



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



edizione: settembre 2008

SOMMARIO

Regola	1	Il terreno di giuoco	pag.	150
Regola	2	Il pallone	"	153
Regola	3	Numero dei calciatori	"	154
Regola	4	Equipaggiamento dei calciatori	"	156
Regola	5	L'Arbitro	"	158
Regola	6	Durata della gara	"	161
Regola	7	Calcio d'inizio e ripresa del giuoco	"	163
Regola	8	Pallone in giuoco e non in giuoco	"	165
Regola	9	Segnatura di una rete	"	166
Regola	10	Falli e comportamento antisportivo	"	167
Regola	11	Calci di punizione	"	172
Regola	12	Calcio di rigore	"	174
Regola	13	Rimessa dalla linea laterale	"	176
Regola	14	Calcio di rinvio	"	177
Regola	15	Calcio d'angolo	"	178
Allegato	A	Tiri di rigore	"	179

REGOLA 1

IL TERRENO DI GIUOCO

1) Dimensioni

Il terreno di giuoco deve essere un rettangolo piano ed orizzontale della lunghezza di m.60 e della larghezza di m. 35. La lunghezza delle linee laterali deve essere, in ogni caso, superiore alla lunghezza delle linee di porta.

Sono ammessi adattamenti che non superino il 20% delle dimensioni di riferimento.

2) Segnatura

Il terreno di giuoco deve essere segnato con linee chiaramente visibili, linee che fanno parte integrante delle superfici che esse delimitano.

I lati maggiori del rettangolo sono denominati "linee laterali", quelli minori "linee di porta".

Tutte le linee devono essere chiaramente visibili ed avere una larghezza massima di cm. 12.

Il terreno di giuoco è diviso in due metà dalla "linea mediana".

Il centro del terreno di giuoco è segnato nel mezzo della linea mediana con un punto visibile del diametro indicativo di cm. 20. Attorno a questo punto è tracciata una circonferenza di m. 6,00 di raggio.

È possibile tracciare un segmento di linea di fuori del terreno di giuoco a m. 6,00 dall'arco dell'area d'angolo, perpendicolarmente alla linea di porta, per evidenziare la distanza, che gli avversari devono osservare nell'esecuzione di un calcio d'angolo.

3) Area di rigore

Alle due estremità del terreno di giuoco, a distanza di m.6 da ciascun palo della porta, verso l'interno, devono essere tracciate due linee perpendicolari alla linea di porta, lunghe m.10,00. Esse devono essere congiunte da una linea parallela alla linea di porta. Entrambe le aree delimitate da dette linee e dalla linea di porta sono denominate «area di rigore».

Sulla linea parallela alla linea di porta, che delimita l'area di rigore, lungo una linea immaginaria perpendicolare al centro di essa, ad una distanza di m. 8,00, deve essere segnato in modo ben visibile un punto denominato «punto del calcio di rigore». Da ciascun punto del calcio di rigore deve essere tracciato, all'esterno dell'area di rigore, un arco di circonferenza avente il raggio di m.6,00.

Le dimensioni dell'area di rigore possono essere inferiori a quelle previste con una tolleranza che non superi, comunque, il 10% delle misure previste.

4) Le bandierine (non obbligatorie)

In ciascun vertice del terreno deve essere infissa un'asta non appuntita in alto con bandierina, avente altezza non inferiore a m. 1,50 dal suolo.

5) Area d'angolo

Da ciascuno dei vertici del terreno, in cui sono infisse le bandierine d'angolo, all'interno del terreno, deve essere tracciato un quarto di circonferenza avente il raggio di m. 0,50.

6) Le porte

Al centro di ciascuna linea di porta devono essere collocate le porte, costituite da due pali verticali, equidistanti dalle bandierine d'angolo e distanti fra loro m 6,00 (misura interna) e riuniti alle loro estremità superiori da una sbarra trasversale il cui bordo inferiore deve risultare a m 2,00 dal livello del terreno.

La larghezza e lo spessore dei pali e della sbarra trasversale non dovranno essere superiori a 12 cm. I pali della porta e la sbarra trasversale dovranno avere la stessa larghezza.

Dietro le porte debbono essere fissate, ai pali, alle sbarre trasversali ed al terreno, delle reti opportunamente tese e sistemate in modo da non disturbare il portiere. I pali delle porte e le sbarre trasversali devono essere in legno, in metallo o in altro materiale approvato. La loro forma può essere quadrata, rettangolare, circolare o ellittica. In ogni caso non devono costituire alcun pericolo per i calciatori.

7) Rettangolo di giuoco

Deve essere piano, liscio e privo di asperità. E' raccomandato l'uso di terreni in erba o in materiale sintetico.

8) Campo per destinazione

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

Istruzioni supplementari:

- Le aree interne del terreno di giuoco comprendono la larghezza delle linee che le delimitano.
- Può essere tracciato un segno al di fuori del terreno di giuoco a 6,00 m di distanza dal quarto di cerchio dell'area d'angolo e ad angolo retto con la linea di porta, in modo da facilitare il compito dell'arbitro quando egli debba vigilare sul rispetto della distanza durante l'effettuazione del calcio d'angolo.

REGOLA 2 **IL PALLONE**

1) Caratteristiche del pallone

Il pallone deve essere di forma sferica. L'involucro esterno deve essere di cuoio o di altro materiale approvato. Per la sua confezione non potrà essere utilizzato alcun materiale che possa costituire pericolo per i calciatori.

Il pallone deve avere una circonferenza massima di cm. 70 e minima di cm. 68. All'inizio della gara esso deve avere il peso massimo di gr.450 e minimo di 410; la pressione deve essere pari a 0,6-1,1 atmosfere, ossia da 600 a 1.100 gr. per centimetro.

Il pallone non potrà essere sostituito durante la gara, senza l'autorizzazione dell'arbitro.

2) Sostituzione di un pallone difettoso

- a) Se nel corso della una gara, il pallone scoppia o 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 nel momento in cui si è reso inutilizzabile, (salvo quanto previsto dalla regola 11).
- b) Se il pallone scoppia o si danneggia quando non è in giuoco, prima dell'esecuzione di un calcio d'inizio, di un calcio d'angolo, di un calcio di punizione, di un calcio di rigore o di una rimessa dalla linea laterale, 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.

REGOLA 3

NUMERO DEI CALCIATORI

1) *Calciatori*

Ogni gara è disputata da due squadre composte ciascuna da un massimo di **sette** calciatori, uno dei quali giocherà da portiere.

Nessuna gara potrà aver luogo se l'una o l'altra squadra dispone di meno di **cinque** calciatori.

2) *Procedura della sostituzione*

E' consentita l'utilizzazione di calciatori di riserva fino ad un massimo di **cinque** per ogni gara giocata.

Le sostituzioni sono illimitate e devono essere effettuate a giuoco fermo previo assenso dell'arbitro nelle seguenti situazioni:

- a) in caso di rimessa dal fondo;
- b) dopo una rete segnata;
- c) nell'intervallo o in eventuali time-out;
- d) per grave infortunio di un giocatore partecipante al giuoco.

Un giocatore sostituito potrà nuovamente prendere parte al giuoco.

La sostituzione di un calciatore con uno di riserva deve uniformarsi alla seguente procedura:

- l'arbitro deve essere informato prima che la sostituzione avvenga
- il subentrante entrerà nel terreno di giuoco solo dopo che ne sia uscito il calciatore sostituito
- il subentrante deve entrare nel terreno di giuoco in corrispondenza della linea mediana
- ogni calciatore di riserva è sottoposto all'autorità e giurisdizione dell'arbitro sia che partecipi o meno al giuoco.

3) *Sostituzione del portiere*

Ciascun calciatore partecipante al giuoco può scambiare il ruolo con il portiere a condizione che:

- l'arbitro venga informato prima che la sostituzione avvenga
- lo scambio di ruolo si effettui nelle situazioni sopra menzionate.

- **Decisioni**

In particolari tornei le sostituzioni possono essere tradizionali.

In quel caso potranno andare in panchina fino ad un massimo di **sette** giocatori di cui **cinque**, senza vincoli di ruolo, potranno prendere parte al giuoco.

Poiché i giocatori sostituiti possono partecipare nuovamente alla gara, il Capitano può sostare in panchina pur conservando le mansioni ad esso attribuite. Nel caso di sua espulsione, dovrà essere sostituito nelle mansioni previste dal Vicecapitano.

4) Infrazioni e sanzioni

a) Se un calciatore scambia il ruolo con il portiere senza preavvisare l'arbitro, il giuoco non deve essere interrotto. I calciatori inadempienti saranno ammoniti alla prima interruzione di giuoco.

b) Se un calciatore in panchina (si intendono comunque quei calciatori che in quel momento non sono in campo) entra nel terreno di giuoco e giuoca senza l'autorizzazione dell'arbitro, il giuoco deve essere interrotto. Il calciatore di riserva in questione deve essere ammonito e dovrà uscire dal terreno di giuoco.

Il giuoco deve essere ripreso dall'arbitro con una propria rimessa nel punto in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto, a meno che lo stesso, in quel momento, si trovi nell'area di rigore, nel qual caso sarà rimesso in giuoco sulla linea dell'area di rigore, parallela alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il giuoco è stato interrotto.

Per qualsiasi altra infrazione alla presente regola, il calciatore inadempiente deve essere ammonito e, se il giuoco è stato interrotto dall'arbitro per comminare un'ammonizione, il giuoco verrà ripreso con un calcio di punizione indiretto battuto da un calciatore della squadra avversaria dal punto in cui si trovava il pallone al momento della interruzione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11.

REGOLA 4

EQUIPAGGIAMENTO DEI CALCIATORI

a) L'equipaggiamento o l'abbigliamento di base obbligatorio di un calciatore comprende: maglia, calzoncini, calzettoni, e calzature.

Sono consentite soltanto scarpe di tela o di cuoio soffice oppure scarpe da ginnastica con soles in gomma o materiale similare o scarpe di cuoio (tipo calcio) ma con tacchetti di gomma sulla suola.

Le scarpe di tela o tipo tennis o calcio a 5 sono obbligatorie sui campi in materiale sintetico. Le scarpe tipo calcio con tacchetti in gomma sulla suola sono ammesse sui terreni in erba.

b) L'equipaggiamento o l'abbigliamento di un calciatore non deve in alcun caso risultare pericoloso per se o per gli altri calciatori.

L'uso dei parastinchi, che devono essere completamente coperti dai calzettoni e di materiale adeguato (gomma, plastica, poliuretano, sostanze analoghe), è vivamente consigliato ma **non costituisce requisito obbligatorio** per prendere parte alla gara.

Le maglie dei calciatori devono essere numerate ed ogni squadra deve portare maglie di colore diverso.

Ogni calciatore della stessa squadra deve essere contrassegnato da un numero differente.
Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello di tutti gli altri calciatori, e dell'arbitro.

Al portiere è consentito di indossare pantaloni lunghi.

1) Infrazioni e sanzioni

Il calciatore che infrange questa regola deve essere invitato dall'arbitro ad uscire dal terreno di giuoco per mettere in ordine il proprio equipaggiamento, o per procurarsi le parti mancanti dell'equipaggiamento stesso.

Un'infrazione a questa Regola non deve comportare l'interruzione immediata del giuoco. Il calciatore che avrà dovuto lasciare il terreno di giuoco per mettere in ordine il proprio equipaggiamento, non potrà farvi ritorno senza il consenso dell'arbitro.

Quest'ultimo dovrà assicurarsi della regolarità dell'equipaggiamento prima di autorizzarlo a rientrare nel terreno di giuoco.

Il calciatore potrà rientrare nuovamente sul terreno di giuoco soltanto in occasione di una interruzione di giuoco.

Un calciatore, invitato ad uscire dal terreno di giuoco per aver infranto questa regola e che rientri nel terreno stesso senza preventiva autorizzazione dell'arbitro, deve essere sanzionato con l'ammonizione (cartellino giallo).

2) Ripresa del giuoco

Se il giuoco è stato interrotto dall'arbitro per sanzionare un'ammonizione, la gara riprenderà con un calcio di punizione indiretto eseguito da un calciatore della squadra avversaria nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione del giuoco, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11.

Istruzioni supplementari:

- Il capitano deve portare, quale segno distintivo, un bracciale di colore diverso da quello della maglia.

REGOLA 5 **L'ARBITRO**

Ogni gara si disputa sotto la direzione ed il controllo di un arbitro. La sua autorità e l'esercizio dei poteri che gli sono conferiti dalle Regole del Giuoco del Calcio a 7 e dalla Normativa Generale iniziano nel momento in cui egli arriva al campo di giuoco.

Il suo potere, nell'ambito della gara che è chiamato a dirigere, di infliggere punizioni si estende alle infrazioni commesse durante le interruzioni del giuoco e anche quando il pallone non è in giuoco. Le sue decisioni per questioni di fatto relative al giuoco sono inappellabili.

1) Competenze e obblighi

L'arbitro deve:

- vigilare sul rispetto delle Regole del Giuoco e della Normativa Generale;

- assicurarsi che ogni pallone utilizzato rispetti i requisiti della Regola 2;
- fungere da cronometrista e redigere un rapporto sulla gara;
- interrompere temporaneamente la gara, sospenderla o interromperla definitivamente, a sua discrezione, al verificarsi di ogni infrazione alle regole;
- interrompere temporaneamente la gara, sospenderla o interromperla definitivamente a seguito di interferenze da eventi esterni, qualunque essi siano;
- interrompere la gara se, a suo avviso, un calciatore è infortunato seriamente e farlo trasportare al di fuori del terreno di giuoco;
- lasciare proseguire il giuoco fino a quando il pallone cessa di essere in giuoco se, a suo avviso, un calciatore è solo lievemente infortunato;
- fare in modo che ogni calciatore che presenti una ferita sanguinante esca dal terreno di giuoco. Il calciatore potrà rientrarvi solo su assenso dell'arbitro dopo che il medesimo si sarà assicurato che l'emorragia sia stata arrestata;
- lasciare proseguire il giuoco quando la squadra che ha subito un fallo può avvantaggiarsene e punire il fallo inizialmente commesso se il vantaggio presunto accordato non si è concretizzato;
- punire il fallo più grave quando un calciatore commette simultaneamente più infrazioni;
- adottare provvedimenti disciplinari nei confronti dei calciatori che hanno commesso un fallo passibile di ammonizione o di espulsione. L'arbitro non è tenuto ad intervenire immediatamente, ma deve farlo alla prima interruzione di giuoco;
- adottare provvedimenti nei confronti dei dirigenti di squadra che non tengono un comportamento responsabile e, a sua discrezione, allontanarli dal recinto di giuoco;
- fare in modo che nessuna persona non autorizzata entri nel terreno di giuoco;
- dare il segnale di ripresa della gara dopo un'interruzione del giuoco;
- inviare agli organi disciplinari competenti un rapporto con le informazioni relative a tutti i provvedimenti disciplinari adottati nei confronti dei calciatori e/o dirigenti, e a tutti gli altri incidenti accaduti prima, durante e dopo la gara.

L'arbitro può ritornare su una sua decisione soltanto se ritiene che la stessa sia errata o, a sua discrezione, a seguito della segnalazione del secondo arbitro (se presente), sempre che il giuoco non sia stato ancora ripreso.

Se un calciatore deve essere espulso per una seconda ammonizione comminata durante la partita, l'arbitro dovrà prima mostrargli il cartellino giallo e, subito dopo, quello rosso allo scopo di indicare che l'espulsione è dovuta all'infrazione che ha comportato la seconda ammonizione e non a seguito di una infrazione che meriti, di per sé, un'espulsione immediata.

• Decisioni

Direzione delle gare

Le gare considerate ufficiali, o comunque autorizzate dalla Lega Calcio, devono essere dirette da un arbitro designato dal competente Organo Tecnico.

Se all'ora ufficiale fissata per l'inizio della gara l'Arbitro designato non è presente sul campo, le due squadre devono attenderlo per un periodo limite pari alla durata di un tempo di gara, salvo diverse disposizioni dell'organo tecnico.

Si fa riferimento per la sostituzione a quanto previsto dalla Normativa Generale.

Le gare possono essere dirette da 2 Arbitri. In tal caso entrambi avranno uguali poteri decisionali: sarà comunque designato un 1° Arbitro, deputato a decidere in eventuali provvedimenti non coincidenti.

Se il 1° e il 2° Arbitro fischieranno contemporaneamente una interruzione di giuoco, per motivi diversi, prevarrà la decisione del 1° Arbitro.

Non è previsto l'utilizzo degli assistenti di parte.

REGOLA 6 DURATA DELLA GARA

1) Periodi di giuoco

La gara si compone di due periodi di giuoco di **30 minuti ciascuno**.

2) Intervallo

I calciatori hanno diritto ad una sosta tra i due periodi di giuoco. La durata dell'intervallo non deve superare i 10 minuti. La durata dell'intervallo può essere modificata solo con il consenso dell'arbitro.

3) Recupero delle interruzioni di giuoco

Ciascun periodo deve essere prolungato per recuperare tutto il tempo perduto per:

- le sostituzioni;
- l'accertamento degli infortuni dei calciatori;
- il trasporto dei calciatori infortunati fuori del terreno di giuoco;
- le manovre tendenti a perdere deliberatamente tempo;
- ogni altra causa.

La durata del recupero per interruzioni di giuoco è a discrezione dell'arbitro.

4) Calcio di rigore

La durata di ciascun periodo deve essere prolungata per consentire l'esecuzione o la ripetizione di un calcio di rigore.

5) Prolungamento

Il regolamento della competizione può prevedere, per determinare la vincente della gara, di giocare un prolungamento di due periodi uguali (tempi supplementari). La loro durata è di 10 minuti ciascuno.

L'Arbitro, al termine dei tempi regolamentari, effettuerà un nuovo sorteggio nel terreno di giuoco, dando inizio, entro 5 minuti, al giuoco stesso.

Se stabilito dalle Norme di partecipazione di ogni torneo o campionato, la durata della gara potrà essere ridotta fino a 25 minuti per tempo.

Può essere prevista, nelle Norme di partecipazione ai vari tornei, la concessione delle interruzioni per time-out. In questo caso essi saranno di **1 minuto** ciascuno e non potranno essere più di uno per tempo e per squadra (4 totali ogni gara).

REGOLA 7

CALCIO D'INIZIO E RIPRESA DEL GIUOCO

a) All'inizio della gara

La scelta del terreno di giuoco è stabilita con sorteggio per mezzo di una moneta.

La squadra che vince il sorteggio sceglie la porta contro cui attaccherà nel primo tempo di giuoco. All'altra squadra sarà assegnato il calcio d'inizio della gara.

Al segnale dell'arbitro, il giuoco avrà inizio con un calcio al pallone fermo a terra al centro del terreno di giuoco (cioè con un calcio piazzato effettuato da un calciatore verso l'opposta metà del terreno stesso). Tutti i calciatori devono trovarsi nella propria metà del terreno di giuoco e tutti quelli della squadra opposta a quella che dà inizio al giuoco devono rimanere a non meno di m.6,00 dal pallone, fino a quando questo non sia stato giuocato. Il pallone sarà in giuoco dal momento in cui è calciato e mosso in avanti. Il calciatore che batte il calcio d'inizio non può giocare nuovamente il pallone prima che lo abbia giuocato o toccato un altro giocatore.

b) Dopo la segnatura di una rete

Il giuoco deve essere ripreso nel modo sopra indicato da un calciatore della squadra che ha subito la rete.

c) Dopo l'intervallo

Le squadre devono invertire le rispettive metà del terreno di giuoco ed il calcio d'inizio deve essere battuto da un calciatore della squadra che non ne ha fruito all'inizio.

d) Dopo ogni interruzione temporanea

Quando il giuoco riprende, dopo un'interruzione temporanea, per qualsiasi causa non specificata dal Regolamento, purché il pallone non abbia oltrepassato una linea laterale o di porta immediatamente prima dell'interruzione, l'arbitro deve far cadere il pallone nel punto in cui esso si trovava al momento dell'interruzione, salvo che il pallone si trovasse nell'area di rigore. In tale caso l'arbitro farà cadere il pallone a terra sulla linea dell'area di rigore nel punto più vicino a quello in cui era il pallone quando il giuoco è stato interrotto. Il pallone sarà considerato in giuoco non appena avrà toccato terra. Tuttavia, se oltrepassa interamente una linea laterale o di porta prima che lo abbia toccato un calciatore, l'arbitro deve ripetere la propria rimessa. Nessun calciatore potrà giocare il pallone prima che abbia toccato terra. Se tale prescrizione non viene rispettata, l'arbitro dovrà ripetere la rimessa.

Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'inizio e su ripresa del giuoco dopo la segnatura di una rete.

Infrazioni e sanzioni

Per qualsiasi infrazione alle lettere a), b) e c) di questa Regola, il calcio d'inizio deve essere ripetuto, salvo il caso in cui il calciatore che ha calciato il pallone (in avanti) lo giuochi nuovamente prima che sia stato toccato o giuocato da un altro calciatore. Per tale infrazione

un calciatore della squadra avversaria batterà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui essa è avvenuta.

Qualora l'infrazione sia stata commessa nell'area di rigore della squadra avversaria, il calcio di punizione indiretto dovrà essere battuto dalla linea che delimita l'area di rigore.

REGOLA 8 PALLONE IN GIUOCO E NON IN GIUOCO

1) Pallone non in giuoco

Il pallone non è in giuoco quando:

- ha interamente superato la linea di porta o la linea laterale, sia a terra sia in aria;
- il giuoco è stato interrotto dall'arbitro.

2) Pallone in giuoco

Il pallone è in giuoco in ogni altro momento, dall'inizio alla fine della gara, compresi i casi seguenti:

- se rimbalza nel terreno di giuoco dopo aver colpito un palo o la sbarra trasversale della porta o l'asta di una bandierina d'angolo;
- se rimbalza nel terreno di giuoco dopo aver colpito l'arbitro o un assistente dell'arbitro che si trovi all'interno del terreno stesso;
- nel caso di una presunta infrazione alle Regole del Giuoco, fino a quando l'arbitro non sia intervenuto in merito.

REGOLA 9 SEGNATURA DI UNA RETE

Segnatura di una rete

Salvo le eccezioni previste dalle Regole del Giuoco, una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente oltrepassato la linea di porta, tra i pali e sotto la sbarra trasversale, semprechè non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante, fatta eccezione per il portiere che si trovi all'interno della propria area di rigore. La squadra che avrà segnato il maggior numero di reti vincerà la gara. Se non sarà stata segnata alcuna rete o se le squadre hanno segnato eguale numero di reti, la gara risulterà conclusa in parità.

REGOLA 10

FALLI E COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO

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

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 o intervento con vigoria sproporzionata uno dei seguenti **SEI falli**:

- 1) da o tenta di dare un calcio ad un avversario;
- 2) fa o tenta di fare uno sgambetto ad un avversario;
- 3) salta su un avversario;
- 4) carica un avversario;
- 5) colpisce o tenta di colpire un avversario;
- 6) spinge un avversario.

Un calcio di punizione diretto è parimenti accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette uno dei seguenti **QUATTRO falli**:

- 1) contrasta un avversario per il possesso del pallone, venendo in contatto con lui prima di raggiungere il pallone per giocarlo;
- 2) sputa contro un avversario;
- 3) trattiene un avversario;
- 4) gioca volontariamente il pallone con le mani e/o con le braccia (ad eccezione del portiere quando si trova all'interno della propria area di rigore).

Calcio di rigore

Un calcio di rigore è accordato quando uno di questi **dieci falli** è commesso da un calciatore entro la propria area di rigore, indipendentemente dalla posizione del pallone, purché lo stesso sia in giuoco.

Calcio di punizione indiretto

Un calcio di punizione indiretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette uno dei seguenti falli:

- 1) gioca in modo considerato pericoloso dall'arbitro (quando, per esempio, tenta di calciare il pallone già in possesso del portiere);
- 2) impedisce la progressione ad un avversario, cioè non giocando il pallone, interponendosi tra lo stesso e l'avversario costituendo ostacolo senza contatto fisico;
- 3) carica il portiere salvo quando questi:
 - a) tiene il pallone tra le mani;
 - b) disturba od ostacola un avversario;

c) si trova fuori dalla propria area di porta;

4) se, giocando da portiere all'interno della propria area di rigore:

- a) dal momento in cui ha il controllo del pallone con le mani non rimette il pallone entro 6 secondi;
- b) avendolo rilanciato in gioco, lo tocca di nuovo con le mani, prima che il pallone stesso venga toccato o giocato da un altro calciatore della squadra avversaria all'interno o all'esterno dell'area di rigore;
- c) tocca con le mani il pallone passatogli deliberatamente con il piede da un calciatore della propria squadra;
- d) tocca con le mani il pallone passatogli direttamente da un calciatore della propria squadra su rimessa dalla linea laterale;

Tale calcio di punizione dovrà essere battuto nel punto in cui è stato commesso il fallo, a meno che quest'ultimo non sia stato commesso nella propria area di rigore. In tale caso il calcio di punizione sarà battuto dalla linea delimitante l'area di rigore, nel punto più vicino a quello in cui è stata commessa l'infrazione.

Sanzioni disciplinari

Un calciatore sarà ammonito, mostrandogli il cartellino giallo, se:

- ritarda la ripresa del gioco;
- non rispetta la distanza prescritta nei calci d'angolo e nei calci di punizione;
- entra o rientra nel terreno di giuoco senza il preventivo assenso dell'arbitro;
- abbandona deliberatamente il terreno di giuoco senza il preventivo assenso dell'arbitro;
- trasgredisce ripetutamente le Regole del Giuoco e non osserva la prescritta distanza nelle riprese di giuoco e/o ritarda la ripresa stessa;
- manifesta con parole o con gesti di dissentire da una qualsiasi decisione dell'arbitro;
- si rende colpevole di condotta scorretta e/o antisportiva.

Se l'arbitro interrompe il giuoco per infliggere l'ammonizione dovrà riprenderlo con un calcio di punizione indiretto battuto da un calciatore della squadra avversaria dal punto in cui si trovava il pallone al momento della interruzione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11. Tuttavia se il calciatore ha commesso una infrazione più grave sarà punito in conformità;

Un calciatore sarà espulso dal terreno di giuoco, mostrandogli il cartellino rosso, se a giudizio dell'arbitro:

- si rende colpevole di condotta violenta;
- si rende colpevole di un fallo violento di giuoco;
- sputa contro un avversario o qualsiasi altra persona;
- impedisce alla squadra avversaria di segnare una rete o la priva di una chiara occasione da rete, toccando volontariamente il pallone con le mani (ciò non si applica al portiere dentro la propria area di rigore);

- annulla una chiara occasione da rete ad un calciatore che si dirige verso la porta avversaria commettendo un fallo punibile con un calcio di punizione o di rigore**
- tiene un atteggiamento ingiurioso o gravemente offensivo;
- si rende colpevole di condotta scorretta dopo essere stato ammonito.

Se il giuoco è stato interrotto a causa dell' espulsione di un calciatore per una di queste ultime due infrazioni, senza che siano state trasgredite altre norme della presente Regola, dovrà essere ripreso con un calcio di punizione indiretto, concesso a favore della squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11.

Un giocatore sarà parimenti espulso se, nel corso della stessa gara, riceve una seconda ammonizione.

Il calciatore espulso non può più prendere parte alla gara e non può sedere sulla panchina dei sostituti, ma può essere sostituito da un altro giocatore della stessa società.

La sua sostituzione può essere effettuata dopo 5 minuti dalla espulsione.

Il giocatore che entra in campo per sostituire un giocatore espulso dovrà farlo a gioco fermo e con il consenso dell' Arbitro o di uno dei due Arbitri.

**** condotta gravemente sleale**

Istruzioni supplementari:

- Il calciatore che si trova all'interno od all'esterno del terreno di giuoco e commette un fallo passibile di ammonizione od espulsione verso un avversario, un compagno, l'arbitro, o qualunque altra persona, deve essere punito in conformità all'infrazione commessa.
- Il portiere sarà considerato in possesso del pallone se lo avrà toccato con una qualsiasi parte delle mani o delle braccia. È ugualmente in possesso del pallone nel momento in cui lo fa rimbalzare intenzionalmente sulle mani o sulle braccia.
- Non è da considerarsi invece in possesso del pallone quando, a giudizio dell'arbitro, il pallone rimbalza accidentalmente sul portiere.
- Un tackle da dietro che metta in pericolo l'integrità fisica di un avversario dovrà essere punito come fallo violento di giuoco.
- Ogni atto simulatorio, commesso sul terreno di giuoco con lo scopo di ingannare l'arbitro, deve essere punito come comportamento antisportivo.

REGOLA 11 CALCI DI PUNIZIONE

I calci di punizione sono distinti in:

- "diretti" (per mezzo dei quali può essere segnata direttamente una rete contro la squadra che ha commesso il fallo);
- "indiretti" (per mezzo dei quali una rete non può essere segnata se il pallone, prima di oltrepassare la linea di porta, non sia stato giuocato o toccato da un calciatore diverso da quello che ha battuto la punizione).

- 1) Quando un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'interno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m.6,00 dal pallone. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è calciato e mosso. Se un calciatore della squadra avversaria si avvicina a meno di m.6,00 dal pallone, prima che il calcio di punizione sia stato battuto, l'arbitro dovrà ritardarne l'esecuzione fino a quando non sia rispettata la regola ed ammonire il giocatore. Nel momento in cui viene battuto il calcio di punizione, il pallone deve essere fermo ed il calciatore che lo ha calciato non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando il pallone stesso non sia stato giocato o toccato da un altro calciatore.

Infrazioni e sanzioni

Se il calciatore che ha battuto un calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia 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, a meno che quest'ultima non sia stata commessa all'interno dell'area di rigore, nel qual caso il calcio di punizione sarà battuto dalla linea che delimita l'area di rigore stessa, nel punto più vicino a quello in cui l'infrazione è stata commessa.

Istruzioni supplementari:

- Per differenziare un calcio di punizione indiretto da uno diretto, l'arbitro - quando accorda un calcio di punizione indiretto - deve segnalarlo alzando un braccio portando la mano al di sopra della testa. Egli manterrà il braccio in tale posizione fino a che il pallone sia stato giocato o toccato da un altro calciatore o abbia cessato di essere in giuoco.
- Anche se il regolamento prescrive che la distanza della barriera dal pallone debba essere di almeno m. 6,00, l'arbitro ha il potere discrezionale di non tenerne conto per favorire un'esecuzione rapida del calcio di punizione, salvo che la distanza non venga espressamente richiesta dai calciatori della squadra che usufruisce della punizione.

REGOLA 12 **CALCIO DI RIGORE**

Il calcio di rigore deve essere battuto dal punto del calcio di rigore. Prima di essere battuto, tutti i calciatori - tranne colui designato al tiro (debitamente identificato) e il portiere avversario - devono rimanere all'interno del terreno di giuoco ma fuori dell'area di rigore, ad almeno m.6,00 dal punto del calcio di rigore e più indietro del punto stesso.

Il portiere avversario deve trovarsi sulla propria linea di porta, fra i pali della stessa, facendo fronte a chi batte e non potrà muoversi prima che il pallone venga calciato. Colui che batte il calcio di rigore deve calciare il pallone in avanti e non potrà giocarlo una seconda volta fino a

quando lo stesso non sarà stato giocato o toccato da un altro calciatore. Il pallone sarà considerato in giuoco non appena calciato e mosso in avanti. Una rete può essere segnata direttamente su calcio di rigore. Se il calcio di rigore viene concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari o supplementari e la gara viene prolungata per la sola esecuzione di detto calcio di rigore, la rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali di porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.

Infrazioni e sanzioni

Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa:

- da parte della squadra difendente: il calcio di rigore deve essere ripetuto se la rete non è stata segnata;
- da un calciatore della squadra attaccante, diverso da quello che ha calciato il pallone: se la rete è stata segnata, questa sarà annullata ed il calcio di rigore ripetuto;
- dal calciatore che ha battuto il calcio di rigore ed il fallo è stato commesso con il pallone in gioco: un calciatore della squadra avversaria batterà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stato commesso il fallo, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11;

CALCIO DI RIGORE							
	Irregolarità del portiere: si muove in avanti prima dell'esecuzione del tiro	Entrata anticipata del difensore	Entrata anticipata dell'attaccante	Irregolarità dell'esecutore	Irregolarità congiunta di portiere e/o difensore ed attaccante: prima dell'esecuzione del tiro	Attaccante disturba con urla e/o gesti il portiere:	Difensore disturba con urla e/o con gesti l'esecutore:
				1) <u>dovuta a finta irregolare</u>			
PALLONE IN RETE	Rete valida	Rete valida	Rete non valida Tiro da ripetere	Tiro da ripetere e ammonizione	Tiro da ripetere	Tiro da ripetere e ammonizione	Rete valida e ammonizione
TIRO PARATO	Tiro da ripetere	Tiro da ripetere	Giuoco prosegue	Giuoco prosegue e ammonizione	Tiro da ripetere	Giuoco prosegue e ammonizione	Tiro da ripetere e ammonizione
PALLONE FUORI	Tiro da ripetere	Tiro da ripetere	Calcio di rinvio	Calcio di rinvio e ammonizione	Tiro da ripetere	Calcio di rinvio e ammonizione	Tiro da ripetere e ammonizione
TIRO RESPINTO DAL PALO O DAL PORTIERE	Tiro da ripetere	Tiro da ripetere	Calcio di punizione indiretto nel punto in cui l'attaccante s'impadronisce del pallone; diversamente, il giuoco prosegue	Calcio di punizione indiretto dal punto del rigore e ammonizione	Tiro da ripetere	Calcio di punizione indiretto dal punto dove si trova il colpevole e ammonizione	Tiro da ripetere e ammonizione
				2) <u>Per non aver giocato il pallone in avanti</u>			
				Tiro da ripetere			
				3) <u>Per aver giocato due volte il pallone</u>			
				Calcio di punizione indiretto nel punto in cui avviene il secondo tocco			
	Irregolarità del portiere: si muove in avanti prima dell'esecuzione del tiro	Entrata anticipata del difensore	Entrata anticipata dell'attaccante	Irregolarità dell'esecutore	Irregolarità congiunta di portiere e/o difensore ed attaccante: prima dell'esecuzione del tiro	Attaccante disturba con urla e/o gesti il portiere:	Difensore disturba con urla e/o con gesti l'esecutore:

REGOLA 13

RIMESSA DALLA LINEA LATERALE

Quando il pallone oltrepassa interamente, sia a terra sia in aria, una linea laterale, deve essere rimesso in giuoco da un calciatore della squadra opposta a quella cui appartiene il calciatore che lo ha toccato per ultimo, lanciandolo in qualsiasi direzione dal punto in cui ha oltrepassato la linea. Il calciatore che effettua la rimessa, nel momento di lanciare il pallone, deve far fronte al terreno di giuoco ed avere una parte qualsiasi di ciascun piede sulla linea laterale o all'esterno di detta linea. Il calciatore che effettua la rimessa deve usare ambedue le mani e deve lanciare il pallone dal di dietro ed al di sopra della testa.

Il pallone è in giuoco immediatamente dopo essere entrato nel terreno di giuoco ma il calciatore che lo ha lanciato non può giuocarlo di nuovo fino a quando non sia stato giuocato o toccato da un altro calciatore. Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dalla linea laterale.

Infrazioni e sanzioni:

- Se la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata regolarmente deve essere ripetuta da un calciatore della squadra avversaria;
- Se il calciatore che ha effettuato la rimessa dalla linea laterale giuoca una seconda volta il pallone prima che sia stato giuocato o toccato da un altro calciatore, sarà accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11.

REGOLA 14

CALCIO DI RINVIO

Quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra attaccante, oltrepassa interamente la linea di porta, sia a terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali, dovrà essere collocato in un qualsiasi punto dello spazio di area di rigore compreso fra la linea di porta ed una linea immaginaria posta alla distanza di **4 metri** parallelamente alla linea di porta. Il pallone verrà calciato direttamente in giuoco al di fuori dell'area di rigore da un calciatore della squadra difendente, il quale non potrà rigiucarlo prima che il pallone sia stato giuocato o toccato da un altro calciatore. Il portiere non potrà ricevere tra le mani il pallone su calcio di rinvio, al fine di rilanciarlo in giuoco. Se il pallone non è stato calciato all'esterno dell'area di rigore, ossia direttamente in giuoco, il calcio di rinvio deve essere ripetuto. I calciatori della squadra avversaria di quella cui appartiene il calciatore che batte il calcio di rinvio, devono restare fuori dell'area di rigore fino a quando il pallone non sia stato calciato al di fuori della stessa.

Una rete può essere segnata direttamente su calcio di rinvio ma unicamente contro la squadra avversaria.

Infrazioni e sanzioni

Se il calciatore che ha battuto il calcio di rinvio gioca una seconda volta il pallone dopo che questo è uscito dall'area di rigore, ma prima che sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, deve essere accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11.

REGOLA 15 **CALCIO D'ANGOLO**

Quando il pallone toccato per ultimo da un calciatore della squadra difendente, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali, un calciatore della squadra attaccante batterà il calcio d'angolo. Il pallone dovrà essere collocato interamente all'interno del quarto di cerchio che costituisce l'area d'angolo più prossima al punto in cui esso è uscito dal terreno di gioco e verrà calciato da tale posizione. La bandierina d'angolo non potrà essere spostata. I calciatori della squadra opposta a quella cui appartiene il calciatore che batte il calcio d'angolo non possono avvicinarsi a meno di m.6,00 dal pallone fino a quando questo non sia in gioco, cioè fino a quando viene calciato e si muove. Il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo non può rigiocare il pallone fino a quando lo stesso non è stato giocato o toccato da un altro calciatore.

Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'angolo ma unicamente contro la squadra avversaria.

Infrazioni e sanzioni:

- Se il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo gioca una seconda volta il pallone prima che sia stato giocato o toccato da un altro calciatore, l'arbitro deve accordare un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria, battuto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 11;
- In caso di qualsiasi altra infrazione, il calcio d'angolo dovrà essere ripetuto.

Tiri di rigore per la determinazione della squadra vincente

ISTRUZIONI RELATIVE ALLA ESECUZIONE DEI TIRI DI RIGORE PER LA DETERMINAZIONE DELLA SQUADRA VINCENTE IN GARE DI QUALIFICAZIONE O FINALE DI UNA MANIFESTAZIONE

Per determinare la squadra vincente, quando al termine della gara o dei tempi supplementari, ove previsti, risulta parità di punteggio, dovranno essere battuti tiri dal punto del calcio di rigore, da ciascuna delle due squadre, secondo le modalità che seguono.

- 1) L'arbitro o il primo arbitro deve scegliere la porta verso la quale saranno battuti tutti i tiri.
- 2) Egli deve tirare a sorte lanciando in aria una moneta e la squadra il cui capitano vince il sorteggio sceglie se battere per primo.
- 3) a) Osservando le norme indicate nei successivi paragrafi c) e d), ciascuna squadra batterà cinque tiri;
b) i tiri devono essere battuti alternativamente;
c) i cinque calciatori dovranno essere indicati all'arbitro o al primo arbitro dai capitani delle rispettive squadre, prima che i tiri vengano effettuati e scelti tra i nominativi elencati sulla distinta presentata agli arbitri prima dell'inizio della gara;
d) se, prima che entrambe le squadre abbiano battuto cinque tiri, una delle due avrà segnato più reti di quante potrebbe segnare l'altra qualora completasse la propria serie di cinque, l'esecuzione dei tiri deve cessare;
e) se, dopo che entrambe le squadre avranno battuto cinque tiri, risulterà che hanno segnato un eguale numero di reti, o nessuna, l'esecuzione dei tiri deve continuare nello stesso ordine fino a quando tutte e due avranno battuto eguale numero di tiri (non necessariamente cinque) ed una delle due avrà segnato una rete più dell'altra.
- 5) i calciatori che dovranno battere i tiri ad oltranza dovranno essere diversi da coloro che hanno calciato i primi cinque tiri, utilizzando tutti i giocatori presenti sul terreno di gioco e facenti parte della distinta presentata agli arbitri prima dell'inizio della gara.
Esauriti questi si procederà secondo quanto indicato al punto c) seguendo lo stesso precedente ordine.
- 6) ove si verifichi che una squadra abbia concluso in inferiorità numerica la gara, l'altra potrà scegliere di far ribattere ad un giocatore che lo ha già calciato (senza aver terminato la propria rotazione) quando la prima squadra sarà costretta a ricominciare il giro.
- 7) Nessun giocatore espulso potrà prendere parte all'effettuazione dei tiri di rigore.
 - Qualunque calciatore autorizzato può scambiare il ruolo con il portiere della propria squadra in ogni momento, durante l'esecuzione dei tiri;
 - Fatta eccezione per il calciatore che batte il tiro e per i due portieri, tutti gli altri calciatori devono restare all'interno del cerchio centrale durante l'effettuazione dei tiri;
 - il portiere, compagno del calciatore che sta eseguendo il tiro di rigore, deve restare all'interno del terreno di gioco, all'esterno dell'area di rigore in cui vengono battuti i tiri di rigore, sulla linea di porta all'intersezione di questa ultima con la linea dell'area di rigore.