

## Scheda tecnica promozionale: Hockey prato

SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO E PRIMO BIENNIO DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 2° GRADO.

### HOCKEY A 3 - W LA SCUOLA

#### Composizione delle squadre

Ogni squadra, mista, è composta da un massimo di 5 giocatori/ trici di cui 3 prendono parte al gioco ( con almeno una ragazza in campo). Non è previsto il ruolo del portiere. Non sono ammesse squadre con un numero di giocatori/trici inferiori a 5.

#### Tempi di gioco

Di norma 3 tempi di 10' ciascuno con 3' di intervallo ma possono essere adottati tempi diversi in base alle necessità della manifestazione.

#### Impianti e attrezzature

Il campo di gioco misura di norma 40 metri di lunghezza e 20 di larghezza. Sono ammessi anche campi di misure diverse. La superficie del campo deve essere liscia, di qualunque natura o materiale. Le porte, sono 4 (due per ogni linea di fondo), delle dimensioni di m.2 di larghezza e m.1 di altezza, poste dietro la linea di fondo ad una distanza fra di loro non inferiore a m.5.

L'area di tiro è formata da una linea parallela alla linea di fondo e posta da un minimo di m. 6 ad un massimo di m.9 dalla stessa linea in relazione alle dimensioni del campo.

Il bastone da gioco è in resina o in plastica e pesa circa 400-460 grammi; la pallina, 90.100 grammi circa.

#### Regole di base

- I giocatori possono usare il bastone con la sola parte piatta e senza che questi crei gioco pericoloso o intimidatorio.

- Sono ammessi tutti i colpi della tecnica di gioco eccetto il Drive ( tiro pendolare con impugnatura a due mani a contatto) il Reverse- hit(tiro di rovescio, alto e basso).

- E' ammesso il Self-Pass(auto passaggio).
- Sono ammesse sostituzioni in ogni momento della partita. Il giocatore sostituito può rientrare.
- Non esiste il fuorigioco.
- **Non e' ammesso alzare la pallina se crea gioco pericoloso.**
- **Non è ammesso ostacolare il gioco correndo tra un avversario e la palla o interporre se stesso o il suo bastone come ostacolo.**
- Nessun giocatore può trovarsi a meno di 3 metri durante i tiri di punizione effettuati entro i 3 metri dall'area di tiro.
- nelle rimesse dal fondo e laterali, nei tiri di punizione tutti gli avversari devono stare ad almeno 3 metri di distanza.
- Perché una rete sia valida , la pallina deve essere stata colpita o deviata da un attaccante , all'interno dell'area di tiro e deve aver superato completamente la linea di porta.
- La vittoria vale 3 punti, il pareggio 1 punto, la sconfitta 0 punti.

#### **Sanzioni:**

Per non aver rispettato le regole di base l'arbitro assegnerà per una infrazione:

- Fuori dell'area di tiro : un tiro di punizione viene concesso alla squadra avversaria.
- Dentro l'area di tiro da parte di un attaccante : un tiro di punizione verrà concesso alla difesa.
- Dentro l'area di tiro, per un fallo volontario da parte di un difensore: verrà concesso, alla squadra attaccante, un" Attacco di Rigore".
- dentro l'area di tiro da parte di un difensore , per un fallo involontario, verrà concesso agli attaccanti una punizione da battere a tre metri fuori dall'area di tiro .

#### **Tiro di punizione e Attacco di Rigore:**

Il tiro di punizione accordato alla squadra in difesa entro la propria area, potrà essere battuto da qualsiasi punto appena fuori l'area.

L'Attacco di Rigore viene effettuato dal punto centrale del campo da un qualsiasi giocatore della squadra in attacco, mentre tutti gli altri si trovano alle sue spalle ad almeno m.5 tranne un avversario che difende le due porte.

Al fischio dell'arbitro l'attaccante in possesso di palla inizia l'azione e tutti gli altri giocatori intervengono o in appoggio o in difesa. Qualsiasi attaccante può segnare una rete all'interno dell'area di tiro. Se la difesa conquista la palla il gioco continua normalmente.

Non esistono : angolo corto, fuori gioco, tiro di rigore.

### **Palla fuori campo**

Se la palla , a parere dell'arbitro è inviata involontariamente oltre la linea di fondo campo da un giocatore in difesa che è nella propria area di tiro, viene concesso un tiro di punizione alla squadra attaccante da battere a tre metri fuori l'area.

Se la palla è inviata volontariamente dal difensore oltre la linea di fondo campo, verrà assegnato agli attaccanti un Attacco di Rigore.

Per quanto non espressamente previsto dal presente regolamento valgono le regole dell'Hockey su prato della F.I.H.

Pietrangeli/ Ferrando ( Horst Wein- Dal Buono modificato)