SPORT IN REGOLA

CALCIO A 5

Edizione valida esclusivamente per l'attività provinciale del Centro Sportivo Italiano Comitato di Bergamo

Stagione Sportiva 2017/2018

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

SPORT IN REGOLA

Art. 1 Regolamento tecnico di gioco
1. Le norme tecniche per il calcio a cinque della presente sezione integrano le Norme per l'Attività Sportiva.
2. Per il Regolamento Tecnico di gioco si fa riferimento all'edizione propria del Csi di Bergamo.

Art. 2 Categorie di età e tempi di gioco
1. Le categorie d'età degli atleti partecipanti alle gare sono fissate annualmente dal Consiglio Provinciale e pubblicate sulla Programmazione.

Art. 3 Tempo di attesa
1. Il tempo di attesa per tutte le categorie è fissato in 10 minuti.

Art. 4 Partecipanti alla gara
1. Le squadre di calcio a cinque sono composte da una massimo di 14 giocatori dei quali cinque partecipano alla gara e gli altri fungono da riserve.

Art. 5 Abbigliamento degli atleti
1. Tutti gli atleti, sia titolari sia riserve, devono indossare un abbigliamento uniforme con una numerazione individuale. I portieri devono indossare una maglia di colore diverso da quella dei compagni. E' obbligatorio l'uso dei parastinchi.

Art. 6 Distinta dei partecipanti alla gara
1. La distinta dei giocatori deve riportare la denominazione della squadra, quella della squadra avversaria, la data, l'orario e il luogo dove si disputa la gara.
2. Dei giocatori va trascritto il numero di maglia, cognome e nome, anno di nascita, numero di tessera CSI. Vanno pure segnalati nell'elenco, prima della consegna dello stesso all'arbitro della gara, i giocatori che svolgono il ruolo di capitano e di vicecapitano.
3. Nella distinta dei partecipanti vanno trascritti, inoltre, i dirigenti accompagnatori (nella misura massima di tre), indicando di ciascuno il cognome e nome, numero di tessera CSI e la persona addetta all'utilizzo del defibrillatore.

Art. 7 Integrazione degli elenchi
1. Se una squadra, a parte i titolari, non abbia presenti altri giocatori, potrà iscrivere le eventuali riserve prima dell'inizio della gara, sulla distinta presentata all'arbitro. I giocatori ritardatari, segnati sulla distinta, potranno entrare in campo in qualsiasi momento previa identificazione da parte dell'arbitro.
2. Nel caso una squadra si presenti in campo con meno di 5 giocatori, è opportuno che la stessa trascriva sulla distinta solo i nominativi dei presenti poiché avrà sempre la possibilità di completare fino a 5, il numero dei giocatori. L'arbitro dovrà provvedere all'identificazione degli stessi al loro ingresso sul terreno di gioco ed al completamento di tutte le copie della distinta.

Art. 8 Palloni per la gara
1. In tutte le gare, la squadra prima nominata deve mettere a disposizione dell'arbitro almeno 2 palloni e la squadra seconda nominata almeno 1 pallone; tutti i palloni messi a disposizione devono essere regolari ed utilizzabili.
2. L'arbitro darà comunque inizio alla gara anche se non tutti i palloni previsti saranno messi a disposizione. Qualora non fosse disponibile neanche un pallone, l'arbitro non potrà dare inizio alla gara e segnerà quanto avvenuto sul rapporto di gara.
3. In questi casi le squadre verranno considerate rinunciatarie con le modalità di cui all'articolo 63 comma 1 delle Norme per l'Attività Sportiva con esclusione della sanzione prevista al comma b (punto di penalizzazione).

Art. 9 Sopravvenuta indisponibilità del pallone di gioco

1. Se durante la disputa d'una gara venga a mancare il pallone di gioco e non sia possibile reperirne un altro, la gara verrà sospesa e saranno assunti i seguenti provvedimenti:
a) se ambedue le squadre hanno messo a disposizione i loro palloni e gli stessi nel corso della gara si sono rovinati o sono andati smarriti, la gara stessa verrà ripetuta;
b) se una delle due squadre non ha messo a disposizione il numero di palloni previsto e i palloni messi a disposizione dall'altra squadra si deteriorino o vengano smarriti, la gara verrà sospesa e data persa alla squadra in difetto con le modalità previste per le squadre che si vengano a trovare con un numero insufficiente di atleti in campo.
2. Tuttavia, se risultasse che uno dei palloni o l'unico pallone disponibile sia stato deteriorato o smarrito per dolo, l'arbitro annoterà quanto avvenuto nel rapporto di gara e la gara può essere data persa, a giudizio dell'Organo giudicante, alla squadra che ha posto in essere tale tentativo di frode.

Art. 10 Ingresso sul campo di gioco

1. Qualche minuto prima dell'orario fissato per l'inizio della gara l'arbitro inviterà i partecipanti ad entrare in campo.
2. L'arbitro, accompagnato dei giocatori titolari si schiererà su file parallele al centro del campo. I giocatori schierati saluteranno il pubblico; i rispettivi capitani si saluteranno e procederanno con l'arbitro al sorteggio del campo.

Art. 11 Numero minimo di giocatori per dare inizio ad una gara

1. Fermo restando quanto previsto dal precedente articolo 4, ogni squadra per poter iniziare la gara deve essere composta da un numero minimo di 3 giocatori.

Art. 12 Sostituzione di un arbitro ufficialmente designato

1. In caso di assenza dell'arbitro designato, si procederà secondo quanto previsto dagli articoli 51 e 52 delle Norme per l'Attività Sportiva. Espletate tutte le formalità pre-gara, si aspetterà l'arbitro per tutta la durata del tempo d'attesa.
2. Se arriva in campo entro tale termine, l'arbitro darà subito inizio alla gara facendo automaticamente proprie tutte le eventuali decisioni prese sino a quel momento dai suoi collaboratori.
3. Qualora, invece, allo scadere del tempo d'attesa l'arbitro non fosse ancora arrivato in campo, le squadre, relativamente alle categorie giovanili e Femminile saranno obbligate ad accordarsi per la scelta di una persona che diriga la gara. La scelta di colui che dovrà dirigere l'incontro spetta per prima alla squadra ospitante. Qualora entrambe le squadre non riuscissero a trovare una persona che possa dirigere l'incontro, i provvedimenti disciplinari del caso saranno imputabili solo alla squadra prima nominata.
4. Per tutte le altre categorie tale regola è da intendersi come auspicabile ma non obbligatoria.
5. In nessun caso è previsto un rimborso da parte del Comitato Csi per la mancanza dell'arbitro designato.

Art. 13 Persone ammesse nel campo di gara

1. Non possono sostare nel "recinto di gioco" persone non tesserate e non riconosciute dal Direttore di gara.
2. Oltre agli atleti nel numero indicato al precedente art. 4 è consentito per ciascuna delle due squadre, l'ingresso sul terreno di gioco dei dirigenti accompagnatori, purché regolarmente tesserati. In caso di mancanza dell'accompagnatore ufficiale, tale funzione potrà essere svolta da un atleta. In questo caso l'atleta, pur continuando ad essere presente tra i giocatori a disposizione, segnalerà il proprio nome anche nell'apposito spazio della distinta riservato all'accompagnatore ufficiale. Il dirigente designato rappresenta, a tutti gli effetti, la società sportiva.
3. Durante lo svolgimento delle gare le persone ammesse nel campo di gioco devono stare ai posti loro assegnati e non intralciare in nessun modo e per nessuna ragione lo svolgimento della gara.
4. I giocatori di riserva non possono indossare la tenuta di gioco della squadra per evitare di confondersi con i compagni che sono sul campo.
5. In particolare, è necessario osservare le seguenti norme: i dirigenti, i tecnici e i giocatori di riserva devono stare nella panchina o nel posto loro assegnato. Dovendo entrare in campo, si avvicineranno ai bordi del terreno di gioco per effettuare la sostituzione volante.
6. I giocatori di riserva possono riscaldarsi nel corso della gara se l'impianto ha lo spazio a ciò appositamente destinato; al momento di entrare in campo devono stare pronti nella "zona di sostituzione" secondo le modalità prescritte dal Regolamento Tecnico.

Art. 14 Provvedimenti disciplinari prima dell'inizio della gara

1. Qualora lo ritenga necessario l'arbitro può assumere dei provvedimenti disciplinari nei confronti dei giocatori, dei dirigenti e dei tecnici partecipanti alla gara anche prima del suo inizio. In particolare in questa occasione possono essere comminate, in base alla gravità del fatto, l'ammonizione o l'esclusione dalla partecipazione alla gara che equivale all'espulsione.
2. Non è possibile reintegrare nell'elenco un giocatore espulso prima dell'inizio dalla gara.

Art. 15 Sostituzioni dei giocatori

1. Ogni squadra potrà effettuare sostituzioni "volanti", in numero illimitato, durante l'intera durata della gara così come indicato nel regolamento tecnico di gioco.
2. Il giocatore espulso non può più prendere parte alla gara e non può sedere sulla panchina dei sostituti. La sua sostituzione può essere fatta subito. Il sostituto dell'espulso deve entrare nel rettangolo di gioco con il consenso dell'arbitro a gioco fermo.

Art. 16 Numero insufficiente di atleti durante una gara

1. Se una squadra si viene a trovare con un numero di atleti insufficiente per proseguire la gara l'arbitro decreterà la fine della partita e segnalerà il tutto nel rapporto di gara.

Art. 17 Time-out

1. Ogni squadra, per ciascuno dei due tempi di gioco, può chiedere una sospensione della durata di 1 minuto ciascuna. Tali sospensioni del gioco possono essere richieste dall'allenatore presente in panchina o, in mancanza, solo ed esclusivamente dal capitano della squadra.

Art. 18 Squalifiche automatiche

1. I giocatori espulsi debbono comunque ritenersi squalificati per almeno un turno di gara, fatte salve eventuali ulteriori sanzioni assunte dall'Organo giudicante, da scontarsi nella prima gara ufficiale successiva.
Resta inteso che il giocatore soggetto a tale provvedimento non potrà, nel frattempo, partecipare a nessuna gara, anche se in squadre o categorie diverse.

Art. 19 Squalifiche per somma di ammonizioni

1. Ai giocatori che abbiano ricevuto, anche nel corso di gare di categorie diverse, quattro ammonizioni viene irrogata la squalifica per un turno di gara.
2. La squalifica per somma di ammonizioni va scontata:
- nella squadra in cui si è ricevuta l'ammonizione o la sanzione che ha fatto scattare la squalifica stessa;
- nel primo turno di gara (trofei ufficiali, recuperi, anticipi) successivo alla pubblicazione sul comunicato ufficiale (mercoledì mattina).
Fino a che l'atleta non avrà scontato la squalifica non potrà prendere parte a nessuna gara in squadre o categorie diverse.

3. Dopo la prima squalifica per somma di ammonizioni, le ulteriori squalifiche per recidività scaleranno nell'ordine: 3, 2, 1.

Art. 20 Turno di gara

1. Con l'indicazione di "turno di gara" si intendono tutte le gare relative ad una singola giornata di calendario, programmate nel lasso di tempo stabilito dai regolamenti tecnici e precisamente tutte le partite che si svolgono da lunedì a sabato
Gli eventuali anticipi e/o recuperi sono da considerare un "turno di gara"

Art. 21 Modalità per i tiri di rigore

1. Nelle gare che prevedono la designazione della squadra vincitrice tramite i tiri di rigore, direttamente o dopo la disputa dei tempi supplementari, si utilizzerà il seguente sistema: prima una serie di cinque poi, se il risultato fosse ancora in parità, ad oltranza.
2. Ai tiri di rigore sono ammessi tutti i giocatori presenti in distinta, ivi compresi quelli momentaneamente assenti dal terreno di gioco col permesso dell'arbitro, purché non espulsi.
3. Durante l'esecuzione dei rigori qualunque giocatore può scambiare il ruolo con il portiere della propria squadra.
4. Se, al termine della gara e prima dell'inizio dei tiri di rigore, una squadra ha un numero di calciatori maggiore di quello della squadra avversaria, deve ridurre gli stessi al pari della squadra avversaria comunicando al direttore di gara il numero di maglia dei giocatori esclusi dai rigori. Gli stessi potranno abbandonare il terreno di gioco o sostare al suo interno in posizione tale da non intralciare il proseguo del gioco.
5. Il sistema prevede le seguenti procedure:
a) al fischio finale, l'arbitro sceglie la porta dove battere i rigori ed effettua, coi capitani delle squadre, il sorteggio per l'ordine con cui tirare i rigori; chi vince il sorteggio decide se eseguire il primo o il secondo tiro.
b) i capitani delle squadre comunicano all'arbitro i 5 calciatori che tireranno i primi 5 rigori col relativo ordine di battuta;
c) i giocatori presenti sul campo si porteranno al centro del campo;
d) seguendo l'ordine comunicato all'arbitro, i giocatori individuati per battere i rigori effettueranno il loro tiro e raggiungeranno quindi i propri compagni;
e) se prima che entrambe le squadre abbiano battuto cinque tiri, una delle due avrà segnato più reti di quante potrebbe segnarne l'altra, qualora completasse la propria serie di cinque, l'esecuzione dei tiri deve cessare;
f) se al termine della serie di cinque calci di rigore, permanesse ancora la parità, si procederà a tirare i rigori ad oltranza fino a quando, a parità di tiri eseguiti, una delle due squadre non si trova in vantaggio;
g) ciascun giocatore può battere soltanto uno dei rigori della prima serie di cinque; se si prosegue ad oltranza ciascun giocatore, compresi quelli che hanno tirato uno dei rigori della prima serie, può tirare un'altra volta soltanto dopo che tutti i suoi compagni, compreso il portiere, abbiano effettuato un tiro.
6. Non è possibile produrre reclamo nel caso in cui la procedura dell'effettuazione dei calci di rigore sia stata effettuata diversamente da come previsto.

Art. 22 Risultato tecnico e ripetizione di una gara

1. La perdita della gara deliberata dagli Organi giudicanti è determinata col punteggio di 0-6.
2. Il punteggio ottenuto come risultato tecnico va conteggiato nei gol realizzati della classifica generale.
3. Qualora una gara sospesa dovesse essere recuperata, la stessa inizierà ex novo, dal punteggio di 0-0.

Art. 23 Modalità per la compilazione delle classifiche

1. Per ogni gara vengono assegnati i seguenti punti validi per la classifica:
3 punti alla squadra che vince la partita;
1 punto ad entrambe le squadre in caso di pareggio;
0 punti alla squadra che perde la partita.
2. Nelle gare ad eliminazione diretta passa il turno la squadra che vince la gara a prescindere dalle modalità con cui la vittoria è stata conseguita (vittoria sul campo, vittoria dopo i tempi supplementari, vittoria ai rigori).

Art. 24 Parità in classifica

1. Qualora vi sia in competizione un unico titolo sportivo di vincente campionato, di promozione e di retrocessione tra due squadre, si procederà all'effettuazione di una gara di spareggio in campo neutro.
2. In caso di parità fra tre o più squadre, si procederà preliminarmente alla compilazione di una "classifica avulsa" fra le squadre interessate tenendo contro nell'ordine: dei punti conseguiti negli incontri diretti; della differenza reti negli incontri diretti, della classifica disciplina.
In caso di assegnazione di un unico titolo sportivo, esso è disputato mediante gara di spareggio tra le squadre meglio classificate e mediante gara di spareggio tra la squadre peggio classificate se si tratta di retrocessione.
3. In caso di assegnazione di più titoli sportivi, essi sono assegnati direttamente in base alla graduatoria risultante dalla classifica avulsa, salvo l'ultimo titolo disponibile che è disputato mediante gara di spareggio.

Art. 25 Criteri per definire la migliore posizione in classifica nello stesso girone

1. Nei gironi interessati alle fasi finali, in caso di parità tra più squadre, verranno stilate le posizioni di classifica secondo i seguenti criteri:
- fra due squadre: punti ottenuti negli incontri diretti, differenza reti negli incontri diretti, differenza reti generale, coppa disciplina, sorteggio.
- fra tre o più squadre: classifica avulsa fra le squadre interessate tenendo conto nell'ordine: punti conseguiti negli incontri diretti, differenza reti negli incontri diretti, classifica disciplina, sorteggio.

Art. 26 Criteri per definire la migliore posizione in classifica tra gironi diversi

1. Per la scelta delle squadre meglio classificate tra gironi diversi, si terrà contro nell'ordine: della media punti (punti fatti/partite disputate), della differenza reti, del numero di reti segnate, della coppa disciplina, del sorteggio.

Art. 27 Società partecipanti con più squadre nella stessa categoria

1. Esclusivamente per i Campionati Provinciali è consentito il libero scambio dei giocatori tra le diverse squadre della medesima società, salvo che le stesse partecipino entrambe al "Gruppo A".

Art. 28 Impianto di gioco

1. È obbligatorio avere a disposizione settimanalmente un impianto sportivo regolamentare coperto con le seguenti misure: larghezza da mt. 15,00 a mt. 22,00, lunghezza da mt. 28,00 a mt. 42,00.
2. La Commissione Calcio si riserva di accettare l'iscrizione di squadre con impianti non del tutto corrispondenti alle misure indicate in caso di partecipazione ai campionati di Gruppo C, D e E previa una visita all'impianto per verificarne le condizioni di corretta praticabilità. Per i Gruppi A e B le suddette misure sono da ritenersi obbligatorie.

Art. 29 Orari di gioco

1. L'orario di gioco deve essere fissato:
- da lunedì a venerdì: tra le ore 20,00 e le ore 21,00.
- il sabato pomeriggio sono accettate solo iscrizioni di squadre abbinate il cui orario d'inizio dovrà essere stabilito tra le ore 18,00 e le ore 20,00.

Tali limitazioni potranno non valere in caso di abbinamento di più gare. È fatto obbligo alle squadre che utilizzano la stessa palestra di fissare giorni ed orari abbinati.
2. Le società devono indicare nel modulo di iscrizione di ogni singola squadra l'orario ed il giorno ufficiale delle partite casalinghe, valido per tutta la stagione sportiva. Nello stesso modulo devono essere indicate, molto chiaramente, eventuali richieste di alternanze o abbinamenti.

Art. 30 Norme Particolari

OVER

1. L'età minima di partecipazione al torneo è di 30 anni. È comunque concesso di poter schierare in distinta ed utilizzare in campo, in ogni incontro, un massimo di 2 giocatori di età inferiore (comunque superiore ai 18 anni).

Art. 31 Norme particolari Csi/Figc

1. È liberamente consentita la partecipazione contemporanea ai campionati ed ai tornei ufficiali Csi e Figc ad atleti tesserati per la medesima società, purché partecipanti ai campionati Figc Calcio a 5 di Serie C o di categoria inferiore.
2. I tesserati Figc partecipanti ai campionati di prima, seconda e terza categoria possono disputare contemporaneamente entrambi i campionati.
3. È consentito tesserare giocatori che, pur avendo partecipato ad attività ufficiale Figc per la stagione in corso, ottengano lo svincolo o vengano trasferiti ad altre società partecipanti contemporaneamente ai campionati Csi e Figc. (Relativamente alla sola categoria femminile non è consentita la partecipazione di atlete che partecipino ai campionati di Serie A e B).

SPORT IN REGOLA

CALCIO A 5

REGOLAMENTO DI GIOCO

Edizione valida esclusivamente per l'attività provinciale del Centro Sportivo Italiano Comitato di Bergamo

Stagione Sportiva 2017/2018

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

SPORT IN REGOLA

REGOLA 1

IL RETTANGOLO DI GIOCO

1. Dimensioni
Il rettangolo di gioco deve avere una lunghezza da m.28,00 a 42,00 e una larghezza da m.15,00 a 22,00. In ogni caso la lunghezza deve essere maggiore dalla larghezza.

2. Segnatura
Il rettangolo di gioco, in conformità alla pianta (pag. 16), deve essere segnato con linee chiaramente visibili. I lati maggiori del rettangolo sono denominati "linee laterali", quelli minori "linee di porta". Attraverso il rettangolo per tutta la sua larghezza deve essere tracciata la "linea mediana". Nel centro deve essere chiaramente segnato un punto intorno al quale deve essere tracciata una circonferenza avente il raggio di m.3.

3. Area di rigore
Da entrambe le linee di porta, facendo centro in ciascun palo e con un raggio di m.6, devono essere tracciati, all'interno del rettangolo, due quarti di circonferenza, congiunti da una retta, parallela alla linea di porta, lunga m.3. Lo spazio racchiuso tra queste linee e quella di porta è denominato "area di rigore". Le misure dell'area di rigore possono essere eventualmente ridotte in funzione delle dimensioni del terreno di gioco.

4. Punto del calcio di rigore
A distanza di m.6 dal centro di ciascuna linea di porta, misurato lungo una linea immaginaria, perpendicolare ad essa, deve essere segnato in modo chiaramente visibile un punto, denominato "punto del calcio di rigore".

5. Rettangolo di gioco
Deve essere piano, liscio e privo di asperità. È raccomandato l'uso di ricopertura in legno o in materiale sintetico. Non è consentito giocare sul cemento.

6. Le porte
Al centro di ciascuna linea di porta devono essere collocate le porte, costituite da due pali verticali, equidistanti dagli angoli e distanti tra loro (all'interno) m.3 e di un'altezza di metri 2. Il palo e la sbarra trasversale devono avere lo stesso spessore di cm.8.

REGOLA 2

IL PALLONE

1. Il pallone deve essere sferico. Il suo involucro esterno deve essere di cuoio o di altro materiale approvato. Per la sua confezione non è consentito l'uso di materiali che possano costituire pericolo per i calciatori.

2. Il pallone deve avere una circonferenza massima di cm.66 e minima di cm.62. All'inizio della gara esso deve avere il peso massimo di gr. 390 e minimo di gr.340 (pallone n.ro 4 a rimbalzo controllato).

3. Il pallone non può essere cambiato durante la gara, senza l'autorizzazione dell'arbitro.

4. La squadra di casa dovrà avere a disposizione almeno 2 palloni regolamentari, quella ospite almeno 1.

IN REGOLA SPORT

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

GUIDA PRATICA REGOLA 1

a. A che cosa serve la "linea mediana"?
La linea, parallela a quella di porta, serve a dividere in due parti uguali il rettangolo di gioco, ai fini della disposizione delle squadre per il calcio d'inizio e per la ripresa del gioco dopo la segnatura di una rete. Il portiere non può effettuare il rilancio del pallone oltre questa linea.

b. Può un arbitro rifiutarsi di dare inizio ad una gara se alle porte mancano le reti?
Le reti sono obbligatorie. In mancanza di esse l'arbitro deve astenersi dal dare inizio ad una gara ufficiale.

GUIDA PRATICA REGOLA 2

a. Come farà l'arbitro prima della gara ad accertarsi della regolarità del pallone?
Lo lascerà cadere da un'altezza di due metri, controllando che, il primo rimbalzo, non superi l'altezza di cm 65 e non sia inferiore a cm.55. Qualora la società ospitante non sia nelle condizioni di fornire il pallone che risponda alle caratteristiche suddette, si dovrà fare ricorso all'eventuale pallone offerto dalla società ospitata se conforme alle norme citate.

REGOLA 3

NUMERO DEI CALCIATORI

1. La gara deve essere giocata da due squadre, formate ciascuna da un massimo di 5 calciatori, uno dei quali nel ruolo di portiere.

2. Ogni squadra potrà indicare in distinta, e quindi utilizzare, un numero massimo di 14 giocatori.

3. Le sostituzione sono consentite a gioco fermo e su autorizzazione dell'arbitro. Un giocatore sostituito può partecipare nuovamente al gioco, sostituendo a sua volta un altro giocatore. Il sostituto deve entrare sul terreno di gioco solo dopo che il compagno sostituito è uscito.

4. I calciatori sostituiti, chiamati o meno a partecipare al gioco, sono sottoposti all'autorità ed alla giurisdizione dell'arbitro; la sostituzione si concretizza quando il sostituto entra nel rettangolo di gioco. Da quel momento egli diventa un calciatore titolare ed il compagno sostituito cessa di esserlo.

5. Il portiere può scambiare il proprio ruolo con qualsiasi altro calciatore, a condizione che l'arbitro ne sia preventivamente informato e che lo scambio dei ruoli avvenga durante un'interruzione di gioco.

6. Per dare inizio alla gara, ciascuna squadra deve essere composta da almeno 3 giocatori. Se, in conseguenza di espulsioni o di incidenti di gioco, il numero dei calciatori componenti una squadra si riduce a 2, la gara deve essere sospesa.

7. Prima dell'inizio di ogni gara il dirigente accompagnatore ufficiale deve presentare all'arbitro gli elenchi dei calciatori partecipanti. Gli elenchi delle squadre dovranno necessariamente indicare un capitano ed un vice capitano.

IN REGOLA

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

SPORT

GUIDA PRATICA REGOLA 3

a. Da quanti giocatori è formata una squadra?
Da un massimo di 14 calciatori, segnati in distinta, di cui 5 prendono parte effettiva al gioco.

b. Quanti calciatori debbono essere presenti sul rettangolo di gioco per iniziare o proseguire una gara?
Il numero di calciatori per ogni squadre dovrà essere almeno di tre.

c. Una squadra, avendo a disposizione tre calciatori, quindi in grado di iniziare la gara puntualmente, può chiedere all'arbitro di ritardare l'inizio per permettere ai ritardatari di unirsi ai compagni?
Si, perché è consentito, a favore della squadra, un termine di attesa pari a 10 minuti. L'arbitro non può imporre ad una squadra incompleta di iniziare il gioco se questa ha richiesto di far uso del tempo di attesa. Dei motivi del ritardo l'arbitro farà menzione nel referto di gara.

d. Una squadra inizia una gara non al completo, possono entrare sul rettangolo di gioco i calciatori ritardatari?
I calciatori ritardatari, se preventivamente inclusi in elenco, potranno, solo a gioco fermo, presentarsi dall'arbitro (il quale procederà alla loro identificazione) e quindi partecipare alla gara.
e. All'ora ufficiale d'inizio della gara non è presente alcuna squadra oppure ne è presente una solo. Quale sarà il termine di attesa?
Il tempo di attesa è di 10 minuti. Trascorso tale termine la gara non avrà luogo.

f. È prescritto che le squadre abbiano un capitano per l'intera durata della gara ?
Si, ed anche un vice capitano, che eventualmente lo sostituirà in caso di definitiva uscita dal recinto di gioco.

g. Quali sono i compiti del capitano?
Il capitano è responsabile nei confronti dell'arbitro e degli organi competenti della condotta dei propri calciatori che guida e disciplina. È dovere del capitano coadiuvare l'arbitro ai fini del regolare svolgimento della gara.

h. Nel caso in cui il capitano sia in panchina perché sostituito, chi ha il compito di rivolgersi all'arbitro per chiedere spiegazioni o chiarimenti?
Sempre e solo il capitano, in quanto essendoci le sostituzioni volanti può, in qualsiasi momento, entrare sul rettangolo di gioco sostituendo uno dei suoi compagni.

i. Quante sostituzioni sono previste per gara?
Le sostituzioni sono in numero illimitato: qualsiasi calciatore sostituito potrà a sua volta sostituire un altro giocatore.

l. Come si svolgono le sostituzioni dei calciatori?
Le sostituzioni dei calciatori si devono effettuare a gioco fermo e su consenso dell'arbitro.

m. Può un calciatore qualsiasi sostituire momentaneamente o definitivamente il portiere?
Si, a condizione che ne sia preventivamente informato l'arbitro, che vi sia il cambio di maglia e che la sostituzione avvenga a gioco fermo.

n. Può un portiere sostituito rientrare sul rettangolo di gioco e giocare da attaccante?
Si, purché sia avvisato l'arbitro e abbia una maglia di colore uguale a quella dei compagni.

REGOLA 4

EQUIPAGGIAMENTO DEI GIOCATORI

1. L'equipaggiamento obbligatorio di un calciatore è costituito da maglia, calzoncini, calzettoni, parastinchi e scarpe. Sono consentite soltanto scarpe di tela o di cuoio soffice oppure scarpe da ginnastica con suole di gomma o materiale similare. L'uso delle scarpe è obbligatorio.

2. Un calciatore non deve portare alcun oggetto pericoloso per se stesso e per gli altri calciatori.

3. Le maglie dei calciatori devono essere numerate ed ogni squadra deve portare maglie di colori differenti. Ogni calciatore della stessa squadra deve essere contrassegnato da un numero differente.

4. Al portiere è consentito indossare pantaloni lunghi. Egli deve indossare una maglia che consenta di distinguerlo facilmente dagli altri calciatori e dall'arbitro.

5. È obbligatorio l'uso dei parastinchi.

REGOLA 5

L'ARBITRO

1. Per la direzione di ogni gara deve essere designato un arbitro. La sua autorità e l'esercizio dei poteri che gli sono conferiti dalle regole del gioco iniziano nel momento in cui giunge nel luogo dove è ubicato il campo di gioco e cessano quando se ne sia allontanato definitivamente.

2. Il suo potere di infliggere punizioni si estende alle infrazioni commesse durante le interruzioni del gioco ed anche quando il pallone non è in gioco. Le sue decisioni per questioni di fatto relative al gioco sono inappellabili per quanto concerne il risultato della gara.

3. L'arbitro deve:
- imporre il rigoroso rispetto delle regole del gioco;
- astenersi dall'infliggere punizioni nei casi in cui ritiene che, facendolo, risulterebbe avvantaggiata la squadra che ha commesso l'infrazione;
- prendere nota dei fatti relativi al gioco avvenuti prima, durante e dopo la gara;
- fungere da cronometrista e garantire che il gioco abbia la durata regolamentare, prolungandolo per neutralizzare tutto il tempo perduto per incidenti o altre cause;
- avere il potere discrezionale di interrompere temporaneamente il gioco per qualsiasi infrazione alle regole, di sospendere temporaneamente la gara, oppure di decretarne la fine, ogni qualvolta lo ritenga necessario per l'inclemenza degli elementi atmosferici, l'intrusione di spettatori o altre cause. In tali casi deve trasmettere all'organo competente un referto particolareggiato.
- ammonire, dal momento in cui entra nel rettangolo di gioco, qualsiasi calciatore colpevole di condotta scorretta o antisportiva e, se recidivo, impedirgli l'ulteriore partecipazione al gioco.
- non tollerare che nel rettangolo di gioco entrino persone diverse dai giocatori e dai dirigenti, senza il suo consenso;
- interrompere il gioco se ritiene che un calciatore sia gravemente infortunato, farlo trasportare, appena possibile, fuori dal rettangolo di gioco e riprendere immediatamente dopo la gara. Se un calciatore subisce un lieve infortunio, il gioco non deve essere interrotto fino a quando il pallone non cessi di essere in gioco. Un calciatore in grado di portarsi oltre una linea perimetrale per ricevere cure di qualsiasi tipo, non deve essere soccorso nel rettangolo di gioco;
- espellere qualsiasi calciatore che, a suo giudizio, si renda colpevole di condotta gravemente scorretta o violenta, oppure pronunci frasi ingiuriose o volgari;
- dare il segnale di ripresa del gioco dopo ogni sospensione temporanea;
- decidere se il pallone fornito per la gara è conforme alle prescrizioni della Regola 2.

GUIDA PRATICA REGOLA 4

a. È consentito che calciatori partecipino al gioco senza maglia, senza calzoncini o con scarpe non regolamentari?
Se qualcuno dei calciatori dovesse trovarsi privo dell'uno o degli altri indumenti, l'arbitro lo inviterà ad uscire dal rettangolo di gioco per mettere in ordine il proprio equipaggiamento senza peraltro interrompere la gara per attendere il suo ritorno, a meno che ciò non si renda necessario per la mancanza del numero minimo di calciatori prescritto (tre). Il suo rientro avverrà durante un'interruzione del gioco dopo che lo stesso si sarà presentato all'arbitro che dovrà assicurarsi della regolarità del suo equipaggiamento.

GUIDA PRATICA REGOLA 5

a. Quali sono le condizioni per cui l'arbitro può considerare concluso anzitempo l'incontro, continuandone la direzione pro forma oppure sospendendolo definitivamente?
È nei poteri dell'arbitro astenersi dalla prosecuzione della gara in seguito al verificarsi di fatti o situazioni che, a suo giudizio, ritenga pregiudizievoli all'incolumità propria o dei calciatori, o che non gli consentano di dirigere la gara in piena indipendenza di giudizio, nonché di proseguirla pro forma, per fini cautelativi o di ordine pubblico. Prima di adottare tali eccezionali decisioni, l'arbitro, se le circostanze lo consentono, deve porre in essere tutte le misure disciplinari che sono in suo potere. Qualora le circostanze non lo consentano o i provvedimenti assunti non conseguano il ripristino delle condizioni di normalità, l'arbitro può, a suo insindacabile giudizio, sospendere definitivamente l'incontro o continuare la direzione pro forma al fine di evitare il verificarsi di eventi di maggiore gravità.
Tale decisione potrà essere comunicata, nel momento e nei modi più opportuni, ai dirigenti e deve essere specificata nel referto, precisando esaurientemente i motivi che l'hanno determinata, nonché il minuto esatto in cui la gara è stata ritenuta non più regolare.
Nella fattispecie la valutazione dei fatti ai fini del risultato della gara è demandata alla competenza degli organi giudicanti preposti.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

REGOLA 6

DURATA DELLA GARA

1. La gara deve essere suddivisa in due periodi eguali di 20 minuti ciascuno.

2. La durata dei tempi di gara deve essere prolungata per l'effettuazione di un calcio di rigore o per il tempo che l'arbitro giudicherà sia stato perduto a seguito di incidenti, trasporto di calciatori infortunati fuori dal rettangolo di gioco o per altre cause (Time out).

3. Le due squadre hanno la possibilità di richiedere un minuto di time out per ogni tempo di gara.

4. Se una squadra non ha richiesto il time out al quale aveva diritto nel primo tempo di gara, non lo potrà recuperare nel secondo.

5. L'intervallo, a metà gara, non deve superare i 5 minuti.

GUIDA PRATICA REGOLA 6

a. Che cosa è il time out?
Il time out è un'interruzione di gioco della durata di 1 minuto, accordato a gioco fermo dall'arbitro su richiesta del tecnico della squadra o del capitano.

b. Quanti time out possono essere accordati nel corso della gara?
Può essere accordato un time out per ciascun tempo di gara ad ogni squadra. Se una squadra nel primo tempo di gioco non usufruisce del time out non potrà richiederne due nel secondo tempo di gioco.

c. Quanto dura ciascun tempo supplementare in caso di spareggio?
La durata di un tempo supplementare in caso di spareggio è di 5 minuti.

REGOLA 7

CALCIO D'INIZIO E RIPRESA DEL GIOCO

1. All'inizio della gara la scelta del campo deve essere sorteggiata con una moneta: la squadra che vince il sorteggio sceglierà la porta contro cui attaccare. Al segnale dell'arbitro, la gara viene iniziata da un calciatore che batte un calcio piazzato, cioè calcia il pallone, fermo al suolo nel punto centrale dei rettangolo di gioco, in qualsiasi direzione. Tutti i calciatori delle due squadre devono trovarsi nelle rispettive metà del rettangolo di gioco e tutti quelli della squadra che non fruisce del calcio d'inizio devono restare ad una distanza non inferiore a metri 3 dal pallone fino a quando non sia stato giocato. Il pallone è da considerarsi in gioco quando viene toccato e si muove chiaramente. Il calciatore che batte il calcio d'inizio non può giocare nuovamente il pallone prima che lo abbia giocato o toccato un altro calciatore.

2. Dopo la segnatura di una rete il gioco deve essere ripreso nell'identico modo specificato nel paragrafo precedente, ad opera di un calciatore della squadra che ha subito la rete.

3. Dopo l'intervallo di metà gara le squadre devono invertire le rispettive metà del rettangolo di gioco ed il calcio d'inizio deve essere battuto da un calciatore della squadra opposta a quella che ha iniziato la gara.

4. Dopo ogni interruzione temporanea il gioco viene ripreso facendo cadere il pallone nel punto in cui si trovava al momento della interruzione, salvo che si trovasse in un'area di rigore, nel qual caso deve essere fatto cadere sulla linea di metri 6 nel punto più vicino a quello in cui si trovava. Il pallone deve essere considerato in gioco non appena tocca il suolo. Tuttavia, se oltrepassa interamente una linea laterale o di porta prima che lo abbia toccato un calciatore, l'arbitro deve ripetere la rimessa. Nessun calciatore può giocare il pallone prima che abbia toccato il suolo. Se tale prescrizione non viene rispettata l'arbitro dovrà ripetere la rimessa.

5. Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'inizio.

GUIDA PRATICA REGOLA 7

a. Su calcio d'inizio, a che distanza devono stare i calciatori della squadra che non usufruisce del calcio d'inizio?
I calciatori della squadra che non fruisce del calcio d'inizio devono trovarsi nella propria metà del rettangolo di gioco ad una distanza non inferiore a metri 3 dal pallone fino a quando questo non sia stato toccato.

b. Si può segnare una rete direttamente su calcio d'inizio?
Si, la rete è valida.

c. Quando si deve intendere validamente effettuata la rimessa da parte dell'arbitro? A quale distanza devono stare i calciatori?
Non appena il pallone tocca il suolo. Se un calciatore tocca o gioca il pallone prima che abbia toccato il suolo, la rimessa deve essere ripetuta. I calciatori possono stare a qualsiasi distanza, purché non ne impediscano l'effettuazione.

d. In quale punto l'arbitro effettuerà la propria rimessa, qualora all'atto dell'interruzione il pallone si trovi all'interno dell'area di rigore?
Premesso che l'arbitro deve far cadere il pallone nel punto in cui si trovava al momento dell'interruzione, se quest'ultima avviene all'interno dell'area di rigore la rimessa va effettuata sulla linea dei 6 metri, nel punto più vicino a quello in cui si trovava al momento dell'interruzione.

e. Su rimessa da parte dell'arbitro, dopo che il pallone ha toccato terra, un calciatore lo calcia direttamente in porta. La rete è valida?
Si, la rete è valida.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

REGOLA 8

PALLONE IN GIOCO E NON IN GIOCO

1. Il pallone non è in gioco:
- quando ha oltrepassato, sia in terra che in aria, una linea laterale o una linea di porta;
- quando il gioco è stato interrotto dall'arbitro.

2. Il pallone è in gioco in qualsiasi altro momento, dall'inizio alla fine della gara, inclusi i seguenti casi:
- se rimbalza nel rettangolo di gioco dopo aver colpito un palo o la sbarra trasversale della porta;
- se rimbalza sull'arbitro che si trova nel rettangolo di gioco;
- nel caso di una presunta infrazione alle regole del gioco, fino a quando l'arbitro non avrà assunto una decisione in merito.

3. Le linee fanno parte delle aree che delimitano. Di conseguenza le linee laterali e le linee di porta fanno parte del rettangolo di gioco.

4. Quando la gara è disputata al coperto, se il pallone accidentalmente tocca il soffitto, il gioco deve essere interrotto e successivamente ripreso con una rimessa laterale a favore della squadra opposta a quella che ha provocato l'interruzione.

GUIDA PRATICA REGOLA 8

a. Se un arbitro inavvertitamente, o per errore, emette un fischio, come dovrà regolarsi per la ripresa del gioco?
Riprenderà il gioco con una rimessa nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione.

IN REGOLA

REGOLA 9

SEGNATURA DI UNA RETE

1. Salvo le eccezioni previste dalle regole del gioco, una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente oltrepassato la linea di porta tra i pali e sotto la sbarra trasversale, sempre che non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante.

2. La squadra che avrà segnato il maggior numero di reti vincerà la gara. Se non è stata segnata alcuna rete o se le squadre avranno segnato un eguale numero di reti, la gara risulterà conclusa in parità.

GUIDA PRATICA REGOLA 9

a. Quando una rete dovrà considerarsi regolarmente segnata?
Quando il pallone, in condizioni regolamentari, ha interamente oltrepassato la linea di porta tra i pali e sotto la sbarra trasversale, a terra o per aria.

b. In quali casi una rete non sarà valida e come sarà ripreso il gioco?
Una rete non sarà valida quando è stata segnata:
- direttamente nella porta avversaria su rimessa dalla linea laterale e su calcio di punizione indiretto;
- per l'intervento di un corpo estraneo e suo contatto con il pallone o che interferisca nel gioco. Esso sarà ripreso con una rimessa da parte dell'arbitro nel punto in cui è stato toccato il pallone o dove lo stesso si trovava al momento dell'interruzione del gioco, salvo nel caso di esecuzione di un calcio di rigore che dovrà essere ripetuto.

c. Il portiere, dopo una parata efficace, può segnare una rete direttamente con le mani o con i piedi dall'interno della propria area di rigore?
Si, se il pallone tocca prima il suolo nella sua metà del rettangolo di gioco.

d. Il portiere su rimessa dal fondo può segnare una rete?
Si; se il pallone rimbalza nella sua metà campo la rete è valida.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

SPORT

REGOLA 10

FALLI E SCORRETTEZZE

1. Deve essere punito con un calcio di punizione diretto, accordato alla squadra avversaria nel punto in cui è stato commesso il fallo, un calciatore che commette intenzionalmente uno dei seguenti undici falli:
a. dà o tenta di dare un calcio all'avversario;
b. fa uno sgambetto all'avversario, cioè lo fa cadere o tenta di farlo cadere, sia usando le gambe sia curvandosi davanti o dietro di lui;
c. salta su un avversario;
d. carica un avversario in modo violento o pericoloso;
e. carica da tergo un avversario;
f. colpisce o tenta di colpire un avversario, oppure sputa contro di lui;
g. trattiene un avversario;
h. spinge un avversario;
i. carica un avversario con la spalla;
l. si lancia in scivolata tentando di giocare il pallone, toccando o no un avversario (il portiere può effettuare la scivolata solo all'interno della propria area di rigore). Si considerano scivolata l'azione in cui un giocatore tocca il terreno con qualsiasi parte del corpo (appoggiare il ginocchio a terra viene considerato scivolata) ed il gioco a terra.
m. tocca il pallone con la mano, cioè lo porta, lo colpisce o lo lancia con la mano o con il braccio (non si applica al portiere che si trova all'interno della propria area di rigore).

2. Se un calciatore della squadra difendente commette intenzionalmente, all'interno della sua area di rigore, uno dei suddetti undici falli, deve essere punito con un calcio di rigore, indipendentemente dalla posizione del pallone, se lo stesso è in gioco.

3. Deve essere punito con un calcio di punizione indiretto, accordato alla squadra avversaria nel punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che questa non sia stata commessa da un calciatore difendente all'interno della propria area di rigore, se un calciatore commette uno dei seguenti quattro falli:
a. gioca in modo considerato dall'arbitro pericoloso (per esempio, tenta di calciare il pallone quando questo è in possesso del portiere);
b. fa intenzionalmente ostruzione, cioè non giocando il pallone si interpone tra lo stesso ed un avversario, costituendo per questo un ostacolo;
c. carica il portiere, salvo quanto questi si trovi fuori dalla propria area di rigore;
d. da portiere, all'interno della propria area di rigore:
- si liberi del pallone (tenuto tra le mani), questo gli venga ritornato da un compagno ed egli lo controlli nuovamente con le mani;
- compia manovre che, a giudizio dell'arbitro, siano unicamente dettate dal proposito di ritardare il gioco, perdendo tempo, per dare uno sleale vantaggio alla propria squadra.

4. Un giocatore deve essere ammonito se:
- trasgredisce le regole del gioco;
- manifesta, con parole o con gesti, di dissentire con una qualsiasi decisione arbitrale;
- si rende colpevole di condotta scorretta;
- colpisce volontariamente il pallone con le mani, interrompendo un'importante azione d'attacco.

Per qualsiasi delle suddette infrazioni l'arbitro deve accordare un calcio di punizione indiretto, alla squadra avversaria, da battersi nel punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che si trovi nell'area di rigore. In tale caso il calcio di punizione deve essere battuto dalla linea dei 6 metri, nel punto più vicino a quello dove si trovava, il trasgressore. Tale sanzione viene inflitta in aggiunta all'ammonizione prescritta, a meno che non sia stata commessa una infrazione di maggiore gravità alle regole del gioco.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

GUIDA PRATICA REGOLA 10

a. È permesso ad un calciatore di caricare regolarmente un avversario di spalla?
No. La carica di spalla deve essere punita con un calcio di punizione diretto o di rigore, a seconda che il fallo sia avvenuto fuori o dentro l'area di rigore.

b. Un calciatore che si lancia in scivolata con il chiaro intento di intercettare il pallone giocato da un avversario deve essere punito?
Si. Con un calcio di punizione diretto o di rigore, a seconda del punto in cui è stato commesso il fallo.

c. Il portiere che si lancia in scivolata nella propria area di rigore con l'intento d'intercettare il pallone giocato da un avversario deve essere punito?
No. Solo il portiere può effettuate la scivolata (in area) purché non travolga il giocatore avversario.

d. Il calciatore espulso può partecipare nuovamente alla gara?
No. Il calciatore espulso deve abbandonare il rettangolo di gioco.

e. Può un calciatore espulso essere sostituito?
Si, la sostituzione può essere effettuata immediatamente dopo l'espulsione del giocatore.

f. Può il portiere, dopo una parata efficace, far rimbalzare il pallone con le mani all'interno della propria area prima di spossessarsene definitivamente?
No, non può farlo rimbalzare; se dopo averlo fatto rimbalzare lo riprende con le mani sarà accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria da punto, sulla linea dei 6 metri, il più vicino possibile a quello dove è stata commessa l'infrazione.

g. Può il portiere, dopo una parata efficace o su rimessa dal fondo, uscire dalla propria area di rigore giocando il pallone con i piedi?
No, deve sempre liberarsi del pallone con le mani.
Su parata efficace il portiere potrà con le mani passare il pallone a un suo compagno senza che questo esca dall'area di rigore, mentre su rimessa dal fondo dovrà con le mani lanciare il pallone a un proprio compagno il quale dovrà giocarlo fuori dalla propria area di porta; se il compagno dovesse intercettarlo prima che la palla esca dall'area si farà ripetere la rimessa dal fondo.

h. Può il portiere entrare in scivolata sul pallone nella propria area per effettuare una parata?
Si, purché nell'effettuare la parata, pur colpendo per primo il pallone, non travolga anche l'avversario. Nel caso questo avvenisse l'arbitro concederà un calcio di rigore alla squadra avversaria.

i. Un calciatore passa intenzionalmente con i piedi il pallone al proprio portiere il quale lo raccoglie con le mani, come si comporterà l'arbitro?
L'arbitro assegnerà alla squadra avversaria un calcio di punizione indiretto sulla linea dei 6 metri nel punto più vicino a quello in cui il portiere ha preso o toccato il pallone con le mani.

l. Quando è consentito al portiere prendere il pallone, toccato per ultimo da un suo compagno, con le mani nella propria area di rigore?
Quando gli pervenga per una deviazione involontaria di un compagno a seguito di un tiro o di un contrasto con l'avversario, o quando gli pervenga a seguito di un maldestro tiro di un compagno.

Un giocatore dovrà essere ammonito se impedisce una chiara occasione da rete o evita una rete certa.

5. Un calciatore deve essere espulso dal rettangolo di gioco se, a giudizio dell'arbitro:
- si rende colpevole di condotta gravemente scorretta;
- si rende colpevole di condotta violenta;
- pronuncia frasi ingiuriose o volgari;
- è passibile di una seconda ammonizione.

6. Se il gioco viene interrotto per espellere un calciatore colpevole delle infrazioni di cui ai primi due punti sopra indicati, senza che siano state commesse altre infrazioni alle regole del gioco, la gara deve essere ripresa con un calcio di punizione indiretto dal punto in cui si trovava il pallone, salvo che lo stesso si trovi nell'area di rigore. In tale caso il calcio di punizione indiretto deve essere battuto dalla linea dei 6 metri, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il calciatore colpevole.

7. Il calciatore espulso non può più prendere parte alla gara e non può sedere sulla panchina dei sostituti. La sua sostituzione può essere fatta subito. Il sostituto dell'espulso deve entrare nel rettangolo di gioco con il consenso dell'arbitro a gioco fermo.

REGOLA 11

CALCI DI PUNIZIONE

1. I calci di punizione sono distinti in:
a. calci di punizione diretti, per mezzo dei quali può essere segnata direttamente una rete contro la squadra che ha commesso il fallo;
b. calci di punizione indiretti, per mezzo dei quali una rete non può essere segnata se il pallone prima di entrare in porta, non sia stato toccato o giocato da un calciatore diverso da quello che ha battuto il calcio di punizione.

Quando un calciatore batte un calcio di punizione, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a metri 5 dal pallone fino a quando questo non sia stato giocato. Il pallone viene considerato in gioco quando è toccato e si muove.
Se un calciatore della squadra avversaria si avvicina a meno di metri 5 dal pallone, prima che il calcio di punizione sia stato battuto, l'arbitro potrà far ripetere l'esecuzione del calcio di punizione, fino a quando non sia stata rispettata la regola. Nel momento in cui viene battuto il calcio di punizione, il pallone deve essere fermo ed il calciatore che lo ha effettuato non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando il pallone stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore.
Se il calciatore che batte il calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato giocato o toccato da un altro calciatore, deve essere concesso in favore della squadra avversaria, un calcio di punizione indiretto, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Tuttavia se quest'ultima è stata commessa all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea di 6 metri, nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa. Se la squadra che deve battere il calcio di punizione ritarda più di 4 secondi ad eseguirlo, l'arbitro accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria (questo è l'unico caso in cui un calcio di punizione viene invertito).

m. Che cosa si intende con l'espressione "impedire ad un calciatore l'evidente opportunità di segnare una rete?"
Trattenere da tergo o comunque fermare (per la maglia, per i calzoncini, per le braccia, per le gambe, con un sgambetto o in qualsiasi altro modo) un avversario lanciato direttamente verso la rete, senza che nessun altro difendente (portiere compreso) si frapponga tra sé e la porta avversaria. In tal caso l'arbitro dovrà ammonire il calciatore colpevole per condotta sleale e riprendere il gioco con un calcio di punizione diretto o di rigore. Nel caso in cui si evidenzi chiaramente la netta volontà di fare del male all'avversario il giocatore non dovrà essere ammonito, ma espulso per condotta violenta.

n. Qualora il portiere, dopo una parata, per effetto della rincorsa esce dall'area di rigore con il pallone tra le mani, come si comporterà l'arbitro?
L'arbitro dovrà accordare un calcio di punizione diretto a favore della squadra avversaria, senza ammonire il portiere.

o. Esiste la norma del vantaggio?
Si. L'arbitro a sua discrezione, può concedere la norma del vantaggio a un giocatore che, in possesso di palla, pur subendo un fallo, riesce a portare a termine la sua azione.

GUIDA PRATICA REGOLA 11

a. Quale distanza dal pallone devono rispettare i calciatori appartenenti alla squadra che subisce un calcio di punizione?
La distanza minima è di 5 metri dal pallone. Qualora i calciatori ritardino sistematicamente l'immediata ripresa del gioco, ponendosi o stazionando nei pressi del pallone, questi possono essere ammoniti.

b. Il calciatore che batte il calcio di punizione può rinunciare al rispetto della distanza di gioco da parte degli avversari?
Si. Un giocatore che batte una punizione, la può effettuare nonostante il giocatore avversario non sia a distanza di 5 metri.

c. Quanto tempo hanno a disposizione i calciatori per battere un calcio di punizione?
Il calcio di punizione deve essere battuto entro 4 secondi; se ciò non avviene l'arbitro accorderà un calcio di punizione indiretto a favore degli avversari, dallo stesso punto. Il conteggio da parte dell'arbitro dei 4 secondi deve essere effettuato solo dopo che i giocatori che subiscono la punizione si siano sistemati ad una distanza di 5 metri.

d. Se una squadra, durante l'effettuazione di un calcio di punizione, chiede all'arbitro la verifica della distanza degli avversari, da quando si inizia il computo dei 4 secondi?
Dal fischio dell'arbitro che determina la ripresa del gioco.

e. Se un calcio di punizione viene battuto con il pallone in movimento oppure da un punto diverso, come si comporterà l'arbitro?
Dovrà interrompere il gioco, richiamare il colpevole che, se recidivo, deve essere ammonito, e fare ripetere il calcio di punizione.

f. In quale modo l'arbitro dovrà indicare un calcio di punizione indiretto?
Lo segnalerà alzando il braccio al di sopra della testa. L'arbitro manterrà il braccio in tale posizione fino a quando il calcio di punizione non è stato battuto validamente.

g. Nell'esecuzione di un calcio di punizione battuto da una squadra che ne beneficia, quando il pallone sarà da considerarsi in gioco?
Il pallone viene considerato in gioco quando è toccato e si muove.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

REGOLA 12

CALCIO DI RIGORE

1. Il calcio di rigore deve essere battuto dall'apposito punto e, prima dell'esecuzione, tutti i calciatori, ad eccezione del portiere della squadra che subisce il calcio di rigore, devono stare all'interno del rettangolo di gioco ma fuori dall'area di rigore e ad una distanza di almeno metri 5 dal punto del calcio di rigore, tranne l'incaricato del tiro.

2. Il portiere difendente deve trovarsi sulla propria linea di porta, tra i pali della stessa e non potrà muovere i piedi fino a quando il pallone non viene calciato.

3. Colui che batte il calcio di rigore deve calciare il pallone in avanti e non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando lo stesso non sarà stato toccato o giocato da un altro calciatore, il pallone viene considerato in gioco quando è toccato e si muove.

4. Una rete può essere segnata direttamente su calcio di rigore.

5. La durata del primo e del secondo periodo di gioco dovrà essere prolungata solamente per consentire l'esecuzione regolare del calcio di rigore.

6. La rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di una o più dei suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.

GUIDA PRATICA REGOLA 12

a. A quale distanza si debbono portare i calciatori prima dell'esecuzione di un calcio di rigore?
Tutti i calciatori si dovranno posizionare fuori dall'area di rigore, ma all'interno del rettangolo di gioco, ad una distanza di almeno 5 metri dal punto del calcio di rigore, escluso l'incaricato del tiro ed il portiere difendente che deve trovarsi sulla propria linea di porta tra i pali, senza spostarsi in avanti ma solo lateralmente fino a quando il pallone non verrà calciato.

b. Se un calcio di rigore viene ripetuto per una qualsiasi infrazione, dovrà esse battuto dallo stesso calciatore?
La ripetizione di un calcio di rigore può essere eseguita anche da un calciatore diverso della stessa squadra.

c. Un calciatore può effettuare "una finta" quando batte un calcio di rigore.
Si. Tale finta può essere effettuata durante la rincorsa e deve essere immediatamente seguita dal tiro. Invece non è consentito che il calciatore arresti la rincorsa per indurre il portiere a muoversi in una direzione e successivamente calciare il pallone in altra direzione. Il calciatore colpevole di tale comportamento, se recidivo, deve essere ammonito dall'arbitro e, se è stata segnata una rete, il calcio di rigore dovrà essere ripetuto.

d. La durata del primo e del secondo periodo di gioco, sia nei tempi regolamentari che in quelli supplementari, deve essere prolungata per consentire l'esecuzione regolare di un calcio di rigore?
Si. In questo caso la gara viene prolungata per la sola esecuzione di detto calcio di rigore e la rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.

IN REGOLA
CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

REGOLA 13

RIMESSA DALLA LINEA LATERALE

1. Quando il pallone oltrepassa interamente, sia a terra sia in aria, una linea laterale, deve essere rimesso in gioco per i piedi, verso l'interno del rettangolo di gioco, in una qualsiasi direzione, dal punto in cui ha oltrepassato la linea, da un calciatore della squadra opposta a quella del calciatore che lo ha toccato per ultimo.

2. Nell'effettuazione della rimessa dalla linea laterale il pallone deve essere fermo.

3. Il pallone viene considerato in gioco quando è toccato e si muove e non può essere rigiocato dallo stesso calciatore che ha effettuato la rimessa, prima di essere toccato o giocato da un altro calciatore.

4. I calciatori della squadra avversaria, devono stare a non meno di metri 5 dal pallone.

5. Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dalla linea laterale.

6. Se la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata regolarmente (pallone in movimento o distante dal punto in cui è uscito dal terreno di gioco) deve essere ripetuta dalla stessa squadra.

7. Se la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata nei 4 se-

GUIDA PRATICA REGOLA 13

a. Quando è considerato un gioco il pallone nella rimessa dalla linea laterale?
Quando è toccato e si muove.

b. Come si effettua la rimessa dalla linea laterale?
Solo con i piedi.

c. Dove deve essere collocato il pallone per poter effettuare la rimessa dalla linea laterale?
Il pallone deve essere collocato sulla linea laterale (nel punto in cui l'ha oltrepassata) o nelle sue immediate vicinanze, purché non all'interno del campo di gioco, e verrà calciato verso il rettangolo di gioco in qualsiasi direzione.

d. Se il pallone viene collocato fuori dalla linea laterale o all'interno del campo stesso si può considerare regolare la rimessa?
Se il pallone viene posizionato all'esterno del rettangolo di gioco, ma nelle immediate vicinanze, la rimessa sarà considerata regolare; se il pallone viene posizionato all'interno del terreno di gioco la rimessa sarà considerata irregolare e deve essere ripetuta dalla stessa squadra.

e. Quanto tempo è concesso per l'effettuazione di una rimessa dalla linea laterale?
Dovrà essere effettuata entro 4 secondi. Se si supera tale tempo, la rimessa sarà concessa alla squadra avversaria.

f. Quando viene effettuata una rimessa dalla linea laterale, è pre-

SPORT

condi, dal momento in cui il calciatore che la deve effettuare è in condizioni di eseguirla regolarmente, questa sarà effettuata da un calciatore della squadra avversaria (questo è l'unico caso in cui la rimessa viene invertita).

8. Se il calciatore che ha effettuato la rimessa dalla linea laterale gioca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro giocatore, deve essere accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Se questa è avvenuta all'interno della propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto lungo la linea dei 6 metri dal punto più vicino a quello dove è avvenuta l'infrazione.

REGOLA 14

RIMESSA DAL FONDO

1. Quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra attaccante, oltrepassa interamente la linea di porta, sia a terra sia in area, al di fuori del tratto compreso tra i pali, dovrà essere rimesso in gioco dal portiere, con le mani, dall'interno della propria area di rigore, verso l'esterno dell'area stessa, ma dentro la propria metà del rettangolo di gioco. Il pallone sarà considerato in gioco quando sarà uscito completamente dall'area di rigore.

2. La rimessa dal fondo si intende effettuata regolarmente quando il pallone sarà toccato o giocato da un calciatore, al di fuori dell'area di rigore ma dentro la metà del rettangolo di gioco del portiere che ha effettuato la rimessa, oppure se toccherà il suolo nella metà del rettangolo del portiere che ha effettuato la rimessa.

3. I calciatori della squadra avversaria dovranno rimanere al di fuori dell'area di rigore fino a quando il pallone non sarà in gioco.

4. Se il pallone attraverserà la metà del rettangolo di gioco alla quale appartiene il portiere, senza essere stato toccato o giocato da alcun calciatore o senza aver toccato il suolo, l'arbitro accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria dal punto in cui il pallone ha superato la linea mediana.

5. Se il pallone sarà toccato o giocato da un compagno di squadra o da un avversario del portiere che ha effettuato la rimessa, all'interno della propria area di rigore, la rimessa dovrà essere ripetuta.

6. Se il portiere che ha effettuato la rimessa gioca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, l'arbitro deve accordare alla squadra avversaria un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stato commesso il fallo. Se all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto sulla linea dei 6 metri, nel punto più vicino a quello dove è stata commessa l'infrazione.

scritto che gli avversari rispettino una determinata distanza?
Si. Cinque metri dal pallone.

g. Da quando si comincia il conteggio dei 4 secondi?
Dal momento in cui il calciatore è nella possibilità di effettuare la rimessa, cioè il giocatore avversario è ad una distanza di 5 metri.

h. Se un avversario si pone ad una distanza inferiore ai 5 metri ma non ostacola la ripresa dal gioco, l'arbitro deve intervenire per riportarlo a distanza regolamentare?
No. Se a giudizio dell'arbitro l'avversario non ostacola la ripresa del gioco.

i. Se un calciatore, avendo il possesso del pallone ed essendo nella possibilità di effettuare la rimessa, tiene in mano il pallone per 4 secondi senza posarlo sulla linea, quale provvedimento dovrà prendere l'arbitro?
Dovrà invertire la rimessa in quanto il conteggio dei 4 secondi inizia con il possesso e la possibilità di poter giocare il pallone.

l. La rimessa laterale può essere effettuata dal portiere?
Si.

m. Si può segnare una rete direttamente su rimessa dalla linea laterale?
No. Il gioco riprenderà con la rimessa dal fondo da parte del portiere.

GUIDA PRATICA REGOLA 14

a. Come deve essere effettuata la rimessa dal fondo?
Il portiere della squadra difendente, con le mani, dall'interno della propria area di rigore, deve lanciare il pallone fuori dalla stessa.

b. Quando è in gioco il pallone nell'effettuazione della rimessa dal fondo?
Quando esce completamente dall'area di rigore.

c. Se il portiere, dopo aver effettuato la rimessa dal fondo, gioca consecutivamente una seconda volta il pallone, quale sarà la decisione dell'arbitro?
- Se il pallone non è uscito dall'area di rigore, la rimessa dal fondo deve essee ripetuta.
- Se il portiere gioca nuovamente il pallone con le mani o con i piedi, fuori dall'area di rigore, l'arbitro dovrà accordare un calcio di punizione diretto se lo gioca con le mani, indiretto se lo gioca con i piedi.

d. Su rimessa dal fondo il pallone, dopo aver toccato il suolo nella metà del rettangolo di gioco del portiere che l'ha effettuata, entra direttamente nella porta avversaria. La rete è valida?
Si; se il pallone rimbalza nella sua metàcampo la rete è valida.

e. Se un giocatore attaccante tocca o gioca il pallone, dopo l'effettuazione della rimessa dal fondo prima che sia uscito dall'area di rigore, quale sarà la decisione dell'arbitro?
Dovrà interrompere il gioco e far ripetere la rimessa dal fondo. I calciatori della squadra attaccante devono stare al di fuori dell'area stessa finché il pallone non ne sia uscito.

f. Se il portiere non effettua la rimessa dal fondo entro i 4 secondi, quale decisione assumerà l'arbitro?
Dovrà interrompere il gioco ed accordare un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dalla linea dei 6 metri, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il portiere.

g. Può il portiere su una rimessa dal fondo far toccare ad un compagno o ad un avversario il pallone all'interno della propria area di rigore?
No. In questo caso sarà fermato il gioco e fatta ripetere la rimessa dal fondo.

REGOLA 15

CALCIO D'ANGOLO

1. Quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra difendente, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali, un calciatore della squadra attaccante batterà un calcio d'angolo. Il pallone dovrà essere collocato nella parte in cui è uscito dal rettangolo di gioco esattamente sul punto di intersezione della linea di porta con la line laterale o nell'arco d'angolo (dove presente).

2. I calciatori della squadra avversaria a quella a cui appartiene il calciatore che batte il calcio d'angolo, non possono avvicinarsi a meno di 5 metri dal pallone fino a quando questo non è in gioco, cioè fino a quando è toccato e si muove.

3. Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'angolo.

4. Se il calcio d'angolo non è battuto regolarmente deve essere ripetuto.

5. Se il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo gioca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, l'arbitro deve accordare un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione.

6. Se il calcio d'angolo non viene battuto nei quattro secondi dal momento in cui il calciatore che lo deve battere è in condizioni di eseguirlo regolarmente, l'arbitro deve accordare una rimessa dal fondo alla squadra avversaria (questo è l'unico caso in cui un calcio d'angolo viene invertito).

7. Il calcio d'angolo si effettua solo i con i piedi.

GUIDA PRATICA REGOLA 15

a. A quale distanza dal pallone devono stare i calciatori difendenti durante l'effettuazione di un calcio d'angolo?
Ad almeno 5 metri di distanza, prima che il pallone sia in gioco.

b. Quanto tempo ha a disposizione un calciatore per l'effettuazione del calcio d'angolo?
Deve batterlo entro 4 secondi da quando è in condizione di eseguirlo. Se supererà tale limite di tempo, l'arbitro assegnerà una rimessa dal fondo alla squadra avversaria.

c. Durante l'esecuzione di un calcio d'angolo l'arbitro si accorge che il pallone non è stato posizionato in maniera corretta, come riprenderà il gioco?
Farà ripetere l'esecuzione del calcio d'angolo.

d. Su calcio d'angolo può essere segnata direttamente una rete?
Si.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO BERGAMO

RIGORI

ISTRUZIONI PER EFFETTUAZIONE DEI TIRI DI RIGORE PER DETERMINARE LA SQUADRA VINCENTE DI UNA COMPETIZIONE

Nel caso in cui, per individuare la vincitrice di una gara, si dovesse procedere all'effettuazione dei tiri di rigore, dovranno essere osservate le seguenti regole:

a. L'arbitro sceglierà la porta verso la quale dovranno essere battuti i tiri.

b. Sarà effettuato un sorteggio per decidere quale squadra effettuerà il primo tiro.

c. Saranno calciati 5 tiri di rigore, alternativamente dalle due squadre, da cinque diversi calciatori. I cinque calciatori dovranno essere indicati all'arbitro dai capitani delle rispettive squadre, prima che i tiri vengano effettuati e scelti dai nominativi elencati sulla distinta presentata all'arbitro prima dell'inizio della gara.

d. Se al termine della serie di 5 rigori le squadre fossero ancora in parità, si procederà ad oltranza sempre alternativamente fino a quando una squadra avrà realizzato una rete in più dell'altra.

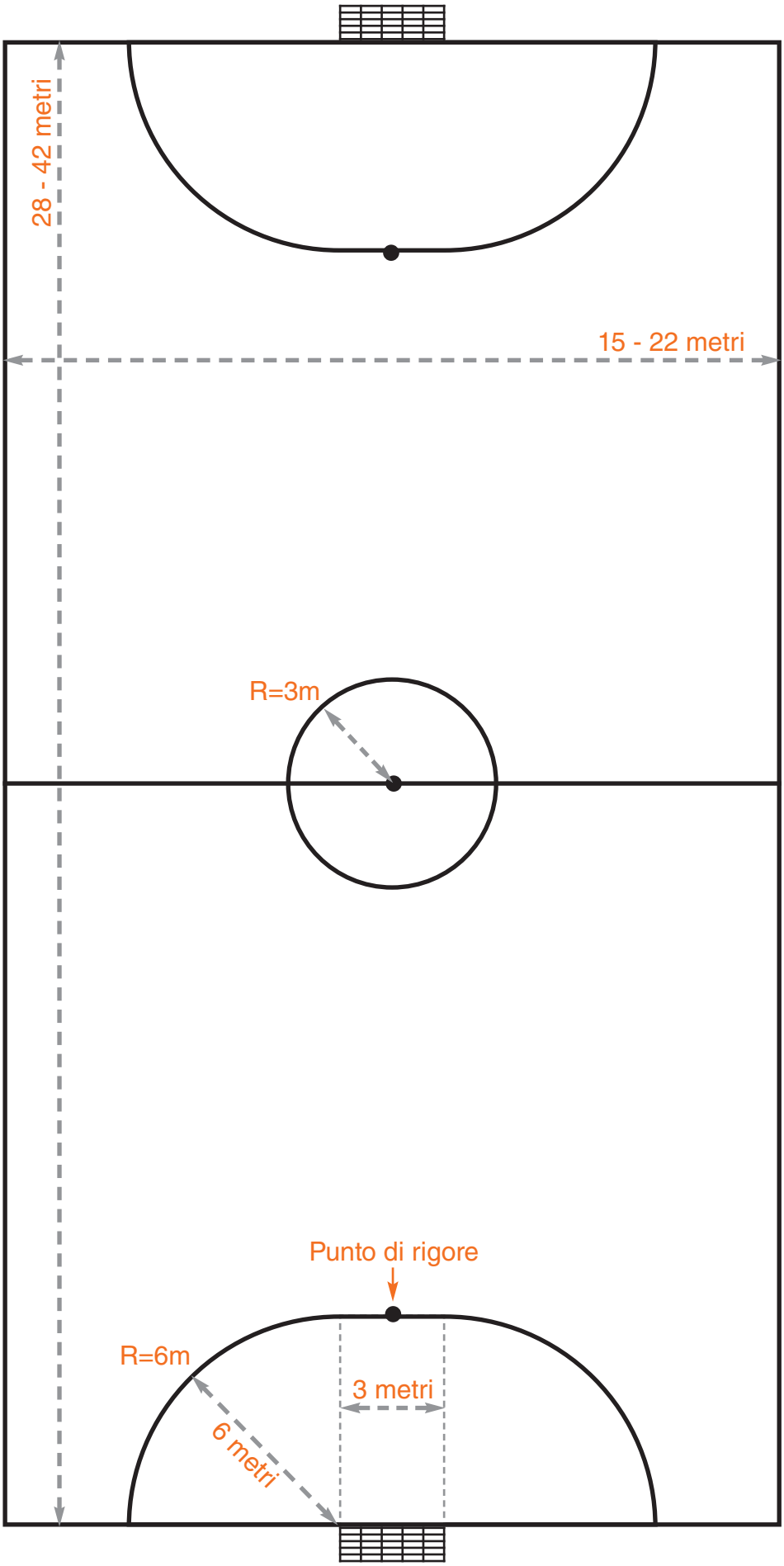
e. I calciatori che dovranno battere i tiri ad oltranza dovranno essere diversi da coloro che hanno calciato i primi cinque tiri e si dovranno utilizzare tutti i calciatori presenti sul rettangolo di gioco e facenti parte della distinta presentata all'arbitro prima dell'inizio della gara.

f. Nessun calciatore espulso potrà prendere parte all'effettuazione dei tiri di rigore.
g. Qualsiasi calciatore può sostituire il portiere.

h. Durante l'esecuzione dei calci di rigore tutti i calciatori dovranno sostare all'interno del rettangolo di gioco, nella metà opposta a quella dove i calci di rigore si stanno effettuando.

i. Ogni squadra dovrà avere a disposizione due palloni e due mute di maglie di colore diverso.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO
BERGAMO

TABELLA 1

RETTANGOLO DI GIOCO