer who dives into the pool before the starting signal is disqualified from the race.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join with Swimming team ?

Check out the website of the federation managing Swimming at
www.saudiswimming.sa
or send an email to
secretariat@saudiswimming.sa

2023 الرياض
RIYADH



#بيننا_أبطال



TRIATHLON

Triathlon is a multisport event that combines three disciplines: swimming, cycling and running. Competitors compete in a race to the finish line, with the first person across the line declared the winner.

The basic rules of triathlon are simple: competitors swim, cycle and run a defined distance in a race to the finish line. An Olympic distance triathlon includes a 1.5 km swim, 40 km bike ride and 10 km run, while sprint distance triathlons are shorter variants of the race.

At the Saudi Games, the men's and women's individual triathlon competitions will consist of a 200 m swim, 5 km bike ride and 1 km run.

The triathlon events will be held on the following dates:

Men's Individual: August 5, 2024 and Women's Individual: August 6, 2024

The competitions will take place at the dedicated triathlon venue within the Saudi Games complex.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join with a Triathlon team ?

Check out the website of the federation managing Triathlon at www.triathlon.sa or send an email to info@triathlon.sa





WATER POLO

Water polo is a team sport played in a pool. Two teams of seven players face off in a pool that is at least 3 meters deep. The pool dimensions can vary, but World Aquatics-approved matches require a 30x25 meter pool for men and a 25x20 meter pool for women.

Matches consist of four eight-minute quarters. Other than the goalkeeper, players may only hold the ball with one hand. Possession lasts 30 seconds; if the team does not attempt a shot within that time, possession passes to the opposition and the shot clock is reset.

Water polo is an intensely physical sport; contact is permitted with players possessing the ball. Strength, endurance, power and strategy are essential skills for water polo players.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join a water polo team?

Check out the website of the federation managing water polo at
www.saudiswimming.sa
or send an email to
secretariat@saudiswimming.sa





BOWLING

The bowling game consists of 10 frames. In each frame, the player has two throws to knock down the 10 wooden pins.

The player who can knock down the most pins on their first throw is awarded a “strike”. If the player fails to knock down all the pins on the first throw, they have a second throw to try to knock down the remaining pins, which is called a “spare”.

Points are calculated as follows: Each pin knocked down is worth 1 point. If the player gets a strike, they get 10 points plus the number of pins knocked down in the next two throws. If the player gets a spare, they get 10 points plus the number of pins knocked down in the next throw. If the player fails to knock down all the pins in two throws, they get the number of pins knocked down.

The player with the highest total score across the 10 frames is declared the winner.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join a bowling team?

Check out the website of the federation managing bowling at
www.sbf.org.sa
or send an email to
sbf@sbf.org.sa





CYCLING

Road cycling involves mass races or time trials, typically held on paved roads, though occasionally on cobblestones or gravel roads.

The specific rules of each race may vary depending on the organizer (such as limits on rider feeds, technical assistance, or radio use). However, dangerous blocking—especially in sprint finishes—is prohibited at competitive levels and can lead to time penalties, relegation to the back of the field, or disqualification. There are also regulations governing permissible equipment.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to compete in cycling?

Check out the website of the federation managing cycling at
www.sacf.sa
or send an email to
Info@sacf.sa





WHEELCHAIR BASKETBALL

Wheelchair basketball is played by two teams of five players each. The objective of each team is to score in the opponent's basket while preventing the other team from scoring.

Games consist of two 20-minute halves, with a 35-second shot clock. A running clock will be used, stopping only at the whistle during the last three minutes of each half. Overtime will be a 3-minute period with the clock stopping at the whistle. Teams are required to have at least two players with lower limb impairments (such as spinal cord injuries or amputations) on the court at all times.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join a wheelchair basketball team?

Check out the website of the federation managing Wheelchair basketball at
www.olympic.sa/ar
or send an email to
safvi.2023@gmail.com





Boccia

Volleyball is a sport played on a court by two teams of six players. The premise of volleyball is simple: land the ball in-bounds in the opponent's half of the court without the opponent returning it successfully. Players on a team can use no more than three contacts (bumps, sets, spikes) to return the ball to the opponent's side of the net. A point is scored when the ball lands within the court boundaries or when a playing error is made. The first team to reach 25 points with a two-point lead wins the set. Matches typically follow a best-of-five-sets format. It is not uncommon to see games last as long as 90 minutes.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join with a Boccia team?

Check out the website of the federation managing Boccia at
www.saudiboccia.sa





Goalball

Volleyball is a sport played on a court by two teams of six players. The premise of volleyball is simple: land the ball in-bounds in the opponent's half of the court without the opponent returning it successfully. Players on a team can use no more than three contacts (bumps, sets, spikes) to return the ball to the opponent's side of the net. A point is scored when the ball lands within the court boundaries or when a playing error is made. The first team to reach 25 points with a two-point lead wins the set. Matches typically follow a best-of-five-sets format. It is not uncommon to see games last as long as 90 minutes.



Find out the schedule

visit our website or download the #SaudiGames App
www.saudigames.sa

Would you like to join a goalball team?

Check out the account on
X: [@goalball_ksa](https://twitter.com/goalball_ksa)
or send an email to
safvi.2023@gmail.com





شكراً لكم
Thank you