

## **PREMESSA**

Il presente indica a tutte le squadre e ai suoi tesserati le norme di svolgimento dell'attività con richiamo alle regole basilari del gioco. Per quanto non contemplato nel presente regolamento vige il regolamento nazionale

## **INDICE**

- Pagina 3: **adempimenti pre gara; equipaggiamento dei calciatori; il riconoscimento**
- Pagina 4: **numero dei calciatori; il capitano; impraticabilità di campo;**
- Pagina 5: **durata della gara; time out; ritardo inizio gara; minuto di raccoglimento; il pallone;**
- Pagina 6: **sorteggio calcio d'inizio; calcio d'inizio; pallone in gioco e non in gioco; sostituzioni; sostituzione del portiere;**
- Pagina 7: **il campo per destinazione; palla a due; rimessa dalla linea laterale; la rimessa dal fondo campo;**
- Pagina 8: **retropassaggio al portiere; calcio d'angolo; calcio di punizione (la distanza);**
- Pagina 9: **i tiri liberi; calcio di rigore (serie dei calci di rigore);**
- Pagina 10: **segnatura di una rete; rete del portiere; ammonizioni, espulsioni, falli e comportamento antisportivo (ammonizioni ed espulsioni, il vantaggio, la carica ad un avversario, il portiere, falli di gioco, falli non di gioco, fallo di mano, condotta violenta e antisportiva, gioco pericoloso, le scivolate, gioco da terra);**
- Pagina 13: **Bestemmie; Vietato Fumare; Tutela sanitaria; Deroga alla circolare del 31 maggio 2018;**

**ADEMPIMENTI PRE-GARA**

Quindici minuti prima dell'inizio dell'orario di inizio gara (esempio: se sul bollettino c'è scritto ore 21.00 l'orario diventa 20.45) il dirigente accompagnatore ufficiale o in sua assenza il capitano, deve presentare gli elenchi dei tesserati che prenderanno parte alla disputa della gara unitamente ai cartellini con foto o documenti di tutti i tesserati riportati sulla distinta (o note che dir si voglia) e la quota gara. Il dirigente/capitano devono cercare l'arbitro nel suo spogliatoio o nelle immediate vicinanze; non deve essere l'arbitro a cercare le squadre. Quando consegnate il materiale all'arbitro, lui vi dirà se la "chiama" verrà effettuata nello spogliatoio o all'aperto. Nel caso in cui l'arbitro designato sia già in campo ad arbitrare, il dirigente/capitano consegnerà tutto il necessario all'arbitro appena finirà la gara che sta arbitrando in quel momento.

Troverete nelle bacheche dei vari impianti sportivi la lista delle gare e su quali campi verranno disputate, così saprete a quale arbitro rivolgervi.

**NOTE GARA**

Le note sono reperibili sul sito o in segreteria in orario di apertura della stessa, e scaricabili dal sito [www.uisp-promocalcio.it](http://www.uisp-promocalcio.it)

Le note devono essere compilate in duplice copia e devono contenere tutti i dati richiesti. In differenza a ciò l'arbitro potrà non accettarle.

Sulle note DEVONO essere riportati tutti i nomi dei partecipanti alla gara, atleti e dirigenti, il numero di cartellino (o di un documento munito di foto) che verrà utilizzato per quella gara, il numero di maglia dei giocatori, il capitano e vice. All'arbitro, insieme a due copie delle note, vanno consegnati i cartellini (o documenti). L'arbitro tratterà i cartellini (o documenti) fino al termine della gara (senza che nessuna obiezione possa essere fatta) e al termine della gara li riconsegnerà al dirigente accompagnatore o al capitano che lo seguiranno nello spogliatoio. Se la documentazione sopraccitata sarà consegnata oltre l'orario previsto o se questa sarà compilata in maniera errata o incompleta, il D.G. dovrà farne menzione nel rapporto di fine gara e la squadra incorrerà in sanzioni e punti disciplina.

Insieme alla documentazione sopra menzionata, il responsabile della squadra dovrà consegnare anche i soldi della quota gara. L'arbitro rilascerà la ricevuta di avvenuto pagamento. Senza il pagamento dell'intera quota gara l'arbitro non inizierà la gara e annoterà il fatto nel rapporto di gara.

**EQUIPAGGIAMENTO DEI CALCIATORI**

L'equipaggiamento minimo obbligatorio è costituito da maglia, pantaloncini, calzettoni e scarpe.

Le maglie, i pantaloncini e i calzettoni dei calciatori della stessa squadra devono essere identici tra loro e differenziati soltanto dal numero posto sulla schiena (dal numero 0 fino al numero 99).

Se le maglie sono diverse tra loro l'arbitro non ammetterà a giocare chi è in difetto (mettere le casacche non serve a sostituire le maglie ma a diversificarsi dagli avversari): con maglie diverse non si può giocare.

I parastinchi non sono obbligatori, ma consigliati. I parastinchi devono essere completamente coperti dai calzettoni e fatti di materiale appropriato che costituisca adeguata protezione (gomma, plastica, poliuretano o sostanze similari).

E' consentito soltanto l'uso di scarpe da calcetto. NON sono consentite scarpe da calcio, né a tacchetti fissi né a tacchetti amovibili e neanche a lamelle ma SOLAMENTE scarpe da calcio a 5. All'atto della chiama l'arbitro verificherà le calzature dei giocatori. Il giocatore che prende parte ad una gara con scarpe da calcio (anche se scarpe a 13 o comunque di gomma) deve essere ammonito e fatto uscire dal terreno di gioco fino a quando non avrà provveduto a cambiare calzature. Il calciatore rientrerà in campo solo dopo verifica dell'arbitro (se necessario a gioco fermo).

Un giocatore non può indossare nessun oggetto che sia pericoloso per se stesso o per gli altri, non può indossare bracciali, orecchini, orologi, collane, pearing.

Se un giocatore andrà a sostituire il portiere dovrà prontamente indossare una maglia di colore diverso da quella dei compagni di squadra o una casacca (meglio se col buco).

**IL RICONOSCIMENTO**

L'arbitro prima di iniziare la gara deve provvedere all'identificazione delle persone presenti nella lista di gara (nota) in uno dei seguenti modi:

mediante un documento ufficiale di riconoscimento (cartellino con foto);

mediante un documento d'identità (carta d'identità, patente, ecc...) munite di fotografia;

mediante la propria personale conoscenza e in questo caso, scriverà sulla distinta 'riconosciuto dal D.G.';

nel caso in cui l'arbitro non conosca personalmente il presunto tesserato sprovvisto di cartellino e documento e sull'impianto siano presenti i responsabili di Promosport, se questi ultimi riconoscono la persona, l'arbitro scriverà sulla distinta 'riconosciuto da .....';

Nel caso in cui, mediante la foto del documento fornito per il riconoscimento (cartellino o documento), il D.G. non riesca a riconoscere l'atleta, gli chiederà altro documento valido di riconoscimento ed in mancanza di ciò esperirà ogni tentativo per una indubbia identificazione. Se ciò non è possibile non ammetterà il calciatore alla gara. Durante il riconoscimento l'arbitro, oltre che verificare l'identità dei calciatori, dovrà controllare che i numeri riportati sull'elenco ufficiale siano uguali a quelli sulle maglie e si accerterà con l'ausilio del dirigente/capitano che nessuno abbia scarpe diverse da quelle da calcetto. Una volta concluso il riconoscimento, l'arbitro firma le note e ne consegna una copia alla squadra avversaria. Prima di cominciare la gara l'arbitro ritirerà da ciascuna squadra la quota gara e consegnerà le ricevute di avvenuto pagamento.

### **NUMERO DEI CALCIATORI**

Potranno essere inseriti nell'elenco fino a 10 nominativi, 5 come titolari e 5 come riserve, senza vincolo di ruolo (nelle riserve non è obbligatorio che ci sia un portiere).

Ogni squadra potrà portare in panchina un massimo di 1 dirigente.

Una gara non può essere iniziata o proseguita nel caso in cui una squadra si trovi ad avere meno di 3 calciatori partecipanti al giuoco, compreso il portiere.

Se una squadra rimane anche momentaneamente con due atleti sul terreno di giuoco, l'arbitro ne decreterà la fine col triplice fischio (ad esempio se vengono espulsi contemporaneamente tre giocatori altro, l'arbitro fischia la fine della gara)

I calciatori ritardatari, solo se preventivamente indicati nella distinta, potranno accedere nel recinto di giuoco SOLO con il permesso dell'arbitro. A giuoco fermo l'arbitro verificherà le generalità del tesserato annotandosi il tutto.

Soltanto dopo la loro identificazione potranno prendere parte alla gara (se uno arriva in ritardo, quando è al cancello del terreno di giuoco richiama l'attenzione dell'arbitro, l'arbitro lo riconoscerà subito o lo fa accomodare in panchina e poi a giuoco fermo provvederà a fargli riconoscimento. Solo dopo il riconoscimento potrà prendere parte alla gara).

### **IL CAPITANO**

Il capitano è responsabile nei confronti dell'arbitro e dell'Organizzazione per la propria condotta e per quella dei calciatori della propria squadra. Pertanto è l'unico ad avere facoltà di interpellare l'arbitro, in forma corretta, non offensiva né arrogante, ed a giuoco fermo, per chiedere chiarimenti in merito a decisioni tecniche e disciplinari assunte e per formulare eventuali riserve. L'arbitro può anche ritenere di non dare spiegazioni sul momento al capitano che potrà, sempre nelle giuste maniere, chiederle in seguito.

E' dovere del capitano coadiuvare l'arbitro, ai fini del regolare svolgimento della gara e della repressione di eventuali atti di indisciplina dei suoi compagni.

Ogni squadra deve avere un capitano ed anche un vice-capitano, che eventualmente lo sostituirà in caso sua uscita dal rettangolo di giuoco. Il capitano deve obbligatoriamente essere riconoscibile tramite apposita fascia al braccio, pena il non inizio della gara.

### **DURATA DELLA GARA**

La durata della gara è stabilita in due tempi di 10 minuti ciascuno

L'intervallo non deve superare i 5 (cinque) minuti.

Eventuale tempo supplementare, nelle gare ove previsto, avrà durata di 5 minuti

E' previsto il recupero dei time-out utilizzati e altri recuperi a discrezione dell'arbitro.

### **TIME-OUT**

Ogni squadra ha a disposizione un time-out per tempo della durata di 1 minuto ciascuno, accordato dagli arbitri su richiesta dell'allenatore o del capitano delle squadre.

Nei tempi supplementari non sono previsti time-out.

La richiesta può essere effettuata sia a giuoco fermo che a giuoco in svolgimento, ma il time-out verrà concesso solo alla prima interruzione di giuoco dove il possesso palla è di chi ha richiesto il time out.

Se una squadra non ha richiesto il time-out al quale aveva diritto nel primo periodo di gara, non potrà recuperarlo nel secondo periodo.

Il time-out è recuperabile e può essere chiesto in qualunque momento della gara.

Il time-out è recuperabile e può essere chiesto in qualunque momento della gara.

Durante il time out i giocatori che erano in campo NON POSSONO uscire dal terreno di gioco e chi era in panchina non può entrare in campo

### **RITARDO INIZIO GARA**

Una squadra può chiedere di ritardare l'inizio della gara per attendere dei giocatori ritardatari perchè è consentito un termine di attesa pari alla durata di un tempo della gara (25 minuti) a partire dall'orario di consegna delle note (15 minuti prima dell'orario d'inizio previsto e i successivi 10 minuti dopo l'orario inizio gara).

Dei motivi del ritardo il primo arbitro dovrà farne menzione nel referto di gara.

In questo caso scatta il comporta che prevede sanzioni supplementari.

**Attenzione:** scaduti i 25 minuti di attesa e sollecitata la squadra a presentarsi sul campo di gioco con almeno 3 atleti (numero minimo per prendere parte alla gara), verrà decretato il termine dell'incontro (con i tre fischi arbitrali) causa non presenza di una squadra sul rettangolo di giuoco.

### **MINUTO DI RACCOGLIMENTO**

Il minuto di raccoglimento, dovuto ad eventi luttuosi, dovrà essere richiesto in sede almeno 24 ore prima della gara in modo da avvisare sia il d.g. che la squadra avversaria. Ad ogni modo può bastare una telefonata agli organizzatori che avviseranno l'arbitro il quale informerà la squadra avversaria direttamente al campo. Purtroppo tali casi non sono prevedibili ed è comprensibile che in questi casi ci siano cose più importanti da sbrigare piuttosto che pensare al calcio.

Il minuto di raccoglimento dovrà svolgersi in questo modo: tutti i calciatori dovranno posizionarsi come per iniziare la gara, l'arbitro emetterà un fischio; tutti i calciatori, già preavvisati, dovranno rimanere immobili. Trascorso il minuto, l'arbitro emetterà un secondo fischio che darà il termine al minuto di raccoglimento. Dopo di ciò inizierà la gara. Del minuto di raccoglimento l'arbitro dovrà farne menzione nel rapporto di fine gara.

### **IL PALLONE**

Ogni società deve presentarsi obbligatoriamente alla disputa della gara (quindi deve mostrarlo all'arbitro al momento della chiama) munita di un pallone misura '4' a rimbalzo ridotto.

Se una squadra si presenta senza pallone o con pallone non regolamentare o non ufficiale, l'arbitro dovrà annotarlo sul rapporto di fine gara per le opportune conseguenze.

Se la squadra si presenta al campo priva di pallone regolamentare, può chiedere al custode dell'impianto. Come verificatosi in passato, se il custode non ha pallone da prestare, la responsabilità (con relativa ammenda e punti disciplina) ricade sulla squadra sprovvista.

### **SORTEGGIO CALCIO D'INIZIO**

Il sorteggio, obbligatorio, deve essere effettuato a centro campo dall'arbitro, alla presenza dei due capitani, con una moneta o, in mancanza della stessa, con altro mezzo idoneo; chi vince il sorteggio sceglierà obbligatoriamente il campo.

### **CALCIO D'INIZIO**

Il calcio d'inizio non è valido nei seguenti casi:

quando i calciatori della squadra che non batte il calcio d'inizio si avvicinano a meno di 3 metri dal pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un avversario;

quando i calciatori invadono l'altra meta del rettangolo di giuoco prima che il pallone sia stato toccato o giocato.

In tali casi si deve sempre ripetere il calcio d'inizio e, se l'infrazione verrà ripetuta, il colpevole verrà ammonito.

Se il giocatore che ha effettuato il calcio d'inizio tocca o gioca una seconda volta la palla, gli arbitri dovranno accordare un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione.

Dal calcio d'inizio non si può segnare direttamente una rete poiché è un calcio indiretto.

In occasione della disputa di tempi supplementari, il sorteggio deve essere ripetuto.

Il calcio di inizio può essere effettuato anche all'indietro

### **PALLONE IN GIOCO E NON IN GIOCO**

Il pallone è in gioco dal momento in cui è stato toccato e si è mosso all'interno del rettangolo di giuoco.

Il pallone per NON essere in gioco deve oltrepassare interamente le linee con la sua proiezione, sia in terra che in aria.

Se la palla colpisce l'arbitro all'interno del terreno di gioco, questa è sempre in gioco.

Gli arbitri devono emettere un fischio ogni qual volta decidano di interrompere il gioco per decretare una sanzione, per far soccorrere un calciatore infortunato, per far allontanare dal rettangolo di gioco persone estranee alla gara o corpi estranei piovuti o gettati sul terreno di gioco, per far battere il calcio d'inizio o l'analoga ripresa di giuoco dopo la segnatura di una rete, il calcio di rigore e il tiro libero, per soprappiù irregolarità del pallone o del rettangolo di gioco, al termine del primo e del secondo periodo della gara o dei tempi supplementari, per fare eventualmente osservare un minuto di raccoglimento, per far calciare una punizione dove sia stata chiesta l'osservanza della distanza regolamentare,.....

### **SOSTITUZIONI**

Le sostituzioni vanno effettuate dove la riga del centro campo incontra la linea del fallo laterale sul lato del campo dove sono ubicate le panchine. Nel caso le panchina siano poste dietro le porte, l'arbitro dirà quale è la zona delle sostituzioni.

Le sostituzioni possono avvenire con il gioco in svolgimento.

La sostituzione prevede che prima esca dal campo il giocatore che è in campo e successivamente entri quello che lo sostituisce altrimenti la squadra starebbe momentaneamente giocando con 6 atleti e in questo caso l'arbitro prenderà i provvedimenti del caso (ferma il gioco, fa uscire comunque il giocatore che stava uscendo dal campo, ammonisce il giocatore entrato in campo troppo presto e concede un calcio di punizione indiretta alla squadra avversaria dal punto in cui era la palla nel momento dell'interruzione del gioco; se la squadra avversaria ha una buona occasione da goal e la sostituzione non reca disturbo, l'arbitro farà proseguire l'azione e se necessario interverrà al termine della stessa)

Le sostituzioni sono in numero illimitato; qualsiasi calciatore che è già stato sostituito potrà nuovamente rientrare in campo per sostituire un compagno, fino all'ultimo secondo di gioco.

### **SOSTITUZIONE DEL PORTIERE**

Ciascun calciatore di riserva può prendere il posto del portiere senza informare l'arbitro o attendere un interruzione di gioco.

Ciascun calciatore titolare può prendere il posto del portiere. Il calciatore titolare che cambia il ruolo con il portiere deve farlo durante una interruzione di gioco e deve informare gli arbitri prima che il cambio venga eseguito.

Un giocatore titolare o riserva che cambia il suo ruolo col portiere deve indossare una maglia da portiere con il proprio numero sulle spalle oppure una casacca dalla quale si veda il numero della maglia da gioco.

### **IL CAMPO PER DESTINAZIONE**

Il campo per destinazione, che è obbligatorio, è una fascia di terreno, non delimitata all'esterno da alcuna linea, larga almeno 1 metro, situata intorno al rettangolo di giuoco ed al suo stesso livello, priva di qualsiasi ostacolo, affossamento od altro, che possano costituire un pericolo per i calciatori. Su di esso gli stessi possono sconfinare soltanto per fatti di giuoco (quindi si può uscire solo per azioni di gioco e non si può uscire da una qualsiasi zona del campo per essere sostituiti salvo infortunio dove sarà l'arbitro a concedere l'ingresso in campo di un giocatore dalla panchina).

### **PALLA A DUE**

Si possono verificare episodi che inducano l'arbitro a interrompere il gioco. La successiva ripresa del gioco la deve effettuare l'arbitro lasciando cadere la palla dall'altezza di circa un metro in mezzo a due giocatori di squadre opposte che si contenderanno la palla dopo che questa avrà toccato terra. La palla a due verrà effettuata nel punto in cui si trovava la palla al momento dell'interruzione del gioco. Se il gioco è stato interrotto quando la palla era in area di rigore, la palla verrà fatta cadere sulla riga dell'area di rigore nel punto più vicino a dove era la palla prima dell'interruzione.

### **RIMESSA DALLA LINEA LATERALE**

La rimessa dalla linea laterale si effettua solo con i piedi.

Per effettuare la rimessa laterale il pallone deve essere collocato sulla linea laterale, oppure nel campo a destinazione ad una distanza massima che non deve superare i 25 centimetri dalla linea laterale da dove è uscito il pallone.

I piedi del calciatore che effettua la rimessa non possono toccare la linea laterale ma devono rimanere obbligatoriamente fuori dalla stessa.

La rimessa dalla linea laterale deve essere effettuata entro 4 secondi che saranno conteggiati dal momento in cui il calciatore è nella possibilità di effettuare la rimessa.

Ogni infrazione alle succitate regole comporta che il fallo laterale sarà ribattuto dalla squadra avversaria.

Quando viene effettuata una rimessa dalla linea laterale, i calciatori della squadra avversaria devono stare a non meno di 3 metri dal pallone.

La distanza sul fallo laterale è automatica: ciò significa che i giocatori avversari della squadra che sta effettuando la rimessa si devono mettere a 3 metri dalla palla da soli.

Se a giudizio degli arbitri, l'avversario che si trovi a meno di 3 metri, non ostacola la ripresa del giuoco e non tocca la palla, il gioco non verrà interrotto e non saranno presi provvedimenti disciplinari. Se, invece, il pallone viene toccato, sarà concessa una punizione indiretta nel punto in cui si trova il giocatore avversario di chi batte e lo stesso verrà ammonito.

Se la rimessa sarà effettuata da un punto diverso da quello dove è uscita la palla, gli arbitri faranno ripetere la rimessa dalla linea laterale da un calciatore dell'altra squadra.

Non si può segnare direttamente una rete su rimessa dalla linea laterale.

### **LA RIMESSA DAL FONDO CAMPO**

La rimessa dal fondo campo deve essere effettuata dal portiere della squadra a cui spetta la rimessa, con le mani, dall'interno della propria area di rigore al di fuori della stessa.

La palla per essere in gioco deve uscire dall'area di rigore quindi se il portiere su rimessa da fondo campo butta la palla nella propria rete l'arbitro farà ribattere la rimessa da fondo campo al portiere.

Il pallone è in gioco quando è uscito completamente dall'area di rigore.

Durante la rimessa dal fondo il portiere può lanciare la palla nella metà campo avversaria. Senza peraltro farle toccare il terreno di gioco.

Se il pallone viene toccato o giocato da un compagno di squadra o da un avversario del portiere che sta effettuando la rimessa dal fondo all'interno dell'area di rigore gli arbitri dovranno far ripetere la rimessa dal fondo.

Se il portiere che ha effettuato la rimessa dal fondo gioca una seconda volta il pallone al di fuori della propria area di rigore prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore gli arbitri devono accordare alla squadra avversaria un calcio di punizione indiretto dal punto in cui il portiere ha toccato per la seconda volta il pallone.

### **RETROPASSAGGIO AL PORTIERE**

Ogni volta che il portiere si spossa del pallone o lo respinge sul tiro avversario, non può più ricevere la palla da un compagno della propria squadra, salvo che venga toccata da un giocatore avversario.

Nel caso che il portiere si spinga a un'azione d'attacco nella metà campo avversaria, questi può giocare la palla come gli altri compagni senza limitazioni.

**Attenzione: se ritorna nella propria metà campo torna valida la regola del retropassaggio.**

Il portiere nella propria metà campo ha sempre 4 secondi per spossarsisi della palla.

Per ognuna di queste infrazioni commesse il direttore di gara accorderà alla squadra avversaria una punizione indiretta dal punto dove è stata sanzionata oppure se commessa dal portiere dentro la propria area di rigore, verrà accordata una punizione dal limite dell'area dal punto più vicino dove è stata fischiata l'infrazione.

### **CALCIO D'ANGOLO**

Durante l'effettuazione di un calcio d'angolo la distanza dal pallone alla quale devono stare i giocatori difendenti è 3 metri o, nei campi dove segnata, alla tacca di distanza del calcio d'angolo.

Il calciatore deve battere il calcio d'angolo entro 4 secondi da quando è in condizione di batterlo. Se supererà tale limite di tempo, gli arbitri assegneranno la rimessa da fondo campo alla squadra avversaria (rimessa del portiere).

Se durante l'esecuzione di un calcio d'angolo gli arbitri si accorgono che il pallone non è stato posizionato in maniera corretta, oppure non viene battuto regolarmente faranno ripetere l'esecuzione del calcio d'angolo.

Durante la battuta del calcio d'angolo la palla deve stare nell'area d'angolo (la lunetta del calcio d'angolo); nei campi dove non c'è l'area d'angolo la palla deve essere posizionata nell'incrocio tra la linea

di fondo e la linea laterale.

### **CALCIO DI PUNIZIONE.**

Con un calcio di punizione diretto può essere segnata direttamente una rete contro la squadra che ha commesso il fallo.

Con un calcio di punizione indiretto può essere segnata una rete soltanto se il pallone tocca un altro calciatore prima di entrare in porta.

Se gli arbitri hanno accordato un calcio di punizione indiretto, lo segnaleranno alzando un braccio al di sopra della testa.

Il calcio di punizione deve essere battuto entro 4 secondi (da conteggiare al momento che la palla è giocabile) e se ciò non avviene, gli arbitri accorderanno un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dallo stesso punto.

Se un calcio di punizione viene battuto con il pallone in movimento, oppure da un punto diverso, gli arbitri dovranno interrompere il giuoco e fare ripetere il calcio di punizione dal punto esatto.

Se il calciatore che batte il calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, gli arbitri dovranno concedere, in favore della squadra avversaria, un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Se questa fosse stata commessa all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto deve essere battuto dalla linea dell'area di rigore, nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa.

Battendo un calcio di punizione a proprio favore, non può essere segnata direttamente un'autorete ed il giuoco dovrà essere ripreso con un calcio d'angolo.

**La distanza.** La distanza, per i calci di punizione, non è automatica come per i falli laterali e i calci d'angolo, ma deve essere richiesta dal giocatore incaricato di battere il calcio di punizione, entro i 4 secondi che ha per eseguire la punizione. Esiste la distanza giocabile, quindi, il giocatore difendente dovrà lasciare tra se e il pallone una distanza tale da rendere possibile all'avversario il giuoco della palla.

Tale distanza è indicativamente quantificabile in circa 1 metro o che comunque lasci a chi è in possesso della palla la possibilità di riprendere il gioco senza l'ausilio dell'arbitro; nel caso non sia rispettata è prevista l'ammonizione.

In caso di richiesta distanza da parte del giocatore incaricato di battere il calcio di punizione i calciatori appartenenti alla squadra che difende dovranno essere posizionati dal DG a non meno di 5 metri dal pallone e li dovranno rimanere fino a quando questi non sarà toccato (dopo il fischio del DG), nel caso si avvicini a meno di 5 metri dal pallone, (prima che questo sia toccato ) gli arbitri lo inviteranno a disporsi alla prevista distanza e lo dovranno ammonire se recidivo.

### **I TIRI LIBERI**

E' un calcio di punizione obbligatoriamente senza barriera difensiva. Viene calciato quando l'arbitro fischierà la sesta infrazione, a favore di una squadra, punibile con un calcio diretto (detto anche fallo cumulativo) e verrà ripetuto ogni qualvolta la squadra avversaria farà un'altra infrazione punibile nella stessa maniera (il tiro libero si calcia alla sesta punizione di prima e poi ad ogni fallo di prima).

Il tiro libero, da eseguire dal punto del tiro libero (dai 9 metri ma in alcuni campi il punto di battuta può variare, dagli 8 ai 10 metri) e senza barriera, viene concesso dopo il quinto fallo punito con un calcio di punizione diretto.

I calci di punizione indiretti non concorrono al cumulo e neanche dopo il sesto fallo (quindi dopo il primo tiro libero) non consentono di battere il tiro libero (valgono solo i falli punibili con punizioni di prima).

Il rigore è un fallo cumulativo in quanto è una punizione diretta quindi fa parte dei falli da segnare. Nel caso in cui il rigore accada al sesto fallo la squadra usufruirà soltanto del calcio di rigore.

Una rete può essere segnata direttamente da tiro libero e l'incaricato del tiro deve calciare con l'intenzione di segnare una rete senza passare il pallone ad un compagno di squadra. Se il calciatore incaricato di battere il tiro libero, invece di tirare in porta, passa il pallone ad un compagno, gli arbitri dovranno fermare il giuoco, concedere un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, nel punto in cui il pallone è stato toccato e giocato dal compagno di chi ha effettuato il tiro libero.

Il portiere può muoversi durante l'effettuazione di un tiro libero ma dovrà rimanere nella propria area di rigore ed ad almeno cinque metri dal pallone.

Tutti i calciatori, della squadra che subisce il tiro libero, dovranno rimanere ad almeno cinque metri dal pallone finché lo stesso non è regolarmente in giuoco. I compagni di chi calcia il tiro libero possono permanere anche ad una distanza inferiore ai cinque metri, ma nessun calciatore, ad eccezione del portiere difendente, può oltrepassare la linea immaginaria del pallone.

Se il sesto fallo cumulativo ed i successivi vengono commessi da un difendente all'esterno della propria area di

rigore, tra la linea di porta e quella immaginaria passante sul punto di tiro libero parallelo a quella di porta, il tiro libero potrà essere battuto nel punto in cui è avvenuto il fallo oppure, a scelta di chi usufruisce della punizione, dal punto del tiro libero (Nel caso in cui il fallo subito che porta al tiro libero venga effettuato più vicino alla porta rispetto al punto di battuta del tiro libero, anche se decentrato, il tiro potrà essere effettuato anche da dove viene commesso il fallo. E' a discrezione di chi deve battere il tiro libero).

Al termine del primo tempo vengono azzerati i falli cumulativi.

Nel caso in cui siano previsti i tempi supplementari, per quanto riguarda i falli cumulativi si continuerà il conto del secondo tempo regolamentare; quindi se nel secondo tempo regolamentare una squadra era a tre falli cumulativi ripartirà dal primo tempo supplementare con tre falli e al termine del primo tempo supplementare non si azzerano i falli.

### **CALCIO DI RIGORE**

Un calcio di rigore viene concesso contro una squadra che commette una delle infrazioni punibili con un calcio di punizione diretto, all'interno della propria area di rigore e mentre il pallone è in giuoco. Una rete può essere segnata direttamente con un calcio di rigore.

L'incaricato del tiro dal dischetto di rigore deve calciare con l'intenzione di segnare una rete e non può passare la palla ad un compagno.

Un calciatore può effettuare una finta 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 poi successivamente calciare il pallone in altra direzione. Il calciatore colpevole deve essere ammonito e, se è stata segnata una rete, il calcio di rigore dovrà essere ripetuto.

Il calciatore che ha battuto il calcio di rigore non può giocare nuovamente il pallone rimbalzato dalla sbarra trasversale o da un palo. In questo caso gli arbitri dovranno interrompere il giuoco ed accordare alla squadra di-fendente un calcio di punizione indiretto nel punto in cui l'attaccante ha toccato il pallone per la seconda volta.

Tutti i calciatori della squadra che subisce il calcio di rigore, dovranno rimanere ad almeno cinque metri dal pallone, dietro o sulla linea immaginaria passante per il dischetto del rigore e fuori dell'area di rigore finché lo stesso non è regolarmente in giuoco.

#### **Serie dei calci di rigore.**

Per le gare dove sono previsti in caso di parità i calci di rigore, l'arbitro prima di iniziare la serie dei 5 rigori obbligatori, dovrà chiedere al capitano la lista e l'ordine di chi calcia.

Nel caso sussistesse la parità, per i rigori ad oltranza, vale la regola dello stesso numero dei giocatori in panchina, (vale a dire che se una squadra ha un solo atleta oltre ai 5 che hanno già calciato e l'altra squadra ha 3 atleti oltre a quelli che hanno calciato), quest'ultima dovrà scegliere soltanto uno per calciare il rigore.

Se sussistesse ancora la parità, verranno fatti nuovamente battere seguendo l'ordine ai 5 atleti iniziali (sempre però con la regola dell'oltranza).

### **SEGNATURA DI UNA RETE**

Una rete si considererà segnata quando il pallone, in condizione regolamentari, ha interamente oltrepassato la linea di porta, tra i pali e sotto la sbarra trasversale, per terra o in aria, senza che siano state commesse infrazioni da calciatori dalla squadra attaccante.

Una rete non sarà valida quando è stata segnata:

direttamente nella porta avversaria da rimessa dalla linea laterale, da rimessa dal fondo (la rimessa dal fondo la può fare solo il portiere e solo con le mani), su calcio di punizione indiretto senza che nessun compagno di chi batte tocchi la palla: in tali casi il gioco dovrà essere ripreso con una rimessa dal fondo;

battendo direttamente nella propria porta un calcio di punizione diretto o indiretto: in tal caso il gioco dovrà essere ripreso con un calcio d'angolo;

Il portiere su rimessa dal fondo spedisca direttamente il pallone nella propria rete: in tal caso dovrà essere ripetuta la rimessa del portiere;

immediatamente dopo che il pallone sia diventato irregolare: il gioco dovrà essere ripreso con una rimessa da parte degli arbitri con un pallone regolare nel punto in cui è stata ravvisata l'alterazione del primo oppure con la ripetizione del tiro nei casi di riprese del giuoco (punizione, rigore,.....);

direttamente su rimessa da parte degli arbitri: il gioco dovrà essere ripreso con la ripetizione della rimessa;

per l'intervento di un corpo estraneo e suo contatto con il pallone o che interferisca nel giuoco (esempio: la palla



calciata sta andando fuori dal campo, dall'esterno viene lanciato con violenza un sasso o una bottiglia che devia la traiettoria della palla): esso sarà ripreso con una rimessa da parte degli arbitri nel punto in cui è stato toccato il pallone o dove lo stesso si trovava al momento dell'interruzione del giuoco (Nel caso in cui la palla colpisca un corpo estraneo al terreno di gioco, sasso o bottiglia o altro, già presenti prima del tiro, l'eventuale rete verrà convalidata). La ripresa del gioco da parte dell'arbitro non avviene in caso di esecuzione di un calcio di rigore o di un tiro libero che dovranno essere ripetuti.

### **RETE DEL PORTIERE**

Il portiere può segnare una rete sempre purchè calci la palla con i piedi. Dopo una parata può mettere la palla a terra e calciarla o calciare di drop (controbalzo). NON vale la rete se calcia la palla al volo cioè se lascia la palla con le mani e calcia senza che la palla abbia prima toccato terra terra. Si ricorda che la rimessa dal fondo campo la può effettuare solo il portiere e solo con le mani.

### **AMMONIZIONI; ESPULSIONI, FALLI E COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO**

#### ***Ammonizioni ed Espulsioni***

L'arbitro, per notificare l'avvenuta ammonizione o espulsione, dovrà dare evidenza al provvedimento disciplinare esibendo all'interessato il cartellino giallo o rosso a giuoco fermo. La stessa procedura userà anche nei confronti dei calciatori di riserva non partecipanti al giuoco. Il giocatore ammonito o espulso dovrà essere riportato nel referto finale di gara con la motivazione del provvedimento.

Il calciatore espulso deve abbandonare immediatamente il recinto di giuoco per consentire agli arbitri di riprendere il giuoco stesso.

Il calciatore espulso può essere sostituito dopo 2 minuti(conteggiati dalla ripresa del gioco)dalla espulsione, oppure dopo che la sua squadra ha subito una rete.

Il giocatore che sostituirà l'espulso potrà entrare in campo solo dopo aver ricevuto l'autorizzazione dell'arbitro, dalla zona delle sostituzioni, se a giuoco in svolgimento.

In caso di espulsione di un calciatore alla fine del primo tempo il conteggio del tempo di penalizzazione deve essere proseguito sia nel secondo tempo regolamentare che in quello eventualmente supplementare. Per allontanare dal terreno di giuoco le persone autorizzate a stare in panchina (dirigenti), l'arbitro le allontanerà con notifica verbale, senza far uso di cartellino, destinato soltanto ai calciatori. L'allontanamento e le motivazioni di tale provvedimento dovranno essere notificate dall'arbitro, sul referto di fine gara.

#### ***Il vantaggio***

In linea generale quando il vantaggio risulta chiaro ed immediato, sino al raggiungimento del 5° fallo cumulativo il vantaggio deve essere accordato con continuità. Se il presunto vantaggio non si realizza, gli arbitri hanno la possibilità di punire il fallo pregresso entro un breve periodo.

Dopo il 5° fallo cumulativo se il vantaggio non dà la chiara opportunità di segnare una rete dovrà essere accordato il tiro libero.

#### **La carica ad un avversario**

Per carica ad un avversario si intende quella data sul petto o con il petto, con un fianco, con un'anca o con il gomito, oppure quella data da tergo nella schiena e deve essere punita con un calcio di punizione diretto.

La carica di spalla con pallone non a distanza di giuoco 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.

Al contrario, per carica regolare, deve intendersi una spinta spalla contro spalla, data ad un avversario che ha il pallone a distanza di giuoco o che lo sta giocando, a condizione che non sia né violenta né pericolosa.

#### ***Il portiere***

Il portiere non può impossessarsi del pallone, durante lo svolgimento di una azione, trattenendolo con le mani all'interno della propria area di rigore, per più di quattro secondi, gli arbitri devono assegnare un calcio di punizione indiretto che sarà battuto dalla squadra avversaria sulla linea dell'area di rigore, dal punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il giuoco è stato interrotto.

Il portiere non può controllare il pallone con i piedi al di fuori della propria area di rigore nella propria metà campo per più di quattro secondi. In questo caso verrà accordato alla squadra avversaria un calcio di punizione indiretto, che sarà battuto nel punto in cui è stata commessa l'infrazione. Nella metà campo avversaria diventa un giocatore effettivo e quindi decade la regola dei 4 secondi.

Qualora il portiere tocchi intenzionalmente il pallone con le mani fuori della propria area di rigore l'arbitro adotterà i seguenti provvedimenti:

Nel caso l'azione del portiere abbia interrotto una possibilità, o una evidente opportunità di segnare una rete, l'arbitro concederà un calcio di punizione diretto e espellerà il portiere;

Nel caso l'intervento del portiere abbia interrotto un'azione di giuoco di importante sviluppo, l'arbitro concederà un calcio di punizione diretto e ammonirà il portiere.

Il portiere verrà espulso quando, trascurando il pallone, atterra l'avversario oppure, superato dall'avversario lo atterra. In entrambi i casi l'intervento del portiere deve aver impedito la segnatura di una rete o la evidente opportunità di segnare una rete.

#### **Falli di gioco**

Quando un calciatore si dirige verso la porta avversaria con la evidente opportunità di segnare una rete e ne viene intenzionalmente impedito con mezzi illeciti gli arbitri accorderanno un calcio di punizione diretto o di rigore, a seconda che il fallo sia avvenuto fuori o dentro l'area di rigore, mentre sarà espulso il calciatore colpevole per condotta gravemente sleale.

Quando un calciatore, tranne il portiere nella propria area di rigore, priva la squadra avversaria di una rete o della evidente opportunità di segnare, toccando intenzionalmente il pallone con una mano gli arbitri accorderanno un calcio di punizione diretto o di rigore, a seconda che il fallo venga commesso fuori o dentro l'area di rigore, ed il calciatore colpevole verrà espulso per condotta gravemente sleale. Nel caso che il pallone, intercettato dal calciatore difendente con la mano, entrasse comunque in rete, questa verrà accordata ed il calciatore colpevole dovrà essere ammonito.

Quando un calciatore, per impossessarsi del pallone, si appoggia con le mani su un avversario, ovvero lo trattiene, lo spinge o gli salta addosso commettendo così un fallo, l'arbitro dovrà punirlo con un calcio di punizione diretto o di rigore.

Quando due calciatori della stessa squadra stringono fra loro un avversario per impedirgli di continuare a giocare il pallone o di impossessarsene (sandwich) l'arbitro accorderà un calcio di punizione diretto o di rigore a favore della squadra cui appartiene il calciatore trattenuto.

Quando un calciatore, intervenendo da tergo, colpisce con un calcio l'avversario non avendo reale possibilità di giocare il pallone l'arbitro assegnerà alla squadra avversaria un calcio di punizione diretto o di rigore ed espellerà il calciatore reo di aver commesso il fallo.

Se un giocatore gioca la palla da terra ostacolando o recando danno ad un'avversario, l'arbitro accorderà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è avvenuto il fallo.

#### **Falli non di gioco**

Quando un calciatore, lontano dall'azione che si svolge nei pressi della propria porta, colpisce un avversario, salvo la concessione del «vantaggio», l'arbitro dovrà interrompere il giuoco, espellere il calciatore colpevole e concedere un calcio di punizione diretto (o di rigore) a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è avvenuto il contatto tra i due calciatori.

Non è assolutamente consentito ad un calciatore di manifestare con parole o con gesti il proprio dissenso da una decisione dell'arbitro. L'arbitro, se non concede il vantaggio, dovrà ammonire il calciatore e concedere un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dal punto in cui si trovava il calciatore dissenziente; altrimenti lo dovrà ammonire alla prima interruzione di giuoco. Se un calciatore, per protestare contro una decisione arbitrale, abbandona il terreno di giuoco l'arbitro lo considererà espulso e, non potendo comunicare la sua decisione direttamente all'interessato, ne informerà il capitano alla prima interruzione del giuoco, facendone menzione nel proprio referto. Se tale calciatore dovesse successivamente rientrare nel terreno di giuoco durante lo svolgimento di un'azione, l'arbitro considererà l'espulso come persona estranea al giuoco, adottando le decisioni di conseguenza.

#### **Fallo di mano**

Per stabilire l'esistenza o meno dell'intenzionalità nei falli di mano, l'arbitro, deve valutare se il contatto tra il pallone, la mano o il braccio è volontario e se il calciatore allarga o alza le mani o le braccia con l'intenzione di frapportare maggior ostacolo alla traiettoria del pallone.

Qualora nell'effettuazione di un calcio di punizione i calciatori della squadra difendente formino la barriera coprendo un maggiore spazio con le braccia distaccate dai fianchi, l'eventuale fallo di mano conseguente al tiro deve essere considerato intenzionale.

Non deve però essere considerato intenzionale il gesto istintivo di ripararsi il viso od il basso ventre dal pallone, oppure se, per naturale effetto del movimento corporeo, un calciatore tiene le braccia distaccate dal tronco ed il pallone vi batte contro, oppure se per effetto della distanza ravvicinata il calciatore non ha potuto evitare il contatto tra le braccia ed il pallone.

Quando un giocatore difendente diverso dal portiere, restando fuori dall'area di rigore, tocca intenzionalmente con la mano il pallone che si trova nell'area (anche se questa è sulla linea delimitante l'area di rigore), l'arbitro accorderà un calcio di rigore. Nel caso l'azione interrotta abbia privato la squadra avversaria della segnatura di una

rete o di una evidente possibilità di segnare una rete, l'arbitro dovrà anche espellere il calciatore colpevole.

### **Condotta violenta e antisportiva**

Quando un calciatore lancia un sasso, una scarpa o qualsiasi altro oggetto o sputa, qualora l'atto sia chiaramente interpretabile come gesto di protesta o di stizza (verso ufficiali di gara, avversari, compagni) deve essere punito come comportamento anti-sportivo con un calcio di punizione indiretto nel punto in cui è stato commesso e con l'ammonizione o l'espulsione (a seconda della gravità del gesto) del colpevole.

Quando un calciatore lascia il terreno di giuoco durante la gara non a seguito di incidente, senza il permesso dell'arbitro, e non si presenta più. L'arbitro deve considerare il comportamento come «condotta antisportiva» e segnalare nel referto l'ammonizione, che non ha potuto notificare personalmente all'interessato, informandone comunque il capitano della squadra.

### **Gioco pericoloso**

Il giuoco pericoloso viene determinato da tutti quegli atti che, compiuti senza intenzionalità e con poca accortezza, possono, a giudizio dell'arbitro, risultare pericolosi per chi li compie, per gli avversari o per i compagni.

A titolo esemplificativo possono citarsi i seguenti casi: calciare o tentare di calciare il pallone con la gamba tesa e sollevata dal terreno in contrasto con l'avversario; effettuare una «sforbiciata» pericolosa per un altro calciatore; calciare o tentare di calciare il pallone quando si trova tra le mani del portiere; saltare portando il ginocchio avanti, avendo di fronte e vicino un avversario.

Il giuoco pericoloso, anche a proprio danno, (ad esempio: compiere il gesto di abbassare la testa all'altezza del piede di un calciatore che sta calciando il pallone), viene punito con un calcio di punizione indiretto.

Non si rende responsabile di giuoco pericoloso il portiere che si lancia fra i piedi di un calciatore per impossessarsi o per respingere il pallone.

### **Le scivolata**

Sarà accordato un calcio di punizione diretto in favore della squadra avversaria se un un'atleta tenta di giocare il pallone intervenendo in scivolata, mentre un avversario ne abbia il **possesso o sia in procinto di calciarlo**.

**Viceversa** : se un calciatore che si lancia in scivolata per intercettare il pallone, (evitare una rete, una rimessa laterale o un calcio d'angolo) ovvero quando questo non è in possesso o in controllo di un avversario, non commette nessuna infrazione e gli arbitri lasceranno continuare il giuoco.

Nel caso in cui il portiere entro la propria area di rigore interviene in scivolata con le gambe protese in avanti (una o tutte e due le gambe), il calcio di rigore verrà concesso se colpirà anche l'avversario; se colpisce la palla o farà contrasto con l'avversario verrà considerato gioco pericoloso con conseguente calcio di punizione indiretto (di seconda dal limite dell'area).

### **Gioco da terra**

Un calciatore che si trovi in posizione non eretta, quindi che sia a terra con tutto il corpo o con parte di esso che permetta di giudicarlo non in piedi, può giocare la palla purché non la trattenga o rechi danno ad un avversario nelle sue vicinanze.

### **BESTEMMIE**

Non è consentito bestemmiare, offendere religioni anche diverse dalla propria; richiamiamo tutti ad una osservanza rispettosa e decorosa per se stessi e per chi assiste alle gare. L'arbitro può ammonire o espellere in caso di bestemmie.

### **VIETATO FUMARE**

Non è consentito fumare all'interno del recinto di gioco quindi ne in campo ne in panchina. L'arbitro deve garantire che questa norma venga rispettata. L'arbitro non è obbligato ad invitare i fumatori a smettere e può prendere provvedimenti fino all'allontanamento degli inadempienti.

**ATTENZIONE: IN CAMPO NON SI POSSONO UTILIZZARE NEANCHE LE SIGARETTE ELETTRONICHE.** In caso contrario l'arbitro adotterà le stesse misure utilizzabili per le sigarette classiche

### **TUTELA SANITARIA**

Ai sensi del D.M. del 28/02/1983 e della Legge Regionale 9 luglio 2003, n.35, e in effetto alla sentenza della Corte di Cassazione n° 15394/2011 che ha dichiarato che "è da ritenersi agonistico un torneo sportivo fondato sulla gara e sulla competizione tra i partecipanti tale da implicare un maggior impegno psicofisico ai fini del prevalere di una squadra sull'altra", tutti i tornei e i campionati anche amatoriali e ricreativi organizzati da qualsivoglia Ente organizzatore o Associazione sono da ritenersi **attività agonistica**, quindi anche per quelli organizzati da MSP Livorno e per i quali è richiesta l'idoneità tramite **Certificato Medico Sportivo** rilasciato da una struttura sanitaria accreditata dalla Regione

Toscana per prestazioni di Medicina dello Sport.