

# ***REGOLE DI GIOCO OUTDOOR***

## ***HOCKEY A CINQUE***

*Under 12 Maschile Femminile*

*Approvato con delibera del Presidente n. 84 – 26/2/2016*

## Articolo 1 – SQUADRE

- a) La gara viene giocata da due squadre. Non più di cinque (5) giocatori – di cui uno è obbligatoriamente il portiere - per ciascuna squadra prendono parte al gioco contemporaneamente. Il portiere dovrà essere sempre equipaggiato con lo specifico abbigliamento protettivo previsto per il ruolo.
- b) Ad ogni squadra è consentito avere a disposizione un massimo di cinque (5) giocatori di riserva in panchina per effettuare le sostituzioni.
- c) I giocatori che partecipano al gioco devono usare il paradenti.  
Potranno non usarlo quanti saranno in grado di esibire documentazione che attesti l'impossibilità a farlo. L'arbitro avrà l'obbligo di controllare e, in mancanza di questi, non permetterà al giocatore in difetto di partecipare al gioco. Il giocatore che avrà regolarizzato in ritardo il suo equipaggiamento potrà riprendere il gioco previa verifica, a gioco fermo, da parte dell'arbitro.
- d) I giocatori che prendono parte attiva al gioco ovvero quelli che sono sul terreno di gioco devono obbligatoriamente indossare in maniera corretta ed efficace parastinchi adeguati. L'arbitro avrà l'obbligo di controllare e, in mancanza di questi, non permetterà al giocatore inadempiente di partecipare al gioco.
- e) Il controllo da parte dell'arbitro deve essere fatto prima dell'inizio della gara. Qualora l'arbitro si accorgesse, a gioco in svolgimento, che un giocatore è sprovvisto dei parastinchi o del paradenti lo inviterà a regolarizzare l'equipaggiamento, alla prima interruzione del gioco. Il giocatore potrà essere sostituito e il gioco non dovrà essere sospeso per questo motivo tranne nel caso in cui la squadra dovesse trovarsi, in questo intervallo di tempo, con meno di tre giocatori sul terreno di gioco.
- f) La sostituzione dei giocatori può avvenire in qualsiasi momento salvo il periodo compreso tra la concessione e il termine di un tiro di angolo corto; durante tale periodo è autorizzata solo la sostituzione del portiere della squadra in difesa nel caso in cui sia infortunato o sia stato espulso. Le sostituzioni devono avvenire nei pressi del centro del campo.
- g) Un giocatore sostituito può rientrare in campo per successive sostituzioni.
- h) Non è permesso a una squadra di iniziare una gara o di proseguirla se non è in grado di schierare sul campo almeno tre (3) giocatori contemporaneamente.

### *Sanzioni*

Se durante il gioco una squadra dovesse trovarsi con meno di tre (3) giocatori, l'incontro sarà interrotto e sarà dichiarata vincitrice la squadra avversaria con il punteggio di 2-0 (due a zero) o con quello più favorevole acquisito sul campo.

Per infrazioni alle lettere a) e c) un tiro di angolo corto sarà assegnato contro la squadra che ha commesso l'infrazione.

#### **Articolo 2 - DURATA DELLA GARA**

- a) La durata della gara è di quaranta (40) minuti, suddivisi in due tempi da venti (20) minuti. Il tempo verrà prolungato per portare a termine un eventuale angolo corto.
- b) Al termine del primo tempo le squadre osservano un intervallo non superiore a cinque (5) minuti.
- c) La durata della gara, a fronte di esigenze organizzative e logistiche, può essere ridotta a (15) minuti per tempo.

#### **Articolo 3 – SORTEGGIO**

Prima dell'inizio della gara viene effettuato il sorteggio; la squadra che vincerà il sorteggio avrà diritto alla scelta del campo o a dare inizio alla gara.

All'inizio del secondo tempo, dopo l'inversione delle squadre sul terreno di gioco, avrà diritto di dare inizio al gioco la squadra che non l'avrà fatto nel primo tempo.

#### **Articolo 4 – ARBITRO**

Le gare vengono arbitrate da uno o due arbitri.

#### **Articolo 5 – TERRENO DI GIOCO**

Il terreno di gioco deve avere una superficie pari a:

- Lunghezza: da mt. 25 a mt. 44.
- Larghezza: da mt. 15 a mt. 25.

Sono ammesse le superfici in terra battuta, erba naturale ed erba sintetica, compresa l'erba sintetica omologata per i campi di calcio e ogni altra superficie liscia.

#### **Articolo 6 – PORTE**

Sono consentite porte di gioco aventi le seguenti misure interne:

- a) mt. 3.66 x mt. 2,14 (corrispondenti alle porte regolamentari da hockey prato);
- b) mt. 3.00 x mt. 2.00 (corrispondenti alle porte di hockey indoor).

#### **Articolo 7 – AREA DI TIRO**

Di fronte ad ogni porta sarà tracciata una linea lunga quanto la lunghezza della porta, parallela alla linea di porta e a una distanza da metri 6 a metri 9 dalla stessa.

La distanza è misurata dallo spigolo interno dei pali della porta al bordo esterno di questa linea. Gli estremi di questa linea saranno congiunti alla linea di fondo mediante quarti di cerchio aventi per centro lo spigolo interno dei pali della porta.

La superficie delimitata da queste linee, comprese le linee stesse, sarà chiamata area di tiro (in seguito denominata “area”).

#### **Articolo 8 – LA PALLA**

Sono ammessi tutti i tipi di palla approvati dalla F.I.H. per l’hockey su prato.

#### **Articolo 9 – I BASTONI**

Sono ammessi tutti i tipi di bastone approvati dalla F.I.H. per l’hockey su prato.

#### **Articolo 10 – PARITA’ IN CLASSIFICA**

Nei casi di parità in classifica si applica quanto previsto dal Regolamento Gare e Campionati.

#### **Articolo 11 – RECLAMI**

Vedasi Regolamento di Disciplina e Regolamento di Giustizia

#### **Articolo 12 – INIZIO E RIPRESA DEL GIOCO**

Per iniziare il gioco, riprenderlo dopo l’intervallo e dopo che un goal è stato segnato si esegue un passaggio, dal centro del terreno di gioco, in qualsiasi direzione oppure si può riprendere con un “self pass”.

#### Articolo 13 – RETE SEGNATA E PUNTEGGIO

- a) Una rete è validamente segnata quando l'intera palla ha oltrepassato completamente la linea di porta tra i pali e sotto la traversa, dopo essere stata colpita, deviata o toccata, all'interno dell'area di tiro, dal bastone di un attaccante.
- b) Vince la gara la squadra che segna il maggior numero di reti.

#### Articolo 14 – CONDOTTA DI GIOCO

##### *UN GIOCATORE NON PUO':*

- a) giocare la palla con il lato tondo del bastone;
- b) partecipare al gioco senza avere in mano il proprio bastone o cambiarlo tra la concessione e il termine di un tiro di angolo corto o di rigore a meno che il bastone non risponda più alle caratteristiche previste.
- c) usare il bastone in modo tale da costituire pericolo;
- d) toccare, trattenere o interferire con gli altri giocatori, con i loro bastoni o con i loro capi di abbigliamento;
- e) ostacolare o intimidire in alcun modo un altro giocatore; in particolare deve essere sanzionato severamente il colpire o tentare di colpire volontariamente i piedi o qualsiasi altra parte del corpo di un avversario allo scopo di trarne un vantaggio; i giocatori non possono spingere gli avversari a commettere un fallo involontario.
- f) colpire la palla a mani unite di dritto o di rovescio (hit e reverse hit) in qualsiasi parte del terreno di gioco eccetto per lo sweep hit (tiro trascinato basso di dritto).
- g) prendere parte al gioco mentre sono distesi sul terreno di gioco, se ciò può creare pericolo per la propria o l'altrui incolumità, a meno che non sia il Portiere all'interno della propria area di tiro;
- h) colpire la palla con alcuna parte del suo bastone quando la palla si trovi al di sopra delle spalle ad eccezione del difensore che è autorizzato a usare il bastone per arrestare o deviare un tiro in porta a qualsiasi altezza;
- i) far passare il proprio bastone al di sopra della testa dell'avversario in quanto questo gesto è estremamente pericoloso.

##### *Condotta scorretta:*

non sono permessi: gioco violento o pericoloso, perdite di tempo volontarie o qualsiasi comportamento che, a parere dell'arbitro, sia ritenuto scorretto, antisportivo o sleale.

## Articolo 15 – TIRO DI PUNIZIONE

- a) Una punizione viene accordata solo quando un giocatore o una squadra è stata svantaggiata dall'avversario che ha commesso un'infrazione alle regole.
- b) Un tiro di punizione (tiro libero) deve essere eseguito vicino al punto in cui è stato commesso il fallo. Solo quando il tiro di punizione deve essere eseguito dalla squadra in attacco a meno di mt. 3 dal limite dell'area di tiro avversaria, la palla deve essere posta nel punto in cui è stata commessa l'infrazione.
- c) La palla deve essere ferma e può essere spinta o colpita ma non sollevata.
- d) Nessun giocatore della squadra avversaria può trovarsi a meno di mt. 3 dalla palla.
- e) La palla sarà in gioco quando viene toccata da un giocatore verso un compagno oppure quando viene giocata per se stessi (self pass).
- f) Su tiro di punizione in attacco (cioè oltre la propria metà campo) la palla non può essere indirizzata direttamente nell'area di tiro avversaria. Questo sarà possibile solo dopo un passaggio oppure dopo che la palla stessa avrà percorso una distanza di almeno 3 metri.

### *Sanzioni per tutte le infrazioni:*

- a) All'interno dell'area di tiro: un tiro di angolo corto o di rigore sarà concesso in favore della squadra in attacco.
- b) All'esterno dell'area di tiro: un tiro di punizione o un tiro di angolo corto verrà concesso alla squadra avversaria.

## Articolo 16 – TIRO DI ANGOLO CORTO

Un tiro di angolo corto viene accordato:

- a) Per un fallo commesso da un difensore all'interno dell'area di tiro che non impedisca la probabile segnatura di una rete.
- b) Per un fallo intenzionale commesso da un difensore all'interno dell'area di tiro contro un avversario che non sia in possesso di palla o che non abbia la possibilità di giocare la palla.
- c) Per un fallo di particolare gravità commesso da un difensore nella propria metà del terreno di gioco e all'esterno dell'area di tiro.
- d) Per l'invio intenzionale della palla oltre la propria linea di fondo da parte di un difensore.

*Modalità di esecuzione:*

1) Squadra in attacco:

- a) Un giocatore spingerà o colpirà la palla facendola scorrere sul terreno da un punto situato sulla linea di fondo a mt. 6 dal palo più vicino della porta, a sinistra o a destra della porta stessa secondo le proprie preferenze; il giocatore dovrà avere almeno un piede all'esterno del terreno di gioco.
- b) Un compagno dello stesso giocatore dovrà situarsi sul terreno di gioco, ma con i piedi e i bastoni all'esterno dell'area di tiro.

2) Squadra in difesa:

- a) Il portiere solamente dovrà trovarsi all'interno della propria porta dietro la linea della stessa.
- b) Gli altri giocatori devono trovarsi all'interno dell'area di tiro avversaria.

3) Nessun tiro in porta potrà essere effettuato, a seguito di un tiro di angolo corto, prima che la palla sia uscita dall'area di tiro.

4) L'azione, in sintesi, diventa un due contro il portiere, con difensori e attaccanti in recupero dall'altra area.

#### **Articolo 17 – TIRO DI RIGORE**

Un tiro di rigore deve essere concesso alla squadra avversaria:

- a) quando un difensore, all'interno della sua area di tiro, commette un'infrazione volontaria nei confronti di un avversario in possesso della palla o per impedire che ne entri in possesso.
- b) quando un difensore commette un'infrazione involontaria che impedisce la sicura segnatura di una rete.
- c) Modalità dei "tiri di rigore"

Il rigore sarà uno shoot-out per cui un attaccante partirà in conduzione dalla linea di centrocampo e cercherà di segnare una rete dopo essere entrato nell'area di tiro. Il portiere avversario potrà muoversi dalla linea di porta nel momento in cui l'attaccante parte con la palla. L'attaccante avrà 12 secondi per concludere lo shoot-out.

d) il tempo trascorso per l'effettuazione del tiro di rigore deve essere interamente recuperato.

#### Articolo 18 – PALLA FUORI DEL TERRENO DI GIOCO

- 1) Oltre la linea laterale oppure oltre le sponde laterali:
  - a) la palla viene rimessa in gioco nel punto in cui è uscita, oppure a un metro dallo stesso nel caso ci fossero le sponde laterali, da un giocatore della squadra avversaria di quella del giocatore che ha toccato la palla per ultimo prima che uscisse.
  - b) la palla viene rimessa in gioco mediante una spinta o un tiro o un self pass ma non deve sollevarsi in modo pericoloso per gli avversari e i compagni.
  - d) nessun giocatore della squadra avversaria può stare a meno di mt. 3 dalla palla.
  - e) la palla per poter essere giocata da un compagno deve percorrere una distanza di un metro .
  
- 2) oltre la linea di fondo:
  - a) quando la palla è inviata involontariamente da un difensore oltre la propria linea di fondo o di porta, viene concessa una rimessa dal fondo alla squadra che difende.
  - b) quando la palla è inviata intenzionalmente da un difensore oltre la propria linea di fondo o di porta e una rete non è stata segnata, verrà concesso un tiro di angolo corto alla squadra avversaria.
  - c) se la palla è inviata oltre la linea di fondo dalla squadra in attacco, il gioco viene ripreso con una rimessa dal fondo.
  - d) La rimessa dal fondo viene effettuata dalla squadra in difesa da un punto sulla linea perpendicolare alla linea di fondo e parallela alle linee laterali che passi per il punto in cui la palla è uscita dal terreno di gioco e a non più di mt. 9 dal bordo interno della linea di fondo stessa. La rimessa in gioco della palla può essere fatta con una spinta o un tiro o un self pass ma non deve sollevarsi in modo pericoloso per gli avversari e i compagni.

#### Articolo 19 – RINVIO AD ALTRO REGOLAMENTO

Tutte le regole di gioco dell'hockey su prato che non siano esplicitamente superate o modificate dalle Regole esposte nel presente Regolamento sono applicabili all'hockey a cinque.