

Competizioni Sportive Scolastiche a.s. 2024/2025

Scuola secondaria di I grado

Hockey su Prato (FIH)

CATEGORIA MISTA (f/m) CADETTE-I Nati/e 2011-2012

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.

Il terreno di gioco deve avere una superficie pari a:

1. Lunghezza: da mt. 25 a mt. 44.
2. 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.

Sono consentite porte di gioco aventi le seguenti misure interne:

Metri 3,66 x metri 2,14 (corrispondenti alle porte da hockey prato);

Metri 3,00 x metri 2,00 (corrispondenti alle porte di hockey indoor o calcetto).

Ai giocatori in campo è consigliato l'uso di parastinchi e paradenti.

Sostituzioni:

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;

Le sostituzioni devono avvenire nei pressi del centro del campo. Un giocatore sostituito può rientrare in campo per successive sostituzioni. Non è permesso ad una squadra di iniziare una gara o di proseguirla se non è in grado di schierare sul campo almeno tre (3) giocatori contemporaneamente.

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

Durata della partita:

Gli incontri saranno disputati su quattro tempi (match) di 10 minuti ciascuno, con pausa di due minuti (2') tra un tempo e l'altro.

Ai fini della classifica saranno assegnati tre (3) punti per la vittoria, un (1) punto per il pareggio, zero (0) punti per la sconfitta.

Area di Tiro

Di fronte ad ogni porta sarà tracciata una linea lunga quanto la lunghezza della porta, parallela alla linea di porta e ad 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").

Materiale da gioco:

Il bastone da gioco è in resina o in plastica e pesa circa 400-460 grammi; la pallina, 90-100 grammi circa. (Omologato FIH)

Un giocatore non può:

- 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 il bastone o con i 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 i tiri trascinati bassi di dritto o di rovescio (tiri a mani unite in cui il bastone all'inizio del movimento si trova già a contatto con il suolo).
- g. prendere parte al gioco da terra o distesi sul terreno di gioco, se ciò può creare pericolo per la propria o l'altrui incolumità;
- h. colpire la palla quando questa si trova al di sopra delle spalle ad eccezione del difensore che è autorizzato ad 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

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

TIRI DI PUNIZIONE

- a) Una punizione viene accordata solo quando un giocatore o una squadra è stata svantaggiata dall'avversario che ha commesso una 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 metri 3 dal limite dell'area di tiro avversaria, la palla dovrà essere spostata indietro, ad almeno tre metri dalla linea dell'area di tiro;
- c) Nessun giocatore della squadra avversaria può trovarsi a meno di metri 3 dalla palla;
- d) La palla sarà in gioco quando viene toccata da un giocatore verso un compagno oppure quando viene giocata per sé stessi (self pass);
- e) 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:

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

ANGOLO CORTO:

Un tiro di angolo corto viene accordato:

- a) Per un fallo involontario 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:

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) Due compagni dello stesso giocatore dovranno situarsi sul terreno di gioco, con i piedi e i bastoni all'esterno dell'area di tiro per ricevere il passaggio dal fondo campo.
- c) Gli altri giocatori devono trovarsi all'interno della propria area di tiro.

Squadra in difesa:

- d) Due giocatori dovranno trovarsi all'interno della propria porta dietro la linea della stessa, potranno uscire solo alla partenza della pallina dal fondo campo per contrastare gli attaccanti.
- f) Gli altri giocatori devono trovarsi all'interno dell'area di tiro avversaria.

Esecuzione del tiro di angolo corto: Quando il giocatore sulla linea di fondo, effettua con la pallina, il passaggio ai due compagni, la palla dovrà almeno una volta, essere 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, sia attaccanti che difensori, scattano al momento della partenza della pallina dal fondo, per aiutare o contrastare.

g) 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.

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 una infrazione volontaria nei confronti di un avversario in possesso della palla o per impedire che ne entri in possesso.
- b) Quando un difensore commette una infrazione involontaria che impedisce la sicura segnatura di una rete.

Modalità dei "tiri 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.

OLTRE LA LINEA LATERALE:

- a) La palla viene rimessa in gioco nel punto in cui è uscita, da un giocatore della squadra avversaria di quella del giocatore che ha toccato la palla per ultimo prima che uscisse.
- b) Per l'esecuzione della rimessa in gioco, valgono le regole del Tiro di punizione.

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 concesso un tiro di punizione alla squadra che attacca sulla linea di centrocampo, in corrispondenza del punto in cui è uscita la palla (tiro di angolo lungo).
- 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. 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 metri 9 dal bordo interno della linea di fondo stessa.

Le gare vengono arbitrate da uno o due arbitri.

CASI DI PARITÀ

Nei tornei con formula di girone” all’italiana”, in caso di parità, la squadra che passa alturo 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 8 metri dallalinea di porta. Per quanto non espressamente previsto dal presente regolamento valgono le regole dell’Hockey su prato della F.I.H.