

Competizioni Sportive Scolastiche 2024/2025

Scuola Secondaria di Primo Grado

PALLAMANO

Categorie

RAGAZZI/E anni di nascita: 2013,2014 (nei casi di anticipo scolastico), la categoria può essere MISTA di libera composizione senza vincoli di genere.

CADETTI: anni di nascita: 2011-12

CADETTE: anni di nascita: 2011-12

Composizione delle squadre	<p>Le gare vengono disputate con la modalità del 3 + 1 (3 giocatori di campo + il portiere), ovvero 4 giocatori intercambiabili.</p> <p>Ciascuna squadra deve essere composta da 8 giocatrici/tori*, per il principio di inclusività del regolamento generale dei campionati, devono partecipare attivamente almeno ad un tempo di gioco durante il corso della gara; di queste/i 4 sono schierati in campo, con intercambiabilità, nel rispetto delle regole per il cambio dei giocatori:</p> <ul style="list-style-type: none">• Prima deve uscire il/la giocatore/trice in campo, poi può entrare il/la giocatore/trice dalla panchina;• l'eventuale cambio portiere che esce con giocatore di manovra deve rispettare le stesse regole.• Tutti i cambi si effettuano nell'azonadi competenza, ovvero nell'area di campo corrispondente alla panchina della squadra. La zona di cambio è definita, per ogni squadra, dalla linea dell'area di porta fino alla linea di centro campo;• Le panchine sono disposte sullo stesso lato del campo.• La numerazione consentita è libera. <p>* Nelle fasi di istituto, fasi provinciali e fasi regionali il numero massimo di giocatori/trici può essere di 10 elementi, minimo 8. In caso di finali nazionali l'elenco gara dovrà essere di n° 8 giocatori/giocatrici obbligatorio.</p>
-----------------------------------	---

Tempi di gioco	<p>La durata di un incontro è di 24' minuti suddivisi in 4 tempi di 6 minuti ciascuno; è previsto un breve intervallo di 1 minuto tra il 1° e 2° tempo e il 3° e 4° tempo, e un intervallo di 5 minuti tra il 2° e il 3° tempo con inversione del terreno di gioco. Per esigenze organizzative i tempi di gioco possono essere ridotti a 5'.</p> <p>Non è previsto nessun Team Time Out durante il gioco, per eventuali indicazioni vanno utilizzate le pause previste tra i vari tempi.</p>
-----------------------	---

N.B.: sarà tuttavia cura dell'organismo territoriale, in occasione di fasi preliminari di qualificazione "a concentrazione", stabilire formule degli incontri e durate di gara diverse, compatibili con il numero di squadre partecipanti ed il tempo di disponibilità degli impianti.

Impianti e attrezzature	<p>È ammesso qualsiasi impianto in possesso delle seguenti dimensioni:</p> <ul style="list-style-type: none">• minime: 12 m di larghezza e 20 m di lunghezza.• massime: 15 m di larghezza 28 m di lunghezza e (campo da basket).
--------------------------------	--

La **linea dell'area** (tracciata orizzontalmente, parallela alla linea di fondo) dista **5 m** dalla porta.

Le **porte** di gioco, con palo rotondo o quadrato, possono essere in legno, lega leggera o in ferro delle dimensioni di **2 m** di altezza e di **3 m** di larghezza e con diametro o sezione quadrata di **8 cm** per lato e devono essere messe in sicurezza.

Possono essere utilizzate anche porte di tipo gonfiabile e di tipo SMILE-ITA (pali e traversa di nastro e struttura reggente composta da tubicini telescopici).

Ogni squadra dovrà presentarsi alle gare con almeno una palla n° 1. (preferibilmente tipo soft).

Terreno di gioco È ammesso qualsiasi impianto in possesso delle seguenti **dimensioni minime: 12 m** di larghezza e **20 m** di lunghezza.
La linea dell'**area** è definita da una linea parallela alla linea di porta distante **5 metri**.
Vengono definite due zone di cambio che vanno dalla linea dell'area di porta a quella di metà campo.

Regole di base Viene sorteggiato il campo di gioco. La gara inizia con la palla la scelta dopo lancio della monetina da parte dell'arbitro

Dopo la segnatura di una rete il gioco riprende direttamente con la rimessa del portiere.

Regole di gioco particolari:

Si possono:

- effettuare fino a 3 passi senza dover palleggiare;
- si può trattenere la palla sino a 3 secondi prima di passare o tirare;
- alla ripresa del gioco, dopo le punizioni e le rimesse in gioco del portiere si deve rispettare la distanza di tre metri dal punto dove viene effettuata la rimessa.
- Il **tiro franco** da eseguire a ridosso della linea dell'area, va eseguito passando la palla in direzione del centro campo.

ATTENZIONE: allo scopo di favorire le collaborazioni tra i giocatori è consentito eseguire **un solo palleggio** della palla durante il possesso di palla di un giocatore, per cui il secondo palleggio sarà considerato infrazione di gioco.

Sanzioni e penalizzazioni

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- **ammonizione** (cartellino giallo): è consentita una sola ammonizione alla giocatrice/tore e 3 ammonizioni alla squadra.
- **esclusione** : di 1 minuto. Massimo tre volte per ogni giocatrice/tore. Dopo la terza esclusione, la/o stessa/o atleta, viene squalificata/o e non può più rientrare in campo. Dopo ogni esclusione o espulsione un suo compagno può entrare immediatamente in gioco per sostituirlo.

È **obbligatorio** che ogni componente della squadra debba giocare almeno un tempo di gioco. Il mancato rispetto di questa norma comporta la perdita della partita

Indicazioni tecniche

Il gioco deve stimolare nel ragazzo capacità di iniziativa, pertanto sono da **evitare** organizzazioni difensiva su una linea sola e marcatura individuale allo scopo di isolare un singolo avversario. È assolutamente vietato il GIOCO VIOLENTO. Il contatto fisico deve permettere di fermare l'avversario senza arrecare danni alla persona.
Interventi di gioco violenti dovranno essere prontamente sanzionati.

Abbigliamento

Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello delle/dei compagne/i di squadra e delle/gli avversarie/i; la numerazione consentita è libera.

Criteri di classifica

Il risultato finale è dato dalla somma delle reti realizzati in tutti i tempi.

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

- 1) risultati conseguiti negli incontri diretti;
 - 2) differenza reti negli incontri diretti;
 - 3) differenza reti complessiva (reti realizzate e reti subite);
 - 4) maggior numero di reti realizzate;
- squadra con l'età media più bassa (squadra più giovane).

Nel caso di **parità** in gare ad eliminazione diretta, al termine della gara, vengono tirati 5 rigori per squadra. Se il risultato resta ancora in parità si prosegue ad oltranza con i rigori.

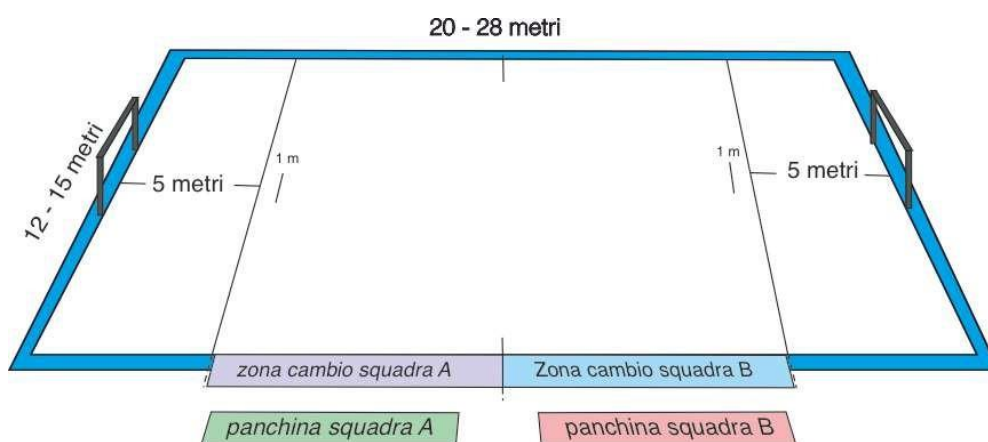
Norme generali Per quanto non espressamente indicato, si fa riferimento al Progetto tecnico dei Campionati Studenteschi e al regolamento tecnico della F.I.G.H.

DIMENSIONI DEL CAMPO:

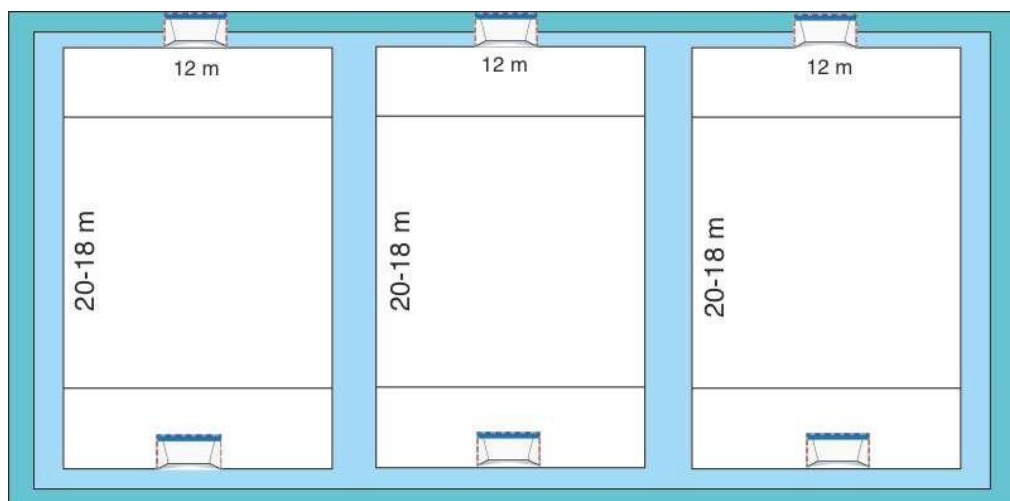
Misure per un campo longitudinale: 28 lunghezza – 15 larghezza (campo da basket)

Misure per campi trasversali: 20 lunghezza – 12 larghezza

Disposizione di un campo longitudinale



Disposizione di campi trasversali paralleli



COMPETIZIONI SPORTIVE SCOLASTICHE 2024/2025

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL (PALLAMANO)

Il terreno di gioco

È un rettangolo lungo 20-28 m e largo 12 -15 suddiviso in una zona di gioco e due aree di porta.
La superficie di gioco deve essere omogenea e di vario tipo (legno, plastica, cemento).
Le zone di sicurezza attorno al terreno di gioco devono essere di 1-3 m.
Le aree di porta hanno una profondità di 5m.

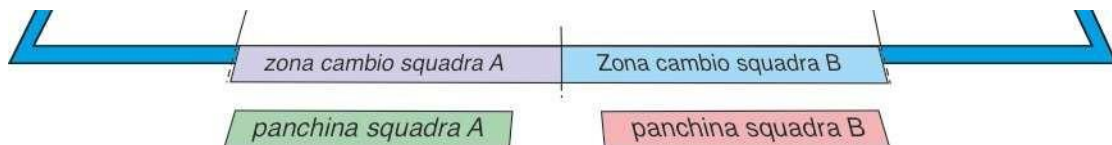
La porta

La porta ha una forma rettangolare con la larghezza di 3 m. e l'altezza di 2 m
Le porte, dotate di rete, possono essere di legno, lega leggera o ferro, gonfiabili e SMILE-ITA. Devono essere ancorate al terreno



Zona di cambio

Corrispondono alla metà campo davanti alle rispettive panchine. Esse vanno dalla linea dell'area di porta fino alla linea di centro campo. Le panchine sono sullo stesso lato del campo



La palla

La palla è di taglia 1: peso 290/330 gr. e circonferenza 50/52 cm.
Possibilmente di tipo soft

La squadra

- È composta da 8 elementi.
- In campo vengono schierati 4 giocatrici/tori, gli altri restano **SEDUTI** nella zona di cambio.
- Durante tutta la gara la squadra può sostituire il portiere con un giocatore di campo per le azioni di attacco. Solo il giocatore con la maglia da portiere può agire anche all'interno della propria area di porta.
- Un giocatore di campo può sostituire il portiere e viceversa indossando la divisa adeguata.

Tempi di gioco

La gara si gioca su 4 tempi della durata di 6'.
Sono previsti due intervalli di 1' tra il 1° e 2° e tra il 3° e 4° tempo e un intervallo di 5' tra il 2° e il 3° tempo, con inversione del terreno di gioco.

Equipaggiamento

Le divise di gioco devono essere dello stesso colore.

Quella del portiere deve essere diversa sia da quella dai compagni che degli avversari.
La numerazione consentita è libera.

Sostituzioni

Si effettuano in qualsiasi momento senza l'autorizzazione dei direttori di gara. Il giocatore entra in campo dopo che il compagno ha lasciato il terreno di gioco

Portiere

Può:

- toccare la palla con qualsiasi parte del corpo con intenzione difensiva e muoversi all'interno dell'area di porta senza restrizioni regolamentari.
- abbandonare l'area di porta quando non è in possesso di palla e giocarla nell'area di gioco



Non può:

- rientrare nell'area di porta con la palla
- Dopo che ha lanciato la palla ad un compagno, non può riprenderla, prima che non l'abbia toccata un altro giocatore

Trattamento di palla

È permesso:

- lanciare, prendere, fermare, spingere o colpire la palla con le mani (aperte o chiuse), le braccia, la testa, il tronco, le cosce e le ginocchia;
- palleggiare con una mano, (**max 1 rimbalzo**);
- passarsi la palla da una mano all'altra;
- giocare la palla in ginocchio, da seduti o sdraiati.

Non è permesso:

- trattenerne la palla per più di 3";
- eseguire più di 3 passi con la palla tra le mani;
- riprendere il palleggio dopo averlo interrotto
- palleggiare più di 1 volta;
- toccare la palla più di una volta salvo che nel frattempo non abbia toccato il suolo, un altro giocatore o la porta.
- L'errata ricezione non è penalizzata.

Rimessa del portiere (rinvio)

Si esegue quando:

- un avversario entra nell'area di porta;
- dopo una rete
- il portiere controlla la palla nell'area di porta
- la palla esce dal fondo campo toccata dal portiere o da un avversario
- viene considerata eseguita quando la palla, giocata dal portiere, esce dall'area di porta
- se il portiere deve essere sostituito, prima di uscire deve eseguire la rimessa

Falli e condotta antisportiva

È permesso:

- usare le braccia e le mani per bloccare la palla
- usare la mano aperta per togliere la palla dalle mani dell'avversario;
- usare il proprio corpo per sbarrare la strada all'avversario;
- usare le braccia flesse per controllare e seguire i movimenti dell'avversario.

È vietato:

- colpire o strappare la palla dalle mani dell'avversario;
- bloccare o stratonare l'avversario;
- cinturare, trattenere, spingere, correre
- interferire, ostacolare o mettere in pericolo l'avversario.

Rimessa in gioco

Si esegue:

- quando la palla esce lateralmente o dal fondo se toccata per ultimo da un difensore.
- nel punto dove è uscita,
- o dalla linea dell'area di porta con passaggio verso il centro se esce dal fondo (se toccata dal difensore) o lateralmente dell'area di porta.

Tiro di punizione (tiro franco)

Si esegue nel punto dove è stata commessa l'infrazione o il fallo dalla squadra avversaria. Se ci si trova vicino alla linea dell'area di porta si esegue un passaggio verso il centro. Gli avversari devono posizionarsi alla distanza di 3 m. dal tiratore.

Punteggio

Quando la palla entra in porta viene sempre assegnato un punto in favore della squadra avversaria.

Esito della gara

Al termine dell'incontro la somma delle reti determina il punteggio che può essere di parità o a favore di una delle due squadre.



Tiro dai 6 m. (rigore)

È assegnato quando

- si interrompe una chiara occasione di rete
- irregolarmente (su tutto il terreno di gioco)
- l'interferenza di una persona esterna (fischio, intervento...)
- il tiratore si posiziona con un piede nei pressi della linea non deve né toccarla dei 6 m e non può, né superarla, né toccarla. Al fischio può tirare in porta
- tutti gli altri giocatori devono stare ad una distanza di 3 m. dal punto di esecuzione



Nota: la linea dei 6m (lunga 1 m.) viene tracciata di fronte alla porta ad 1 m. dalla linea dell'area di porta

Sanzioni e penalizzazioni

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- **Ammonizione** (cartellino giallo)
- È consentita una sola ammonizione al giocatore e 3 alla squadra;
- **Esclusione dal gioco è di 1'.**
 - sono ammesse al massimo tre esclusioni per ogni giocatore. Dopo la terza esclusione l'atleta è squalificato e non può più rientrare in campo.
 - chi subisce l'esclusione deve immediatamente abbandonare il terreno di gioco.
 - chi è **squalificato** non può più rientrare.
 - il giocatore sanzionato viene immediatamente sostituito in campo da un altro giocatore. Se non vi sono sostituti, il gioco prosegue con un giocatore in meno.



Inizio Gara

Si sorteggia il terreno di gioco. Nel terzo tempo le squadre cambiano il terreno di gioco.

Il sorteggio effettuato dall'arbitro, con lancio della monetina, determina la squadra che inizierà il gioco con il possesso di palla.

