

REGOLAMENTO CALCIO A 7

SOMMARIO

Regola	1	Il terreno di gioco	Pag. 133
Regola	2	Il pallone	pag. 135
Regola	3	Numero dei calciatori	Pag. 136
Regola	4	Equipaggiamento dei calciatori	Pag. 136
Regola	5	L'Arbitro	Pag. 137
Regola	6	Durata della gara	Pag. 139
Regola	7	Calcio d'inizio e ripresa del gioco	Pag. 139
Regola	8	Pallone in gioco e non in gioco	Pag. 142
Regola	9	Segnatura di una rete	Pag. 142
Regola	10	Falli e scorrettezze	Pag. 142
Regola	11	Calci di punizione	Pag. 144
Regola	12	Calcio di rigore	Pag. 145
Regola	13	Rimessa dalla linea laterale	Pag. 146
Regola	14	Calcio di rinvio	Pag. 147
Regola	15	Calcio d'angolo	Pag. 147
Allegato	A	Tiri di rigore	Pag. 147

REGOLA 1 – Il terreno di gioco

1) Dimensioni

Il terreno di gioco deve essere un rettangolo piano ed orizzontale della lunghezza di m.60 e della larghezza di m. 35. Sono ammessi adattamenti di circa il 20% delle dimensioni di riferimento.

La lunghezza delle linee laterali deve essere, in ogni caso, superiore alla lunghezza delle linee di porta.

2) Segnatura

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

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

3) Area di rigore

Alle due estremità del terreno di gioco, 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». Con centro dal 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, e sono ammessi adattamenti di circa 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 barra trasversale il cui bordo inferiore deve risultare a m 2,00 dal livello del terreno.

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

Dietro le porte devono essere fissate, ai pali, alle barre trasversali ed al terreno, delle reti opportunamente tese e sistemate in modo da non disturbare il portiere. I pali delle porte e le barre 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.

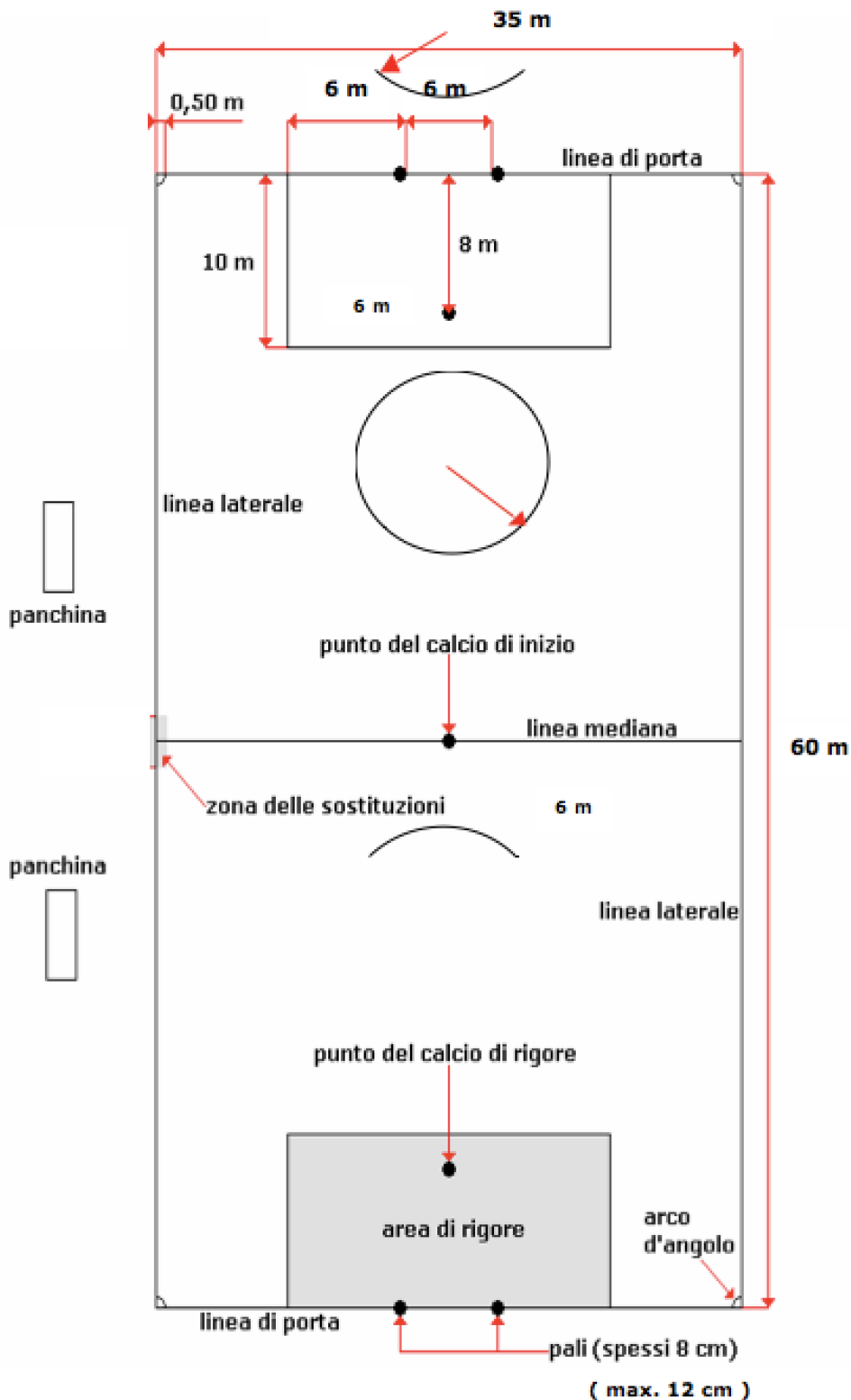
8) Campo per destinazione

Tra le linee perimetrali del rettangolo di gioco 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 gioco comprendono la larghezza delle linee che le delimitano.
- Può essere tracciato un segmento di linea, al di fuori del terreno di gioco, a 6,00 m di distanza dal quarto di cerchio dell'area d'angolo perpendicolare alla 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 pari a 600 a 1.100 gr. / cm^2 a livello del mare.

2) Sostituzione di un pallone difettoso

- a) Se nel corso della 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 (fatte salve le disposizioni particolari della regola 7).
- b) Se il pallone scoppia o si danneggia quando non è in gioco, 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 gioco.
- 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 sette per ogni gara giocata.

Le sostituzioni sono illimitate e devono essere effettuate, dalla linea mediana, a gioco fermo, previo l'obbligatorio assenso dell'arbitro.

Un calciatore sostituito potrà nuovamente prendere parte al gioco.

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 gioco solo dopo che ne sia uscito il calciatore sostituito;
- il subentrante deve entrare nel terreno di gioco in corrispondenza della linea mediana;
- ogni calciatore è sottoposto all'autorità e giurisdizione dell'arbitro sia che partecipi o meno al gioco.
- poiché i calciatori 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 Vice-capitano.

3) Cambio di ruolo del portiere

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

- l'arbitro ne sia informato prima che avvenga il cambio;
- lo scambio di ruolo si effettui durante un'interruzione di gioco.
-

4) Infrazioni e sanzioni

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

b) Se un calciatore di riserva entra nel terreno di gioco senza l'autorizzazione dell'arbitro:

- il gioco. deve essere interrotto;
- il calciatore di riserva in questione deve essere ammonito e deve uscire dal terreno di gioco.

Il gioco deve essere ripreso con un calcio di punizione indiretto battuto nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione del gioco, (fatte salve le disposizioni particolari della regola 11).

REGOLA 4 – Equipaggiamento dei calciatori

Un calciatore non può indossare alcun oggetto che sia pericoloso per se stesso o per un altro calciatore. E' consentito indossare solo la fede nuziale e brillantini raso pelle.

a) Equipaggiamento di base

L'equipaggiamento di base obbligatorio di un calciatore comprende i seguenti e separati indumenti:

- maglia con maniche (se si indossa una sotto maglia il colore delle maniche dovrà essere possibilmente ma non obbligatoriamente dello stesso colore dominante della maglia);
- calzoncini (se il calciatore indossa cosciali o scaldamuscoli questi dovranno essere possibilmente ma non obbligatoriamente dello stesso colore di quello dominante dei calzoncini);
- calzettoni;
- parastinchi;
- Sono consentite scarpe di tela o di cuoio soffici oppure scarpe da ginnastica con soles in gomma o materiale simile o scarpe di cuoio (tipo calcio) ma con tacchetti di gomma sulla suola. In ogni caso le scarpe devono essere idonee in funzione del terreno di gioco (in erba oppure sintetico).

b) 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.

- Ciascun portiere deve indossare colori che, a giudizio dell'arbitro, lo distinguano dagli altri calciatori.

Al portiere è consentito indossare pantaloni lunghi

1) Infrazioni e sanzioni

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

Il calciatore che lascia il terreno di gioco. 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 gioco.

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

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

2) Ripresa del gioco

Se il gioco 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, (fatte salve le disposizioni particolari della 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 Gioco e dalla Normativa Generale iniziano nel momento in cui egli arriva al campo di gioco, e fino al suo definitivo allontanamento.

Il suo potere, nell'ambito della gara che è chiamato a dirigere, di infliggere sanzioni si estende alle infrazioni commesse durante le interruzioni del gioco. e anche quando il pallone non è in gioco.

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

1) Competenze e obblighi.

L'arbitro deve:

- vigilare sul rispetto delle regole del gioco e della Normativa Generale;
- assicurare il controllo della gara in collaborazione con il secondo arbitro, se previsto;
- assicurarsi che ogni pallone utilizzato rispetti i requisiti della Regola 2;
- assicurarsi che l'equipaggiamento dei calciatori rispetti i requisiti della Regola 4;
- fungere da cronometrista;
- 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;
- lasciare proseguire il gioco fino a quando il pallone cessa di essere in gioco 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 gioco. Il calciatore potrà rientrare solo su assenso dell'arbitro dopo che il medesimo si sarà assicurato che l'emorragia sia stata arrestata;
- lasciare proseguire il gioco quando la squadra che ha subito un fallo può avvantaggiarsene e punire il fallo inizialmente commesso se il vantaggio accordato non si è concretizzato;
- punire il fallo più grave quando un calciatore commette simultaneamente più falli;
- 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 gioco;
- adottare provvedimenti nei confronti dei dirigenti di squadra che non tengono un comportamento responsabile e, a sua discrezione, allontanarli dal recinto di gioco;
- intervenire su segnalazione degli assistenti dell'arbitro per quanto concerne incidenti sfuggiti al suo controllo;
- fare in modo che nessuna persona non autorizzata entri nel terreno di gioco;
- dare il segnale di ripresa della gara dopo un'interruzione del gioco;
- Redigere ed inviare alle autorità competenti un rapporto di gara completo in tutte le sue parti, 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 gioco non sia stato ancora ripreso, o che la gara non sia terminata.

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.

- Decisione n.1

Direzione delle gare

Le gare considerate ufficiali, o comunque autorizzate dalla UISP S.d.A. Calcio, devono essere dirette da un arbitro designato dal competente Settore 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 dal Settore competente.

Si fa riferimento per la sostituzione dell'arbitro 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.

- Decisione n.2

Le istruzioni aggiuntive in appendice D) ed il procedimento in caso di calciatori infortunati, riferite per il calcio 11, valgono anche per questa disciplina.

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) Tiri di rigore

Nelle gare che terminano con il risultato di parità, dove in ogni caso bisognerà stabilire una vincente, si procederà con l'esecuzione dei tiri di rigore.

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).

Le gare ufficiali della UISP SdA Calcio non prevedono la disputa dei tempi supplementari.

REGOLA 7 – Calcio d'inizio e ripresa del gioco

1) All'inizio della gara

La scelta del terreno di gioco è stabilita con sorteggio.

La squadra che vince il sorteggio sceglierà la parte del campo nella quale inizierà la gara.

All'altra squadra sarà assegnato il calcio d'inizio della gara.

Tutti i calciatori, devono trovarsi nella propria metà del terreno di gioco eccetto colui che lo esegue e tutti quelli della squadra opposta a quella che dà inizio al gioco devono rimanere a non meno di m.6,00 dal pallone, fino a quando questo non sia stato giocato. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è calciato e mosso in qualsiasi direzione. Il calciatore che batte il calcio d'inizio non può giocare nuovamente il pallone prima che lo abbia giocato o toccato un altro calciatore

2) Dopo la segnatura di una rete

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

3) Dopo l'intervallo

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

4) Dopo ogni interruzione temporanea

Dopo un'interruzione temporanea del gioco 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 riprenderà il gioco con una propria rimessa nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione, salvo che il pallone si trovasse nell'area di rigore. In tale caso l'arbitro riprenderà il gioco sulla linea dell'area di rigore nel punto più vicino a quello in cui era il pallone quando il gioco è stato interrotto. Il pallone sarà considerato in gioco 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 è rispettata, l'arbitro dovrà ripetere la rimessa.

- Qualora, su rimessa da parte dell'arbitro e con pallone regolarmente in gioco, un calciatore calcia il pallone segnando una rete nella porta avversaria, non la si convaliderà ma dovrà essere accordata una rimessa dal fondo.
- Qualora, su rimessa da parte dell'arbitro e con pallone regolarmente in gioco, un calciatore calcia il pallone segnando una rete nella propria porta, non la si convaliderà ma dovrà essere accordato un calcio d'angolo alla squadra avversaria.

a) una rete può essere segnata direttamente su calcio d'inizio;

b) Una rete può essere segnata da un calciatore verso una delle due porte, dopo una rimessa da parte dell'arbitro regolarmente eseguita, qualora calci il pallone ripetutamente, una volta che abbia toccato il terreno di gioco.

5) Infrazioni e sanzioni

Per qualsiasi infrazione a questa Regola, il calcio d'inizio deve essere ripetuto, salvo il caso in cui il calciatore che ha calciato il pallone lo giochi nuovamente prima che sia stato toccato o giocato 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 sulla linea che delimita l'area di rigore nel punto più vicino a quello in cui è stata commessa l'infrazione.

Se invece l'infrazione è stata commessa all'interno della propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto dovrà essere battuto nel punto in cui è stata commessa l'infrazione.

Ripresa del gioco:	Calcio d'inizio	Calcio di punizione diretto	Calcio di punizione indiretto	Calcio di rigore	Rimessa laterale	Calcio di rinvio	Calcio d'angolo	Rimessa da parte dell'arbitro
Regola di riferimento	Regola 7	Regola 11	Regola 11	Regola 12	Regola 13	Regola 14	Regola 15	Regola 7
Motivo per il quale si effettua la specifica ripresa	Inizio gara o inizio 2° tempo; segnatura di una rete,	Un calciatore ha commesso, fuori della propria area di rigore, uno dei primi dieci falli della regola 10	E' stato commesso uno dei falli della 2ª parte della regola 10 ; infrazioni alle riprese del giuoco	Un calciatore ha commesso dentro la propria area di rigore uno dei primi dieci falli della regola 10	Il pallone ha oltrepassato interamente una linea laterale	Il pallone ha oltrepassato interamente la linea di porta toccato per ultimo da un attaccante	Il pallone ha oltrepassato interamente la linea di porta toccato per ultimo da un difendente	Qualsiasi altra temporanea interruzione del gioco, non prima menzionata nella presente tabella
Da dove è effettuata	Punto centrale del terreno di gioco	Dove l'infrazione è accaduta (punto di contatto)*	Dove l'infrazione è accaduta*	Punto del calcio di rigore	Punto in cui il pallone ha oltrepassato la linea laterale	Punto qualsiasi dell'area di rigore posto su una linea immaginaria ad una distanza di 4 metri dalla linea di porta	Dall'area d'angolo più vicina a dove è uscito il pallone	Dove era il pallone quando il gioco è stato interrotto*
Il pallone è in gioco quando:	è calciato e si è mosso	è calciato e si è mosso (deve, inoltre, uscire dall'area di rigore verso il terreno di gioco, se calciato dall'interno della propria area di rigore)		è calciato e si è mosso in avanti	è stato correttamente lanciato ed è entrato nel terreno di gioco	è uscito dall'area di rigore verso il terreno di gioco	è calciato e si è mosso	ha toccato il terreno di gioco
Rete segnata direttamente nella propria porta:	in nessuna di queste riprese di giuoco può essere segnata direttamente una rete nella propria porta: se ciò accadesse, la rete non dovrà essere convalidata e, qualora il pallone fosse entrato nella propria porta direttamente dopo essere stato regolarmente messo in gioco , dovrà essere accordato un calcio d'angolo alla squadra avversaria							se entra direttamente in una delle due porte, si ripete
Rete segnata direttamente nella porta avversaria:	è valida	è valida	non è valida (calcio di rinvio)	è valida	non è valida (calcio di rinvio)	è valida	è valida	se entra direttamente in una delle due porte, si ripete
Fuori gioco:	non esiste	non esiste	non esiste	non esiste	non esiste	non esiste	non esiste	non esiste
La ripresa del gioco deve essere ripetuta quando:	il pallone non si muove in avanti; calciatori non nella propria metà campo; avversari a meno di m.6	il pallone è calciato essendo già in movimento, o da un punto sbagliato; gli avversari non rispettano la distanza	il pallone è calciato essendo già in movimento, o da un punto sbagliato; gli avversari non rispettano la distanza	vedi diversi casi reg. 12	vedi reg. 13	il pallone non è uscito dall'area di rigore; avversari che non restano fuori dall'area di rigore.	il pallone è stato solo toccato e non si è mosso	il pallone è giocato prima che tocchi terra, oppure esce dal terreno di gioco dopo essere rimbalzato sullo stesso
Distanza prescritta per gli avversari:	m. 6 (e nella propria metà del terreno di gioco)	m. 6		m. 6; fuori dell'area di rigore; dietro la linea del pallone	m. 2; senza ostacolare la rimessa	fuori dall'area di rigore	m. 6	Tutti i calciatori devono posizionarsi in modo da consentirne l'effettuazione

* fatte salve le disposizioni speciali contenute nella regola 11

REGOLA 8 – Pallone in gioco e non in gioco

1) Pallone non in gioco

Il pallone non è in gioco quando:

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

2) Pallone in gioco

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

- se rimbalza nel terreno di gioco dopo aver colpito un palo o la barra trasversale della porta o l'asta di una bandierina d'angolo;
- se rimbalza nel terreno di gioco 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 Gioco 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 Gioco una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente oltrepassato la linea di porta, tra i pali e sotto la barra trasversale, sempreché non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante, portiere compreso (solo porta avversaria).

Il portiere, con le mani, non potrà mai segnare una rete nella porta avversaria.

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 e nel caso si dovesse stabilire una squadra vincente, si procederà con l'esecuzione dei tiri di rigore.

REGOLA 10 – Falli e scorrettezze

I falli e le scorrettezze 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 una delle seguenti **SETTE** infrazioni:

- 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.
- 7) effettua un tackle su un avversario

Un calcio di punizione diretto è parimenti accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette una delle seguenti **TRE** infrazioni:

- 1) trattiene un avversario;
- 2) sputa contro un avversario
- 3) tocca 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).

2) 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 gioco.

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 pericoloso;
- 2) impedisce la progressione ad un avversario senza contatto fisico;
- 3) ostacola il portiere nell'atto di liberarsi del pallone che ha tra le mani;
- 4) commette altri falli non menzionati alla presente regola, per i quali la gara è stata interrotta per ammonire od espellere un calciatore.

Un calcio di punizione indiretto sarà parimenti accordato alla squadra avversaria del portiere che, trovandosi nella propria area di rigore, commette uno dei seguenti quattro falli:

- a) mantiene per più di 6 secondi il possesso del pallone con le mani prima di spossessarsene;
- b) tocca di nuovo con le mani il pallone, dopo essersene spossessato, prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore;
- 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 compagno su rimessa dalla linea laterale;

Tale 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.

Definizione tecnica di fallo

Affinché un'infrazione sia considerata fallo devono verificarsi le seguenti condizioni:

- deve essere commessa da un calciatore;
- deve essere commessa sul terreno di gioco;
- deve essere commessa mentre il pallone è in gioco.

Se l'arbitro interrompe il gioco a causa di un'infrazione commessa fuori del terreno di gioco (mentre il pallone è in gioco), il gioco sarà ripreso con un calcio di punizione indiretto nel punto in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto; qualora il calciatore lasci il terreno di gioco per commettere l'infrazione, il gioco verrà ripreso con un calcio di punizione indiretto dal punto in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto

4) Sanzioni disciplinari

Il cartellino giallo (per le ammonizioni) ed il cartellino rosso (per le espulsioni) dovrà essere mostrato soltanto ai calciatori, ai calciatori di riserva od ai calciatori sostituiti. L'arbitro ha l'autorità di comminare sanzioni disciplinari, dal momento in cui entra sul terreno di gioco fino al momento in cui lo abbandona dopo il fischio finale.

Infrazioni passibili di ammonizione

Un calciatore deve essere ammonito (cartellino giallo) quando commette una delle sette infrazioni seguenti:

1. rendersi colpevole di un comportamento antisportivo;
2. manifestare la propria disapprovazione con parole o gesti;
3. trasgredire ripetutamente le Regole del Gioco;
4. ritardare la ripresa del gioco;
5. non rispettare la distanza prescritta nei calci d'angolo, nei calci di punizione e nelle rimesse dalla linea laterale;
6. entrare o rientrare nel terreno di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro;
7. abbandonare deliberatamente il terreno di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro;

8. quando un calciatore commette un'infrazione contro un avversario nel tentativo di contendergli il pallone impedendo in tal modo una evidente opportunità di segnare una rete.

Infrazioni passibili d'espulsione

Un calciatore deve essere espulso (cartellino rosso) dal terreno di gioco quando commette una delle sette infrazioni seguenti:

1. rendersi colpevole di un fallo violento di gioco;
2. rendersi colpevole di condotta violenta;
3. sputare contro un avversario o qualsiasi altra persona;
4. usare un linguaggio o fare dei gesti offensivi, ingiuriosi o minacciosi;
5. impedire alla squadra avversaria di segnare una rete o privarla 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);
6. annullare una chiara occasione da rete ad un calciatore che si dirige verso la porta avversaria commettendo su di lui un'infrazione punibile con un calcio di punizione o di rigore, senza che chi lo commette, non abbia alcuna possibilità di intervenire sul pallone;
7. ricevere una seconda ammonizione nel corso della stessa gara.

Un calciatore titolare, un calciatore di riserva o sostituito che è stato espulso deve abbandonare il recinto di gioco.

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 calciatore della stessa associazione/società.

La sua sostituzione può essere effettuata dopo 5 minuti dalla ripresa del gioco.

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

Se dopo il fischio finale del primo tempo un calciatore che stava partecipando come titolare alla gara viene espulso dagli arbitri, la sua squadra dovrà riprendere la seconda frazione di gioco sempre con lo stesso numero di calciatori in campo alla fine del primo periodo.

Istruzioni supplementari:

- 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 che metta in pericolo l'integrità fisica di un avversario dovrà essere punito come fallo violento di gioco.

Ogni atto simulatorio, commesso sul terreno di gioco, con lo scopo di ingannare l'arbitro, deve essere sanzionato con l'ammonizione come comportamento antisportivo.

REGOLA 11 – Calci di punizione

1) I calci di punizione sono diretti e indiretti

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

Quando un calciatore batte un calcio di punizione, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m.6,00 dal pallone fino a quando questi non sia stato giocato. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è calciato e si muove. 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 far ripetere l'esecuzione del calcio di punizione fino a quando non sia rispettata la regola ed ammonire il calciatore. 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.

Se un avversario che si trova all'interno dell'area di rigore quando il calcio di punizione viene eseguito, o che entra nell'area di rigore prima che il pallone sia in gioco, tocca o contende il pallone prima che sia stato toccato da un altro calciatore, il calcio di punizione verrà ripetuto.

2) 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.

3) 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 gioco.
- Anche se il regolamento prescrive che la distanza dal pallone per i calciatori appartenenti alla squadra che subisce un calcio di punizione debba essere di almeno m. 6,00, il calciatore che batte il calcio di punizione può rinunciare tacitamente al rispetto della distanza da parte degli avversari, ma in tale circostanza, qualora il pallone venga intercettato, l'arbitro non dovrà intervenire.

REGOLA 12 – Calcio di rigore

Il calcio di rigore deve essere battuto dal *punto del calcio di rigore*. Durante l'esecuzione, tutti i calciatori - tranne colui designato al tiro (debitamente identificato) e il portiere avversario - devono rimanere all'interno del terreno di gioco 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 sia 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 gioco non appena calciato e mosso in avanti. Una rete può essere segnata direttamente su calcio di rigore. Se il calcio di rigore è concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari e la gara viene prolungata per la sola esecuzione di detto calcio di rigore, la rete sarà considerata valida anche se il pallone prima tocca uno o entrambi i pali di porta, oppure la barra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.

Fare una finta durante l'esecuzione di un calcio di rigore per confondere gli avversari è consentito in quanto fa parte del gioco. Tuttavia, fare finta di calciare il pallone una volta che il calciatore ha completato la rincorsa, è considerata una infrazione alla regola 12 ed un atto di comportamento antisportivo per il quale il calciatore sarà ammonito.

Esecuzione del calcio di rigore

INFRAZIONI

dopo il fischio dell'arbitro e prima che il pallone sia in gioco

INFRAZIONE COMMESSA DA	ESITO DEL TIRO	
	RETE	NON RETE
Attaccante (chi tira o compagno)	Il calcio di rigore si ripete	Calcio di punizione indiretto
Difendente (chi para o un compagno)	Rete valida	Il calcio di rigore si ripete
Entrambi	Il calcio di rigore si ripete	Il calcio di rigore si ripete

REGOLA 13 – Rimessa dalla linea laterale

Quando il pallone oltrepassa interamente, sia a terra sia in aria, una linea laterale, deve essere rimesso in gioco 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 laterale.

Il calciatore che effettua la rimessa, nel momento di lanciare il pallone, deve far fronte al terreno di gioco 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 gioco immediatamente dopo essere entrato nel terreno di gioco ma il calciatore che lo ha lanciato non può giocarlo di nuovo fino a quando non sia stato giocato 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 gioca una seconda volta il pallone prima che sia stato giocato 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, (fatte salve le disposizioni particolari della regola 11).
- Tutti i calciatori avversari devono trovarsi almeno a una distanza di 2 metri dal punto in cui la rimessa dalla linea laterale viene effettuata.
- Se nell'effettuazione regolare di una rimessa dalla linea laterale un calciatore lancia con violenza, volontariamente il pallone contro un avversario, il gioco sarà interrotto solo se, secondo l'arbitro, il calciatore è colpevole di un comportamento antisportivo o di una condotta violenta. In base all'infrazione il calciatore sarà ammonito od espulso. Il gioco sarà ripreso con un calcio di punizione diretto in favore della squadra avversaria dove è stata commessa l'infrazione, è cioè nel punto in cui l'avversario è stato colpito dal pallone.

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 all'interno dell'area di rigore.

Il pallone sarà calciato direttamente in gioco al di fuori dell'area di rigore da un calciatore della squadra difendente, il quale non potrà rigiocarlo prima che il pallone sia stato giocato o toccato da un altro calciatore. Se il pallone non è stato calciato all'esterno dell'area di rigore, ossia direttamente in gioco, 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, (fatte salve le disposizioni particolari della 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 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 sarà calciato da tale posizione.

La bandierina d'angolo (se esistente) 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, (fatte salve le disposizioni particolari della Regola 11).

ALLEGATO A - Tiri di rigore per la determinazione della squadra vincente (Calcio a 7)

I tiri di rigore costituiscono un modo per determinare la vincente quando il regolamento della competizione esige che deve esserci una squadra vincente al termine di una gara terminata in parità.

Tiri di rigore Procedura

- L'arbitro sceglie la porta verso la quale i tiri di rigore devono essere eseguiti.
- L'arbitro procede al sorteggio e il capitano che vince il sorteggio decide se eseguire il primo o il secondo tiro.
- L'arbitro annota per iscritto la sequenza di ciascun tiro in porta.
- Le due squadre eseguono ciascuna cinque tiri in porta, conformemente alle disposizioni menzionate qui di seguito.
- I tiri di rigore sono eseguiti alternativamente da ciascuna squadra.
- 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 rigori, l'esecuzione sarà interrotta.
- Se dopo che le squadre hanno eseguito i loro cinque tiri di rigore, entrambe hanno segnato lo stesso numero di reti o non ne hanno segnata alcuna, si proseguirà ad oltranza, con lo stesso ordine, fino a quando una squadra avrà segnato una rete in più dell'altra, al termine dello stesso numero di tiri.
- Tutti i calciatori e i sostituti sono autorizzati ad eseguire i tiri di rigore.
- Ogni tiro di rigore deve essere eseguito da un calciatore diverso e tutti i calciatori aventi diritto ad eseguire i tiri di rigore devono averne eseguito uno prima di batterne un secondo.
- Ogni calciatore avente diritto ad eseguire i tiri di rigore può, in qualsiasi momento, assumere il ruolo di portiere durante l'esecuzione dei tiri di rigore.
- Solo i calciatori aventi diritto ad eseguire i tiri di rigore e gli arbitri sono autorizzati a restare nel rettangolo di gioco durante l'esecuzione dei tiri di rigore.

Tutti i calciatori, eccetto colui che esegue il tiro di rigore ed i portieri devono rimanere nella metà opposta a quella in cui vengono eseguiti i tiri di rigore.

- Il portiere il cui compagno esegue il tiro, deve restare sul terreno di gioco, all'esterno dell'area di rigore in cui si svolge l'esecuzione dei tiri, nel punto ove la linea dell'area di rigore interseca quella di porta.
- Se al termine di una gara e prima dell'inizio dei tiri di rigore, una squadra ha un numero di calciatori maggiore di quello della squadra avversaria, quando la squadra in inferiorità numerica riprende la rotazione, la prima potrà scegliere:

- a) Sia di far ribattere chi ha già tirato;
- b) Sia di completare la rotazione;

Occorre tenere presente che:

- L'inizio ed il termine della rotazione è determinato dal numero dei calciatori della squadra in inferiorità numerica;
- Anche nella rotazione, prima che essa non sia terminata, un calciatore non può battere un ulteriore tiro di rigore prima che gli altri ne abbiano battuto uno

Se durante i tiri di rigore il portiere commette un'infrazione ed il tiro è ripetuto, il portiere è ammonito

Se durante i tiri di rigore il calciatore commette un'infrazione, il tiro è considerato come fallito

Se durante i tiri di rigore sia il portiere sia il calciatore commettono contemporaneamente un'infrazione:

- a. Se il tiro è fallito: ripetizione ed entrambi i calciatori saranno ammoniti;
- b. Se il tiro è andato in rete: rete annullata, ripetizione del tiro ed ammonizione di entrambi i calciatori

Sostituzioni e provvedimenti disciplinari durante i tiri di rigore:

- a) Un calciatore può essere ammonito od espulso;
- b) Un portiere che viene espulso dovrà essere rimpiazzato da un calciatore che ha titolo ad eseguire i tiri di rigore;
- c) L'arbitro non dovrà sospendere la gara se una squadra è ridotta a meno di cinque calciatori.