

## Nuovi Giochi della Gioventù 2025/2026

Scuola Secondaria di Primo Grado  
Hockey su Prato (FIH)

### Scheda tecnica: Hockey Prato

**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO:**

**CATEGORIA MISTA (f/m)**

#### **HOCKEY A 5 MISTO- SCUOLA**

##### **Composizione delle squadre**

Ogni **squadra mista (maschile e femminile)**, è composta da un massimo di **10 giocatori/ trici** di cui 5 prendono parte al gioco, con **almeno due giocatrici(femmine)** in campo. Non è previsto il ruolo del portiere. Non sono ammesse squadre con un numero di giocatori/trici inferiori a 6.

##### **Tempi di gioco**

Di norma 2 tempi di 10' ciascuno con 5' 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 possono essere o di m.3,66xm. 2,14 o anche di m.3x m.2. Si chiede di rispettare una proporzionalità fra le misure del campo, quelle del l'area di tiro e le porte.

L'area di tiro è formata da due linee semicircolare tracciate dai pali della porta chiuse da una linea parallela alla linea di fondo, dell'ampiezza della porta, posta a non meno di metri 6 e non più di 9 metri dalla stessa linea.

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**

- **Un giocatore non può prendere parte al gioco senza l'apposito bastone, parastinchi e paradenti.**
- **Un giocatore non può usare il bastone in modo tale da costituire pericolo per se stesso o per intimidire l'avversario.**
- **I giocatori possono usare il bastone con la sola parte piatta.**
- Sono ammessi tutti i colpi della tecnica di gioco eccetto il Drive (tiro pendolare con impugnatura a due mani strette a contatto) il Reverse- hit (tiro di rovescio, alto e basso).
- E' ammesso il Self-Pass (auto passaggio) nei tiri di punizione e rimesse.

Non è ammesso prendere parte al gioco se si è distesi a terra.

- Sono ammesse sostituzioni in ogni momento della partita (tranne che in occasione del corner corto). Il giocatore sostituito può rientrare.
- Non esiste il fuorigioco.

**- Non e' ammesso alzare la pallina se crea gioco pericoloso.**

- Nessun giocatore può trovarsi a meno di 3 metri durante i tiri di punizione effettuati dai 3 metri dall'area di tiro.
- Nelle rimesse dal fondo e laterali, nei tiri di punizione, tutti gli avversari devono stare adalmeno 3 metri di distanza dalla pallina.
- 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:**

La non ottemperanza alle regole di base comporta l'assegnazione da parte dell'arbitro di una punizione.

Un tiro di punizione (tiro libero) deve essere eseguito vicino al punto in cui è stato commesso il fallo.

Dalla metà campo offensiva in poi, una punizione deve essere battuta sul punto esatto dove è stato commesso il fallo, ma la palla prima di entrare in area deve aver percorso almeno 3mt (in conduzione o con un passaggio) - solo successivamente potrà entrare in area.

In area di tiro, il fallo volontario o che impedisca un goal certo viene punito con un tiro di rigore, mentre un fallo involontario sarà sanzionato con una punizione di angolo corto (corner corto).

Se la palla esce oltre le linee di fondo campo e non viene assegnata una rete:

- se è stata inviata volontariamente da un difensore sarà assegnato un angolo corto agliattaccanti.
- se la palla è stata inviata da un attaccante sarà assegnata una rimessa ai difensori.
- se la palla è stata inviata **involontariamente da un difensore**, verrà giocata dagli attaccanti con un tiro di punizione con palla posizionata **sulla linea di metà campo**, in linea con il punto in cui ha oltrepassato la linea di fondo campo.

**Norme Particolari**

- **CORNER CORTO:** La squadra in attacco colloca un giocatore con la pallina sulla linea di fondo a m.6 dal palo e due giocatori fuori dall'area di tiro uno dei tre giocatori deve essere quello che ha subito il fallo). La difesa schiera due giocatori (uno sarà quello che ha causato il fallo) all'interno della porta e con entrambi i piedi dietro la linea di porta. Tutti gli altri giocatori sono oltre la metà campo. Quando il giocatore con la pallina effettua il passaggio ai due compagni, la palla dovrà almeno una volta, essere fermata o controllata al di fuori dell'area di tiro per poi essere passata o giocata con un tiro (che non sia pericoloso) in porta. Tutti gli altri giocatori scattano, al momento della partenza della pallina dal fondo, per aiutare o contrastare.

**Tiro di rigore:** l'esecuzione del rigore è un flick eseguito a m.6 dalla porta (vuota) dal giocatore che ha subito il fallo. Il goal è valido se la palla entra in porta senza toccare terra e dopo aver superato la linea di porta.

Casi di parità

Nei tornei con formula di girone" all'italiana", in caso di parità, la squadra che passa alturmo successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri:

1°- Risultato incontro diretto;

2°- Differenza reti negli incontri diretti;

3°- Differenza reti totale ( di tutte le partite);4°-

Maggior numero di reti segnate;

5°- Media dell'età delle squadre (passa la più giovane);6°-

Sorteggio.

Nelle partite uniche in caso di parità, verranno tirati 5 tiri di rigore da 5 giocatori diversi.

In caso di ulteriore parità, tiri di rigore ad oltranza ponendo il punto di rigore a 7 metri dallalinea di porta.

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