



LEGA CALCIO

Unione
Italiana
Sport
Per tutti



Comitato di Parma
Via Testi ,2
43100 Parma

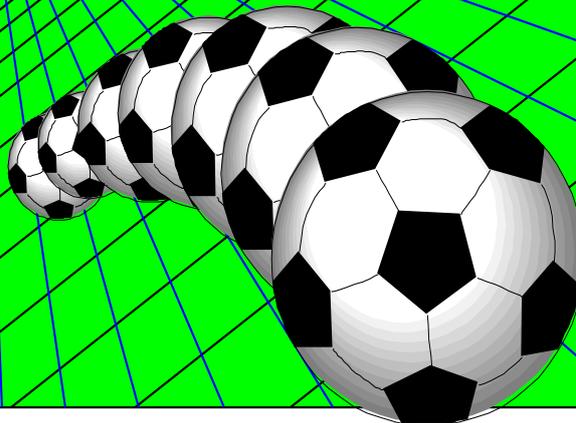
Tel. 0521/707411
Fax 0521/707420

legacalcio@uispparma.it
www.uispparma.t

REGOLAMENTO

Calcio A

5



edizione: settembre 2008

Regola	1	Il rettangolo di giuoco	pag.	3
Regola	2	Il pallone	"	8
Regola	3	Numero dei calciatori	"	10
Regola	4	Equipaggiamento dei calciatori	"	15
Regola	5	Primo Arbitro	"	17
Regola	6	Secondo Arbitro	"	21
Regola	7	Cronometrista e terzo Arbitro	Regola non applicata	
Regola	8	Durata della gara	"	23
Regola	9	Calcio d'inizio e ripresa del gioco	"	26
Regola	10	Pallone in giuoco e non in giuoco	"	29
Regola	11	Segnatura di una rete	"	31
Regola	12	Falli e comportamenti antisportivi	"	33
Regola	13	Calci di punizione	"	44
Regola	14	Falli cumulativi	Regola non applicata	
Regola	15	Calcio di rigore	"	47
Regola	16	Rimessa dalla linea laterale	"	52
Regola	17	Rimessa dal fondo	"	54
Regola	18	Calcio d'angolo	"	56
Appendice	A	Tiri di rigore	"	58

1) DIMENSIONI

Il campo deve essere rettangolare. La lunghezza delle linee laterali deve essere maggiore della lunghezza delle linee di porta.

Lunghezza: minima m. 25 - massima m. 42

Larghezza: minima m. 15 - massima m. 25

2) SEGNAZIONE

Il rettangolo di giuoco è segnato con linee. Tali linee appartengono alle aree da esse delimitate.

Le due linee di delimitazione più lunghe sono denominate "linee laterali". Quelle più corte sono denominate "linee di porta".

Tutte le linee hanno una larghezza di cm. 8.

Il rettangolo di giuoco è diviso in due parti dalla "linea mediana".

Nel centro della linea mediana è segnato un punto intorno al quale è tracciata una circonferenza con un 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, sono tracciati, verso l'interno, due quarti di circonferenza congiunti nella parte superiore da una retta, parallela alla linea di porta, lunga m. 3.16. Lo spazio racchiuso tra queste linee e quella di porta è denominato "area di rigore".

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, è segnato un punto, denominato "punto del calcio di rigore".

5) L'ARCO D'ANGOLO

Su ogni angolo, verso l'interno del campo, è tracciato un quarto di circonferenza con un raggio di cm. 25.

6) ZONA DELLE SOSTITUZIONI

La zona delle sostituzioni è situata sullo stesso lato in cui sono ubicate le panchine delle squadre, direttamente di fronte ad esse, da dove i calciatori entrano ed escono per le sostituzioni.

- a) Le zone di sostituzione sono situate direttamente di fronte alle panchine delle squadre e ciascuna deve essere lunga m. 3. Sono segnate, da ogni lato, da una linea, perpendicolare alla linea laterale, larga cm. 8 e lunga cm. 80, di cui cm. 40 all'interno della superficie di giuoco e cm. 40 all'esterno di essa.
- b) Ci deve essere una distanza di m. 3 tra l'estremità più vicina di ciascuna delle zone delle sostituzioni e l'intersezione della linea mediana con la linea laterale. Questo spazio aperto, situato proprio di fronte al tavolo del cronometrista, deve essere tenuto libero.

7) LE PORTE

Le porte devono essere ubicate al centro di ciascuna linea di porta.

Esse sono costituite da due pali verticali, equidistanti da ciascun angolo e congiunti alle loro estremità da una sbarra trasversale.

La distanza (misurazione interna) tra i pali è di m. 3 e la distanza tra il bordo inferiore della sbarra ed il terreno è di m. 2. Sia i pali che la sbarra trasversale devono avere lo stesso spessore di cm. 8. Le reti, fatte di canapa, di juta o nylon, devono essere fissate ai pali ed alla trasversale, dietro le porte, e la loro parte inferiore deve essere sostenuta da aste ricurve o da altri idonei supporti. La profondità della porta, intesa come distanza tra il bordo interno dei pali della porta verso l'esterno del rettangolo di giuoco è di almeno cm. 80 nella parte superiore e di cm. 100 al livello del terreno.

8) SICUREZZA

Le porte devono essere saldamente fissate al suolo durante il giuoco tramite ganci od oggetti similari, che non siano d'intralcio o pericolo per i calciatori.

9) SUPERFICIE DEL RETTANGOLO DI GIUOCO

La superficie deve essere piana, liscia e priva di asperità. È raccomandato l'uso di ricopertura in legno o di materiale sintetico. Non è consentito il cemento o il catrame.

DECISIONI

Decisione 1

Nel caso in cui le linee di porta misurino tra i 15 e i 16 metri, il raggio del quarto di circonferenza sarà soltanto di mt. 4,00. In questo caso, il punto del calcio di rigore non sarà più situato sulla linea che delimita l'area di rigore, ma rimane ad una distanza di mt. 6,00 dal punto centrale tra i due pali ed è equidistante da essi.

Decisione 2

Campo per destinazione.

Tra le linee perimetrali ed il rettangolo di gioco ed un qualunque ostacolo, deve esserci uno spazio piano ed al medesimo livello, della larghezza minima di mt. 1,00, denominato "campo per destinazione".

REGOLA 2 - IL PALLONE

1) Caratteristiche

Il pallone deve essere:

- a) sferico
- b) di cuoio o di altro materiale approvato;
- c) di una circonferenza di cm. 62 e non superiore a cm. 64;
- d) di un peso non inferiore a gr. 400 e non superiore a gr. 440 all'inizio della gara;
- e) a rimbalzo controllato;

2) Sostituzione di un pallone difettoso

a) Se nel corso della gara, il pallone scoppia oppure si danneggia, la gara deve essere interrotta e riprenderà con un nuovo pallone, con una rimessa da parte dell'arbitro, nel punto in cui si trovava il pallone, con una rimessa da parte dell'arbitro, nel punto in cui si trovava il pallone nel momento in cui si è reso inutilizzabile, (salvo quanto previsto dalla regola 9).

b) Se il pallone scoppia o si danneggia mentre non è in giuoco, prima dell'esecuzione di un calcio d'inizio, un calcio di rinvio, un calcio d'angolo, un calcio di punizione, un calcio di rigore o una rimessa laterale si riprende la gara deve essere ripresa in conformità a quanto previsto dalle regole del giuoco.

c) Il pallone non può essere sostituito durante la gara senza l'autorizzazione dell'arbitro.

Nelle Finali e/o Rassegne Nazionali le squadre devono obbligatoriamente usare i palloni messi a disposizione della Lega Nazionale Calcio.

REGOLA 3 - NUMERO DEI CALCIATORI

1) Calciatori

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

2) Procedura di sostituzione dei calciatori

a) È consentita l'utilizzazione di calciatori di riserva.

b) È consentito un numero massimo di 7 calciatori di riserva.

c) È consentito un numero illimitato di sostituzioni effettuate durante una gara. Un calciatore sostituito può partecipare nuovamente al giuoco, sostituendo a sua volta un altro calciatore.

d) Per sostituzione s'intende quella effettuata quando il pallone è in giuoco o non in giuoco e per la quale devono essere osservate le seguenti condizioni:

- il calciatore sostituito deve uscire dal rettangolo di giuoco oltrepassando la linea laterale della propria zona delle sostituzioni;
- il sostituto deve entrare dalla propria zona delle sostituzioni, non prima che il calciatore sostituito abbia completamente oltrepassato la linea laterale;
- i calciatori di riserva, chiamati o meno a partecipare al giuoco, sono sottoposti all'autorità ed alla giurisdizione degli arbitri;
- la sostituzione si concretizza quando il sostituto entra nel rettangolo di giuoco. Da quel momento egli diventa un calciatore titolare ed il compagno sostituito cessa di esserlo;

3) Infrazioni e Sanzioni

a) Se, durante l'effettuazione di una sostituzione, un sostituto entra nel rettangolo di giuoco prima che il calciatore sostituito ne sia completamente uscito:

- il giuoco sarà interrotto;
- il calciatore sostituito dovrà lasciare il rettangolo di giuoco;
- il sostituto verrà ammonito con il cartellino giallo;
- il giuoco sarà ripreso con un calcio di punizione indiretto che sarà calciato dalla squadra avversaria dal punto in cui era il pallone quando il giuoco è stato interrotto. Tuttavia, se questo si trovava all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto a favore della squadra attaccante, sarà calciato da un punto della linea dell'area di rigore più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il giuoco è stato interrotto.

c) Se, durante l'effettuazione di una sostituzione, un sostituto entra nel rettangolo di giuoco oppure un suo compagno sostituito ne esce da un punto che non sia quello della zona delle sostituzioni:

- il giuoco sarà interrotto;
- il calciatore inadempiente sarà ammonito con il cartellino giallo;
- il giuoco sarà ripreso con un calcio di punizione indiretto che sarà calciato dalla squadra avversaria dal punto in cui era il pallone quando il giuoco è stato interrotto. Tuttavia, se questo si trovava all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto a favore della squadra attaccante, sarà calciato da un punto della linea dell'area di rigore più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il giuoco è stato interrotto.

DECISIONI

1) NUMERO MINIMO DI GIOCATORI:

- Una gara non può essere iniziata o proseguita nel caso in cui una squadra si trovi ad avere meno di 3 calciatori partecipanti al gioco.

2) PORTIERE:

- Il portiere può scambiare il proprio ruolo con quello di qualsiasi altro calciatore, ma la sua sostituzione può avvenire solo durante una interruzione di gioco.

3) ADEMPIMENTI PRELIMINARI ALLA GARA E IDENTIFICAZIONE DEI CALCIATORI:

Prima dell'inizio di ogni gara il Dirigente accompagnatore o il capitano della squadra deve presentare all'arbitro:

- due copie della lista gara;
- i documenti d'identità delle persone ammesse all'interno del campo di gioco;
- le tessere UISP delle persone ammesse all'interno del campo di gioco;

Le liste gara delle squadre dovranno necessariamente indicare: l'ora di presentazione delle stesse, un capitano ed un vice-capitano.

L'Arbitro, prima di ammettere i Tesserati all'interno del campo di gioco, deve provvedere a identificarli controllando che i dati dei documenti di identità corrispondano a quelli delle tessere e ai nominativi trascritti nella lista gara.

REGOLA 4 - EQUIPAGGIAMENTO DEI CALCIATORI

1) Sicurezza

Un calciatore non può indossare alcun oggetto che sia pericoloso per se stesso o per un altro calciatore, compresi i gioielli di qualsiasi tipo.

2) Equipaggiamento di base

L'equipaggiamento obbligatorio di un calciatore è costituito da maglia, calzoncini, calzettoni, parastinchi e scarpe. Sono consentite soltanto scarpe da ginnastica, scarpe in tela, scarpe morbide con suola di gomma o materiale simile. L'uso delle scarpe è obbligatorio. Se vengono indossati dei calzoncini termici, devono essere dello stesso colore dei calzoncini.

3) Maglie o casacche

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; i colori dei numeri devono contrastare chiaramente con i colori delle maglie.

4) Parastinchi

L'uso dei parastinchi non è obbligatorio.

5) Portieri

Al portiere è consentito indossare pantaloni lunghi. Egli deve indossare dei colori che consentano di distinguerlo facilmente dagli altri calciatori e dagli arbitri. Se un calciatore in campo sostituisce il portiere, sul dorso della maglia da portiere, indossata dal calciatore, deve essere segnato il numero dello stesso calciatore.

1) Infrazioni e Sanzioni

Per qualsiasi infrazione a questa Regola il calciatore in difetto deve essere allontanato dal rettangolo di giuoco per mettere in ordine il proprio equipaggiamento e non potrà rientrarvi se non dopo essersi presentato ad uno degli arbitri che dovrà assicurarsi della regolarità dell'equipaggiamento. Il rientro del calciatore può avvenire soltanto durante un'interruzione del giuoco.

REGOLA 5 - PRIMO ARBITRO

1) L'autorità dell'Arbitro

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

2) Poteri e compiti

L'Arbitro deve:

- vigilare sul rispetto delle Regole del Giuoco;
- permettere che il giuoco continui quando la squadra contro la quale è stata commessa un'infrazione, ne risulterebbe avvantaggiata e punire l'infrazione se il previsto vantaggio non si dovesse verificare;
- prendere nota dei fatti relativi alla gara e fornire alle autorità competenti un referto di gara che comprende le informazioni su qualsiasi provvedimento disciplinare preso nei confronti dei calciatori e / o dei dirigenti di squadra e su qualsiasi fatto e incidente occorso prima, durante o dopo la gara;
- svolgere le funzioni di cronometrista;
- interrompere, sospendere o decretare la fine della gara a causa di qualsiasi infrazione delle Regole o di qualsiasi tipo di interferenza esterna;

- prendere provvedimenti disciplinari nei confronti di calciatori colpevoli di infrazioni punibili con l'ammonizione e l'espulsione;
- assicurarsi che non entrino nel rettangolo di gioco persone non autorizzate;
- interrompere il gioco se ritiene che un calciatore sia gravemente infortunato ed assicurarsi che venga trasportato fuori dal rettangolo di gioco;
- lasciare proseguire il gioco fino a quando il pallone cessa di essere in gioco se, a suo avviso, un calciatore è lievemente infortunato;
- assicurarsi che ogni pallone utilizzato rispetti i requisiti della Regola 2

2) Decisioni dell'arbitro

Le decisioni dell'arbitro su fatti relativi al gioco sono inappellabili.

DECISIONI

• Decisione 1

L'utilizzo del secondo arbitro è facoltativo.

• Decisione 2

Se un calciatore subisce un lieve infortunio, il gioco non deve essere interrotto fino a quando il pallone non cessa di essere in gioco. Il calciatore infortunato può essere soccorso nel rettangolo di gioco.

• Decisione 3

In caso di direzione con due arbitri, se il primo arbitro ed il secondo arbitro segnalano contemporaneamente un fallo e sono in disaccordo su quale delle due squadre vada penalizzata, prevarrà la decisione del primo arbitro.

• Decisione 4

Sia il primo arbitro che il secondo arbitro hanno il diritto di ammonire o di espellere un calciatore ma, in caso di disaccordo tra loro, prevarrà la decisione del primo arbitro.

REGOLA 6 - SECONDO ARBITRO

1) Compiti

a) Per lo svolgimento della gara potrà essere designato un secondo arbitro. Egli opererà dal lato opposto a quello del primo arbitro.

b) Il secondo arbitro assiste il primo nel controllo della gara secondo quanto prescritto dalle Regole del Giuoco. Inoltre, il secondo arbitro ha il potere discrezionale di interrompere il gioco per qualsiasi infrazione alle Regole e verifica che le sostituzioni avvengano in modo regolare.

c) In caso di indebita interferenza del secondo arbitro, il primo lo dispenserà dai suoi compiti, disponendone la sostituzione. Di questo il primo arbitro dovrà fare menzione nel referto di gara mettendone a conoscenza le autorità competenti.

DECISIONI

- Le gare dei campionati o tornei a carattere Territoriale e Provinciale, possono essere disputate anche senza la presenza del secondo arbitro.
- Le gare di importanza particolare, ovvero a discrezione della Lega Calcio di appartenenza e gare di finali ad ogni livello, debbono essere dirette da due arbitri.
- In caso di mancato arrivo ovvero di infortunio di uno dei due arbitri le gare di tutti campionati ad ogni livello, potranno essere dirette ovvero proseguite anche con la direzione di un solo arbitro.
- Il secondo arbitro può dare, previo accordo con il primo arbitro, il segnale di ripresa del gioco dopo ogni sospensione temporanea.

REGOLA 7 - CRONOMETRISTA E TERZO ARBITRO

REGOLA NON APPLICATA DALLA LEGA CALCIO UISP

REGOLA 8 - DURATA DELLA GARA

1) Periodi di giuoco

La durata della gara è stabilita in due periodi di 25 minuti effettivi di giuoco ciascuno. Il controllo dei tempi sarà effettuato dall'arbitro della gara.

La durata di ciascun tempo deve essere prolungata per poter effettuare un calcio di rigore.

2) Time-out

Le due squadre hanno la possibilità di richiedere un minuto di time-out per ogni tempo di gara, rispettando le seguenti norme:

- a) gli allenatori delle squadre sono autorizzati a richiedere un time-out di un minuto per tempo;
- b) un time-out di un minuto può essere richiesto in qualsiasi momento, ma deve essere concesso soltanto se la squadra è in possesso del pallone;
- c) l'arbitro autorizzerà il permesso di un time-out quando il pallone non è in giuoco;

d) quando viene accordato un time-out i calciatori debbono rimanere all'interno del rettangolo di giuoco. Se devono ricevere istruzioni dal proprio allenatore, ciò può avvenire soltanto dal bordo del campo, all'altezza della propria panchina. La persona che darà loro istruzioni non potrà entrare sul terreno di giuoco.

e) se una squadra non ha richiesto il time-out al quale aveva diritto nel primo tempo di gara, non lo potrà recuperare nel secondo.

3) L'intervallo di metà gara

L'intervallo di metà gara non potrà superare i 10 minuti.

DECISIONI

- **Decisione 1**

La durata di tutte le gare, ad ogni livello, è stabilito in due periodi di 25 minuti.

- **Decisione 2**

La durata dei tempi supplementari è stabilita in 5 minuti ciascuno.

- **Decisione 3**

Se il regolamento della competizione prevede dei tempi supplementari non potranno essere richiesti time out durante il loro svolgimento.

- **Decisione 4**

Il termine d'attesa in caso di ritardato inizio della gara, è pari alla durata di un tempo della gara (25 minuti), salvo diverse disposizioni dell'Organo competente.

- **Decisione 5**

Nel caso in cui venga a mancare la luce dopo i tempi supplementari o prima che sia terminata l'esecuzione dei tiri di rigore, il risultato della gara sarà deciso mediante il lancio in aria di una moneta ovvero tirando a sorte.

REGOLA 9 - CALCIO D'INIZIO E RIPRESA DEL GIUOCO

1) Preliminari

La scelta della metà del rettangolo di giuoco viene sorteggiata con una moneta. La squadra che vince il sorteggio sceglie la porta contro cui attaccherà nel primo periodo di giuoco. L'altra squadra ha diritto a battere il calcio d'inizio della gara. La squadra che vince il sorteggio ha diritto a battere il calcio d'inizio del secondo tempo della gara. Nel secondo periodo della gara le squadre invertono le rispettive metà del rettangolo da giuoco ed attaccano in direzione della porta opposta.

2) Il calcio d'inizio

Il calcio d'inizio è un modo di iniziare o di riprendere il giuoco:

- a) all'inizio della gara;
- b) dopo la segnatura di una rete;
- c) dopo l'intervallo di metà gara;
- d) all'inizio di ogni tempo supplementare.

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

3) Procedura

La procedura per il calcio d'inizio è la seguente:

- a) tutti i calciatori devono trovarsi nelle rispettive metà del rettangolo di giuoco;
- b) i calciatori della squadra che non batte il calcio d'inizio devono posizionarsi ad una distanza di almeno m. 3 dal pallone fino a quando questo non sia in giuoco;
- c) il pallone deve essere fermo al suolo nel punto centrale del rettangolo di giuoco;
- d) l'arbitro emette il fischio che autorizza il calcio d'inizio;
- e) il pallone è in giuoco quando viene calciato e si muove in avanti;
- f) il calciatore che batte il calcio d'inizio non può toccare nuovamente il pallone prima che lo abbia toccato un altro calciatore;
- g) quando una squadra segna una rete, il calcio d'inizio spetta all'altra squadra.

4) Infrazioni e Sanzioni

Se il calciatore che ha battuto il calcio d'inizio giuoca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giuocato da un altro calciatore dovrà essere accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Per qualsiasi altra infrazione commessa nel battere il calcio d'inizio, quest'ultimo deve essere ripetuto.

5) Rimessa in giuoco del pallone

Dopo un'interruzione temporanea di giuoco provocata da una causa non prevista dalle Regole di Giuoco la gara deve essere ripresa con una rimessa in giuoco del pallone da parte dell'arbitro.

6) Procedura per la rimessa in giuoco del pallone

La procedura è la seguente:

- a) l'arbitro fa cadere il pallone nel punto in cui si trovava al momento dell'interruzione, salvo che si tratti dell'area di rigore; in tale caso deve farlo cadere sulla linea dell'area di rigore, nel punto più vicino a quello in cui si trovava al momento dell'interruzione.
- b) il giuoco riprende non appena il pallone tocca il suolo.

7) Infrazioni e Sanzioni

La rimessa del pallone deve essere ripetuta:

- a) se il pallone viene giuocato da un calciatore prima di entrare in contatto con il suolo;
- b) se il pallone esce dal rettangolo di giuoco dopo il contatto con il suolo, senza essere stato toccato da un calciatore.

REGOLA 10 - PALLONE IN GIUOCO E NON IN GIUOCO

1) Pallone non in giuoco

Il pallone non è in giuoco quando:

- a) ha interamente oltrepassato, sia in terra sia in aria, una linea laterale o una linea di porta;
- b) il giuoco è stato interrotto dall'arbitro;
- c) tocca il soffitto o la rete soprastante il terreno di giuoco;

2) Pallone in giuoco

Il pallone è in giuoco in tutti gli altri casi ivi compresi quando:

- a) rimbalza nel rettangolo di giuoco dopo aver colpito un palo o la sbarra trasversale della porta;
- b) rimbalza su uno degli arbitri che si trova all'interno del rettangolo di giuoco.

Decisioni

- a) Quando la gara è disputata al coperto e il pallone tocca accidentalmente il soffitto, il giuoco deve essere interrotto e successivamente ripreso con una rimessa dalla linea laterale a favore della squadra avversaria di quella che ha toccato il pallone per ultima.
- b) La rimessa viene effettuata da un punto sulla linea laterale più vicina all'intersezione tra ciascuna linea laterale e l'immaginaria linea che scorre parallelamente alla linea di porta ed al luogo sotto il quale il pallone ha colpito il soffitto.

REGOLA 11 - SEGNATURA DI UNA RETE

1) Segnatura di una rete

Salvo le eccezioni previste dalle Regole del Giuoco, una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente superato 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, portiere compreso.

Il portiere, su rimessa dal fondo o dopo una parata efficace, lanciando il pallone con le mani nella metà campo avversaria, non può segnare una rete in questo modo.

2) Squadra vincente

La squadra che ha segnato il maggior numero di reti durante una gara, risulta vincente. Se non è stata segnata nessuna rete o se le squadre hanno segnato un eguale numero di reti, la gara risulta pari.

3) Regole della competizione

Per le partite che si concludono in parità, le regole della competizione possono prevedere l'aggiunta di tempi supplementari o altre procedure per determinare la squadra vincente della gara.

REGOLA 12 - FALLI E COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO

I falli ed i comportamenti antisportivi devono essere puniti come segue:

1) Calcio di punizione diretto

Un calcio di punizione diretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che, a giudizio dell'arbitro, commette per negligenza, imprudenza oppure per vigoria sproporzionata, uno dei seguenti sei falli:

- a) da o tenta di dare un calcio ad un avversario;
- b) fa o tenta di fare uno sgambetto all'avversario;
- c) salta su un avversario;
- d) carica un avversario;
- e) colpisce o tenta di colpire un avversario;
- f) spingere un avversario.

Alla squadra avversaria viene accordato un calcio di punizione diretto anche quando un calciatore commette una delle seguenti infrazioni:

- g) trattiene un avversario;
- h) sputa contro un avversario;

i) tenta di giocare il pallone intervenendo in scivolata, in qualsiasi maniera, su un avversario che sia in possesso del pallone o che sia in procinto di giocarlo (**contrasto scivolato**).

l) gioca volontariamente il pallone con le mani. Questa norma non si applica al portiere che si trova nella propria area di rigore. Il calcio di punizione diretto va battuto dal punto in cui è stato commesso il fallo.

2) Calcio di rigore

Viene assegnato un calcio di rigore quando un calciatore commette uno dei suddetti falli all'interno della propria area di rigore, indipendentemente dalla posizione del pallone, purchè lo stesso sia in giuoco.

3) Calcio di punizione indiretto

Alla squadra avversaria viene assegnato un calcio di punizione indiretto quando il portiere commette una delle seguenti infrazioni:

a) dopo essersi spossessato del pallone, lo riceve di ritorno da un compagno prima che abbia superato la linea mediana o senza che sia stato giocato o toccato da un avversario;

b) tocca o controlla il pallone con le mani (nella propria area di rigore) dopo che questo gli sia stato volontariamente passato con i piedi da un compagno di squadra;

c) tocca o controlla con le mani (nella propria area di rigore) il pallone passatogli direttamente su una rimessa dalla linea laterale, effettuata da un compagno di squadra;

d) tocca o controlla il pallone con le mani o con i piedi, in qualsiasi parte del campo, per più di quattro secondi, tranne quando ciò avviene nella metà del rettangolo di giuoco della squadra avversaria.

Il portiere su rimessa dal fondo o dopo una parata efficace, può lanciare il pallone, con le mani, oltre la linea mediana (una rete non potrà mai essere segnata in questo modo).

Alla squadra avversaria viene assegnato un calcio di punizione indiretto, che dovrà essere battuto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, anche quando, secondo il parere dell'arbitro, un calciatore:

e) gioca in modo pericoloso;

f) impedisce intenzionalmente la progressione di un avversario (senza contatto fisico);

g) ostacola il portiere nell'atto di liberarsi del pallone che ha tra le mani;

h) commette qualsiasi altra infrazione, non precedentemente menzionata nella Regola 12, per la quale il giuoco viene interrotto per ammonire o espellere un calciatore. Il calcio di punizione indiretto deve essere battuto nel punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che questa non sia stata commessa all'interno della propria area di rigore. In questo caso il calcio di punizione dovrà essere battuto da un punto della linea di rigore che sia il più vicino possibile a quello dove è stata commessa l'infrazione.

4) Sanzioni disciplinari

— Falli passibili di ammonizione —

Un calciatore deve essere ammonito con il cartellino giallo quando commette una delle seguenti infrazioni:

a) si rende colpevole di comportamento antisportivo;

b) manifesta dissenso con parole e gesti;

c) trasgredisce ripetutamente le Regole del Giuoco;

d) ritarda la ripresa del giuoco;

e) non rispetta la distanza prescritta quando il giuoco viene ripreso con un calcio d'angolo, una rimessa laterale, un calcio di punizione;

f) entra o rientra nel campo senza il permesso dell'arbitro o infrange la procedura della sostituzione;

g) abbandona deliberatamente il rettangolo senza il permesso dell'arbitro. Per una qualsiasi delle suddette infrazioni, viene accordato, alla squadra avversaria, un calcio di punizione indiretto da battersi nel punto in cui è stata commessa l'infrazione. Se l'infrazione è stata commessa all'interno della propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto deve essere battuto dalla linea di rigore, nel punto più vicino a quello in cui è stata commessa l'infrazione.

— Falli passibili di espulsione —

Un calciatore deve essere espulso con il cartellino rosso quando commette una delle seguenti infrazioni:

h) si rende colpevole di condotta gravemente scorretta;

i) si rende colpevole di un fallo violento;

l) sputa contro un avversario o qualsiasi altra persona;

m) priva la squadra avversaria di una rete o di una evidente opportunità di segnare una rete, toccando deliberatamente il pallone con le mani. Questo non si applica ad un portiere all'interno della propria area di rigore;

n) priva di una evidente opportunità di segnare una rete un avversario che si dirige verso la porta opposta, mediante un fallo punibile con un calcio di punizione o un calcio di rigore;

o) pronuncia frasi ingiuriose o volgari;

p) riceve una seconda ammonizione nella stessa gara.

Se il giuoco viene interrotto perché un calciatore viene espulso per le infrazioni (o) o (p), senza che siano state commesse ulteriori infrazioni alle Regole del Giuoco, il giuoco viene ripreso con un calcio di punizione indiretto, assegnato alla squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Tuttavia, se l'infrazione viene commessa nella propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto viene battuto dalla linea dell'area di rigore, nel punto più vicino a quello in cui è stata commessa l'infrazione.

DECISIONI

Un calciatore espulso non può più prendere parte alla gara in corso e non può sedere sulla panchina dei sostituti. La sua sostituzione può essere effettuata dopo due minuti dall'espulsione, a meno che non venga segnata una rete prima che siano trascorsi i due minuti. In questo caso dovranno essere osservate le seguenti modalità:

- se le squadre stanno giocando con 5 calciatori contro 4 e la squadra numericamente superiore segna una rete, la squadra con soli 4 calciatori può essere completata con un quinto calciatore;
- se le squadre stanno giocando 4 calciatori contro 4 e viene segnata una rete, ambedue le squadre rimangono con lo stesso numero di calciatori;
- se le squadre stanno giocando con 5 calciatori contro 3, oppure 4 contro 3 e la squadra numericamente superiore segna una rete, alla squadra con 3 calciatori se ne può aggiungere soltanto un altro;
- se ambedue le squadre stanno giocando con 3 calciatori e viene segnata una rete, le squadre rimangono con lo stesso numero di calciatori;
- se la squadra che segna la rete è quella numericamente inferiore, il gioco proseguirà senza modificare il numero di calciatori.

- **un calciatore che entra in scivolata, nel tentativo di giocare il pallone, anche senza toccare l'avversario, è punibile con un calcio di punizione diretto.**

REGOLA 13 - CALCI DI PUNIZIONE
1) Calci di punizione

I calci di punizione sono diretti ed indiretti. 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.

2) Il calcio di punizione diretto

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

3) Il calcio di punizione indiretto

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

4) Posizione del calcio di punizione

- Quando viene battuto un calcio di punizione, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza di almeno 5 metri dal pallone prima che questo sia giocato.
- Il pallone è in gioco dopo che è stato toccato e si muove.

5) Infrazioni e Sanzioni

- Quando un calciatore della squadra avversaria non rispetta la distanza prescritta per l'esecuzione di un calcio di punizione il calcio di punizione deve essere ripetuto;
- Se il calciatore che ha battuto il calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore deve essere concesso, a 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 dell'area di rigore, nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa;
- Se la squadra che deve battere il calcio di punizione impiega più di 4 secondi per eseguirlo, sarà accordato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.

6) Segnali Calcio di punizione indiretto:

l'arbitro indica un calcio di punizione indiretto alzando il suo braccio al di sopra della testa. Egli mantiene il braccio in tale posizione fino a quando il calcio di punizione non sia stato battuto ed il pallone non abbia toccato un altro calciatore o cessi di essere in gioco.

DECISIONI

Allo scopo di distinguere tra il calcio di punizione diretto e quello indiretto, gli arbitri quando accordano un calcio di punizione indiretto lo segnaleranno (**obbligatoriamente entrambi**) alzando il braccio al di sopra della testa.

Gli arbitri manterranno tale posizione fino a quando il **calcio di punizione non sia stato battuto e finché il pallone non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore ovvero abbia cessato di essere in gioco.**

REGOLA 14 - FALLI CUMULATIVI
REGOLA NON APPLICATA DALLA LEGA CALCIO UISP
REGOLA 15 - 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 gioco. Una rete può essere segnata direttamente con un calcio di rigore. La durata del primo e del secondo tempo di gioco o dei tempi supplementari deve essere prolungata per consentire l'esecuzione di un calcio di rigore.

1) Posizione del pallone e dei calciatori

- a) Il pallone deve essere collocato sul punto del calcio di rigore
- b) Il calciatore che batte il calcio di rigore deve essere debitamente identificato
- c) Il portiere della squadra difendente deve restare sulla propria linea di porta, tra i due pali della porta, facendo fronte al calciatore incaricato del tiro, fino a quando il pallone non viene calciato.
- d) Tutti i calciatori, tranne l'incaricato del tiro, devono posizionarsi:
 - all'interno del rettangolo di giuoco;
 - fuori dall'area di rigore;
 - dietro o sulla linea immaginaria passante per il punto del rigore parallela alla linea di porta;
 - almeno a 5 m. dal punto di rigore.

2) Esecuzione

La procedura è la seguente:

- a) il calciatore che batte il calcio di rigore deve calciare in avanti il pallone;
- b) egli non può giocare una seconda volta il pallone fino a quando lo stesso non è stato toccato o giocato da un altro calciatore;
- c) il pallone è in giuoco immediatamente dopo che è stato giocato e si muove in avanti;
- d) se il calcio di rigore viene concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari o supplementari la gara deve essere prolungata per consentire l'esecuzione o la ripetizione di un calcio di rigore e la rete sarà considerata valida se, prima di passare tra i pali della porta e sotto la sbarra trasversale, il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più dei suddetti elementi.

3) Infrazioni e Sanzioni

- a) Se un calciatore della squadra difendente commette un'infrazione a questa Regola del Giuoco:
 - il calcio di rigore dovrà essere ripetuto solo se la rete non è stata segnata;
 - il calcio di rigore non dovrà essere ripetuto se è stata segnata una rete.
- b) Se un compagno di squadra del calciatore incaricato del tiro commette un'infrazione a questa Regola del Giuoco:
 - il calcio di rigore dovrà essere ripetuto se è stata segnata una rete
 - il calcio di rigore non dovrà essere ripetuto se non è stata segnata una rete.
- c) Se il calciatore che ha battuto il calcio di rigore commette un'infrazione a questa Regola del Giuoco, con il pallone in giuoco, alla squadra avversaria viene concesso un calcio di punizione indiretto che dovrà essere calciato dal punto in cui è stato commesso il fallo. Se il fallo è stato commesso all'interno dell'area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dell'area di rigore nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa.

REGOLA 16 - RIMESSA DALLA LINEA LATERALE

La rimessa dalla linea laterale è un modo di riprendere il giuoco. Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dalla linea laterale.

1) La rimessa laterale viene concessa:

- a) quando il pallone oltrepassa interamente una linea laterale, sia a terra sia in aria, o colpisce il soffitto;
- b) dal punto in cui ha oltrepassato la linea laterale;
- c) alla squadra avversaria del calciatore che ha toccato per ultimo il pallone.

2) Posizione del pallone e dei calciatori

- a) **Il pallone deve essere collocato sulla linea laterale e deve essere rimesso in giuoco all'interno del terreno di gioco in qualsiasi direzione.**
- b) Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve avere una parte di ciascun piede o sulla linea laterale o sul campo per destinazione.
- c) I calciatori della squadra difendente si devono trovare ad almeno 5 m. dal pallone.

3) Esecuzione

La procedura è la seguente:

- a) Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve farlo entro 4 secondi dal momento in cui viene in possesso del pallone;
- b) il calciatore che effettua la rimessa dalla linea laterale non può giocare il pallone una seconda volta prima che sia toccato o giocato da un altro calciatore;
- c) il pallone è in giuoco immediatamente dopo che è stato calciato o toccato e si muove.

4) Infrazioni e Sanzioni

- a) **Viene accordato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria se** il calciatore che effettua la rimessa dalla linea laterale gioca il pallone una seconda volta prima che sia stato toccato o giocato da un altro calciatore. Il calcio di punizione indiretto viene eseguito dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che ciò sia avvenuto nell'area di rigore, nel qual caso il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dell'area di rigore, dal punto più vicino a quello in cui è stato commesso il fallo.
- b) **La rimessa dalla linea laterale viene ripetuta da un calciatore della squadra avversaria se:**
 - la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata regolarmente;
 - la rimessa dalla linea laterale viene effettuata da un punto diverso da quello in cui il pallone ha oltrepassato la linea laterale;
 - la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata entro 4 secondi dal momento in cui il calciatore è entrato in possesso del pallone.

DECISIONI

La rimessa laterale deve essere effettuata con i piedi.

REGOLA 17 - RIMESSA DAL FONDO

La rimessa dal fondo è un modo di riprendere il giuoco. Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dal fondo.

1) La rimessa dal fondo viene concessa

a) quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra attaccante, oltrepassa interamente la linea di porta, sia a terra che in aria, e non è stata segnata una rete come prescritto dalla Regola 11.

2) Procedura

La procedura è la seguente:

a) Il portiere lancia il pallone con le mani da un punto qualsiasi all'interno dell'area di rigore;

b) I calciatori della squadra avversaria dovranno rimanere al di fuori dell'area di rigore finché il pallone non è in giuoco;

c) il portiere non dovrà giocare il pallone una seconda volta finché questo non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore;

d) il pallone sarà in giuoco quando sarà uscito completamente fuori dall'area di rigore.

3) Infrazione e Sanzioni

a) se il pallone non viene lanciato direttamente fuori dall'area di rigore, viene ripetuta la rimessa dal fondo;

b) se, dopo che il pallone è in giuoco, il portiere tocca il pallone una seconda volta, prima che sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, viene concesso un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che ciò sia avvenuto nell'area di rigore, nel qual caso il calcio di punizione sarà battuto dalla linea dell'area di rigore, dal punto più vicino a quello in cui è stato commesso il fallo.

c) se il pallone è giocato dopo 4 secondi, contati dal momento in cui il portiere entra in possesso del pallone, sarà accordato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria che sarà battuto sulla linea dell'area di rigore nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa.

Il portiere, su rimessa dal fondo, può lanciare, con le mani, il pallone oltre la linea mediana.

REGOLA 18 - CALCIO D'ANGOLO

Un calcio d'angolo è un modo di riprendere il giuoco. Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'angolo, **ma soltanto contro la squadra avversaria.**

1) Viene concesso un calcio d'angolo

a) quando il pallone toccato per ultimo da un calciatore della squadra difendente, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, e non è stata segnata una rete come prescritto dalla Regola 11.

2) Procedura

La procedura è la seguente:

a) il pallone deve essere collocato precisamente all'interno dell'arco d'angolo, il più vicino possibile all'angolo;

b) i calciatori della squadra avversaria devono rimanere a 5 m. almeno dal pallone finché esso non è in giuoco;

c) il pallone viene calciato da un calciatore della squadra attaccante;

d) il pallone è in giuoco quando viene toccato e si muove;

e) il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo non può giocare una seconda volta il pallone fino a quando lo stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore.

3) Infrazioni e Sanzioni

a) Alla squadra avversaria viene assegnato un calcio di punizione indiretto quando:

- 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. Il calcio di punizione indiretto viene battuto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione;

- il calcio d'angolo non viene battuto entro 4 secondi dal momento in cui il calciatore che lo deve battere entra in possesso del pallone ed il calcio di punizione indiretto viene eseguito dall'arco d'angolo.

Tiri di rigore per la determinazione della squadra vincente

I tiri di rigore rappresentano un metodo per determinare la squadra vincente, quando il regolamento della competizione richiede che ci sia una squadra vincente dopo che la gara si è conclusa in pareggio.

Procedura

La procedura è la seguente:

- a) il primo arbitro sceglierà la porta verso la quale dovranno essere battuti i tiri;
- b) il primo arbitro procede, con i capitani, al sorteggio per stabilire quale squadra effettuerà il primo tiro;
- c) il primo arbitro annota per scritto la sequenza di ciascun tiro battuto;
- d) ciascuna delle due squadre esegue cinque tiri di rigore conformemente alle seguenti procedure:
 - 1) saranno calciati 5 tiri di rigore, alternativamente dalle due squadre, da cinque diversi calciatori;
 - 2) i nomi ed i numeri dei giocatori che battono i primi cinque tiri di rigore devono essere comunicati all'arbitro dai capitani delle rispettive squadre, prima dell'esecuzione dei tiri di rigore e debbono essere compresi nella lista dei 12 nominativi presentata all'inizio della gara;
 - 3) ove si verifichi che una squadra abbia concluso in inferiorità numerica la gara, l'altra squadra, senza aver terminato la rotazione, quando la prima ricomincia il giro, potrà scegliere di far ribattere ad un giocatore che ha già tirato;
 - 4) se prima che le due squadre abbiano eseguito i loro cinque tiri di rigore, una di esse segna un numero di reti che l'altra non potrà mai realizzare pur terminando la serie dei cinque tiri, l'esecuzione dei tiri non dovrà essere proseguita;
 - 5) se al termine della serie di 5 rigori le squadre fossero ancora in parità si procederà ad oltranza, sempre alternativamente e con lo stesso ordine, fino a quando una squadra avrà realizzato una rete più dell'altra a parità di tiri;
 - 6) i calciatori che dovranno battere i tiri ad oltranza dovranno essere diversi da coloro che hanno calciato i primi cinque tiri utilizzando tutti i calciatori indicati nella distinta e presenti sul rettangolo di giuoco (con l'esclusione prevista dalla procedura indicata al punto 3). Esauriti questi riprenderanno a tirare i calciatori che hanno battuto i primi cinque tiri (punto 1), seguendo lo stesso precedente ordine;
 - 7) nessun calciatore espulso potrà prendere parte all'effettuazione dei tiri di rigore;
 - 8) qualsiasi calciatore utilizzabile può sostituire il portiere;
 - 9) soltanto i calciatori indicati e gli ufficiali di gara sono autorizzati a sostare sul terreno di giuoco durante l'esecuzione dei tiri di rigore;
 - 10) tutti i calciatori eccetto colui che esegue il tiro ed i due portieri, devono sostare nella metà campo opposta a quella in cui vengono eseguiti i tiri di rigore. Spetta al secondo arbitro il controllo di questa parte del campo e dei calciatori che vi sostano;
 - 11) il portiere, il cui compagno esegue il tiro di rigore, deve restare sul terreno di giuoco, senza intralciare lo sviluppo del giuoco.