Pêl-droed 7 bob ochr Cenedlaethol

Rheolau a Chyfarwyddiadau Cyffredinol

(Mewn cysylltiad gydag ymddiriedolaeth pêl-droed yn y gymuned)

- Grŵp o 10 bachgen, merch neu grŵp cymysg i bob tîm. Blwyddyn 4 dim ond yn cael chwarae o dan caniatad rhieni / yr ysgol
- Maint y cae yn ddim mwy na 60 llath 40 llath a dim llai na 50 llath 30 llath
- Fe ddylai'r bêl fod yn faint 4
- Y maint a gymeradwyir ar gyfer y gôl yw 12 troedfedd 6 troedfedd
- Mae'r ardal o gwmpas y gôl yn ymestyn 10 llath o'r llinell gôl ar draws lled y cae, gyda chonau yn marcio'r llinell ochr neu ddisgiau ar draws y cae
- Ni ddylai'r un gêm barhau fwy na 10 munud pob ochr
- Ceir cic gychwyn o ganol y cae i ddechrau'r gêm ac ar ôl i gôl gael ei sgorio
- Dylid cymryd y tafliadau i fewn yn y ffordd arferol
- Rhaid i'r gôl-geidwad daflu'r bêl yn hytrach na'i chicio
- Mae pob cic rydd yn anuniongyrchol. Rhaid i'r tîm gwrthwynebol fod o leiaf 3 llath i ffwrdd. Dim ciciau cosb
- Gellir defnyddio eilyddion yn ystod unrhyw adeg o'r gêm
- Mae ciciau cornel fel yr arfer ond rhaid i'r tîm gwrthwynebol fod o leiaf 3 llath i ffwrdd
- Mae'r gôl-geidwad yn gallu cyffwrdd y bêl yn y rhanbarth cosb ac nid oes cyfyngiad ar y nifer o gamau y gellir eu cymryd gyda'r bêl
- Gellir cymryd y cic gôl o unrhyw le ar ochr y rhanbarth cosb ar draws lled y cae. Disgwylir i'r tîm gwrthwynebol fod o leiaf 3 llath i ffwrdd
- Nid oes cyfyngiad ar y nifer o chwaraewyr y gellir eu cael yng nghwrt y gôl
- Gall y chwaraewyr pasio'r bêl i'w gôl-geidwad eu hunain iddo ef drin y bêl
- Disgwylir i bob chwaraewr wisgo 'shin pads'
- Nid oes rheol camsefyll

National 7 a side Football

General Instructions and Rules of the Competition

(In conjunction with football in the community trust)

- *A squad of 10 boys, girls or mixed to each team. Year 4 can only play with parent / school's permission*
- *The pitch size no bigger than 60yds 40yds or smaller than 50yds 30yds*
- *The ball should be a size 4*
- *Recommended goal size 12ft 6ft*
- *The goal area extends 10yds from the goal line across the width of the pitch, marked with cones on the touch-line or discs across the pitch*
- *Each game should last no longer than 10 minutes each half*
- *Kick off from the centre of the field to start the game and after a goal is scored*
- *Throw ins should be taken the normal way*
- *Goalkeepers must throw the ball rather than kick*
- *All free kicks are indirect. Opposition to be at least 3yds away. No penalty kicks*
- *Substitutes may be used at any time during a game*
- *Corner kicks are as normal except opposition should be at least 3yds away*
- *Goalkeepers can handle the ball in the penalty area and no restrictions on the number of steps they take with the ball*
- *Goal kicks are taken anywhere on the edge of the penalty area across the width of the field. Opposition should be 3yds away*
- *There is no restriction on the amount of players allowed in the goal area*
- *Players can pass the ball to their own goalkeeper, for the goalkeeper to handle the ball*
- *All players are required to wear shin pads*
- *There is no off-side rule*