

# CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023 SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

## ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Ragazzi/e

### Il terreno di gioco:

È un rettangolo lungo 20-25 m e largo 10-12 m suddiviso in una zona di gioco e due aree di porta.

La superficie di gioco può essere omogenea e di vario tipo (legno, plastica, cemento).

Le zone di sicurezza attorno al terreno di gioco devono essere di 1-3 m.

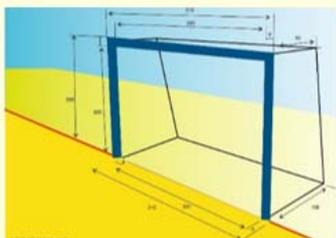
Le aree di porta hanno una lunghezza di 5 m.



### La porta:

ha una forma rettangolare di una altezza compresa tra 1.8 e 2 m. e larghezza tra 2,4 e 3 m.

Le porte, dotate di rete, possono essere di legno, lega leggera o ferro e devono essere ancorate al terreno.



### Zone di cambio:

Corrispondente all'area di gioco (parte centrale del rettangolo). Disposte su entrambi i lati del terreno di gioco. Ogni lato ospita la panchina di una squadra. La squadra «A» occupa il lato del tavolo. La squadra «B» il lato opposto.

### Tempi di gioco:

La gara si gioca su due tempi della durata di 20' ciascuno.

L'intervallo tra di essi è di 5'.

(dopo l'intervallo le squadre invertono la direzione del gioco).



### Time out di squadra:



Ogni squadra può usufruire di un Time out di 1' per ogni tempo.

### La squadra:

La squadra è mista, e senza vincolo numerico di genere.



È composta da 8 a 12 elementi (minimo 4 per iniziare la gara). In campo vanno 3 giocatori più un portiere, gli altri devono restare nella zona di cambio **SEDUTI**.

Durante tutta la gara la squadra deve sempre schierare un portiere che può anche partecipare alle azioni di attacco.

Un giocatore di campo in ogni momento può diventare portiere e viceversa.

### La palla:

La palla è di taglia 1: peso 290/330 gr. E circonferenza 50/52 cm.



### Equipaggiamento:



Le divise di gioco devono essere dello stesso colore. Quella del portiere deve essere diversa sia dai compagni che degli avversari. La numerazione è libera.

### Sostituzioni:

Si effettuano senza chiedere il permesso ai giudici di gara in qualsiasi momento, ma dopo che i giocatori da sostituire hanno lasciato il terreno di gioco.



La sostituzione può avvenire su tutta la linea laterale dell'area di gioco. È obbligatorio che i giocatori coinvolti nel momento del cambio si scambino il «5» fuori dal terreno di gioco.

## CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023 SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Ragazzi/e

#### Portiere:

##### Può:

- toccare la palla con qualsiasi parte del corpo con intenzione difensiva e muoversi all'interno dell'area di porta senza restrizioni regolamentari.
- abbandonare l'area di porta quando non è in possesso di palla e giocarla nell'area di gioco.



##### Non può:

- rientrare nell'area di porta con la palla
- Riprendere la palla sull'area di gioco dopo che l'ha lanciata, prima che l'abbia toccata un altro giocatore.

#### Trattamento della palla:

##### È permesso:

- lanciare, prendere, fermare, spingere o colpire la palla con le mani (aperte o chiuse), le braccia, la testa, il tronco, le cosce e le ginocchia;
- palleggiare con una mano;
- passarsi la palla da una mano all'altra;
- giocare la palla in ginocchio, da seduti o sdraiato.

##### Non è permesso:

- trattenere la palla per più di 3";
- eseguire più di 3 passi con la palla tra le mani;
- riprendere il palleggio dopo averlo interrotto;
- toccare la palla più di una volta salvo che nel frattempo non abbia toccato il suolo, un altro giocatore o la porta.

L'errata ricezione non è penalizzata.

#### Rimessa del portiere (rinvio):

Si esegue quando:

- un avversario entra nell'area di porta;
- dopo una rete;
- il portiere controlla la palla nell'area di porta;
- la palla esce dal fondo campo toccata dal portiere o da un avversario.

Viene considerata eseguita quando la palla, giocata dal portiere, esce dall'area di porta.

Se il portiere deve essere sostituito, prima di uscire deve eseguire la rimessa.

#### Falli e condotta antisportiva:

##### È permesso:

- usare le braccia e le mani per bloccare la palla;
- usare la mano aperta per togliere la palla dalle mani dell'avversario;
- usare il proprio corpo per sbarrare la strada all'avversario;
- usare le braccia flesse per controllare e seguire i movimenti dell'avversario.

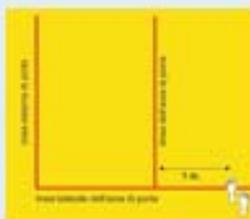
##### È vietato:

- colpire o strappare la palla dalle mani dell'avversario;
- bloccare o strattonare l'avversario;
- cinturare, trattenere, spingere, correre o saltare addosso all'avversario;
- interferire, ostacolare o mettere in pericolo l'avversario.

#### Rimessa in gioco:

si esegue:

- quando la palla esce lateralmente o dal fondo se toccata per ultimo da un difensore.
- nel punto dove è uscita,
- o a 1 m dalla linea dell'area di porta, se esce dal fondo (se toccata dal difensore) o lateralmente dell'area di rigore.



## CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023 SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Ragazzi/e

#### **Punteggio:**

Quando la palla entra in porta viene sempre assegnato un punto in favore della squadra avversaria.



#### **Esito della gara:**

Alla fine della gara la somma dei goal determina il punteggio che può essere di parità o a favore di una delle due squadre.



#### **Tiro di punizione:**

(O Tiro Franco) si esegue quando la squadra avversaria commette un'infrazione o un fallo.

Si esegue nel punto dove è stata commessa l'infrazione, o comunque ad 1 m dalla linea dell'area di porta.

Gli avversari devono posizionarsi alla distanza di 1 m. dal tiratore.

#### **Sanzioni e penalizzazioni:**

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- Ammonizione (cartellino giallo) è consentita una sola ammonizione al giocatore e 3 ammonizioni alla squadra;
- Esclusione (di 2 minuti): massimo tre esclusioni per ogni giocatore. Dopo la terza esclusione, l'atleta è squalificato e non può più rientrare in campo.



Chi subisce l'esclusione deve immediatamente abbandonare il campo.

Chi è squalificato non può più rientrare e dopo 2' deve essere sostituito in campo da un altro giocatore.

#### **Tiro dai 5 m. (rigore):**

È assegnato quando si interrompe una chiara occasione di rete:

- Irregolarmente (su tutto il terreno di gioco);
- l'interferenza di una persona esterna (fischio, intervento, ...).



Il tiratore si posiziona con un piede nei pressi del centro dell'area di porta e non deve né toccarla, né superarla. Al fischio può solo tirare in porta.

Tutti gli altri giocatori devono stare ad una distanza di 1 m. dal punto di esecuzione.

#### **Inizio Gara:**

Si sorteggia la porta e la squadra che gioca il primo attacco. Nel secondo tempo, le panchine restano le stesse ma si cambiano le porte e la squadra che gioca il primo attacco.



# CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023 SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

## ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Cadetti/e

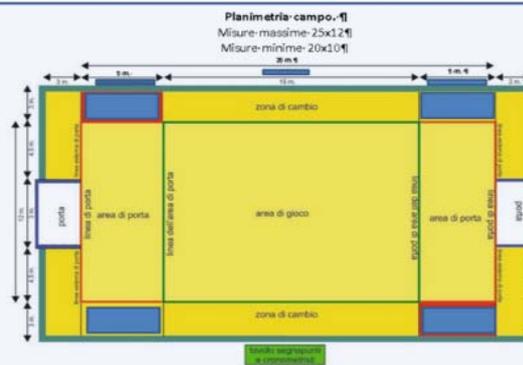
### Il terreno di gioco:

È un rettangolo lungo 20-25 m e largo 10-12 m suddiviso in una zona di gioco e due aree di porta.

La superficie di gioco può essere omogenea e di vario tipo (legno, plastica, cemento).

Le zone di sicurezza attorno al terreno di gioco devono essere di 1-3 m.

Le aree di porta hanno una lunghezza di 5 m.

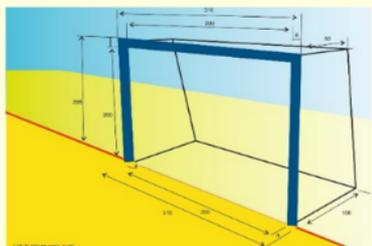


N.B.: per questa categoria è prevista la tracciatura della linea "area di porta" a 5 m dalla linea di fondo.

### La porta:

ha una forma rettangolare di una altezza compresa tra 1.8 e 2 m. e larghezza tra 2,4 e 3 m.

Le porte, dotate di rete, possono essere di legno, lega leggera o ferro e devono essere ancorate al terreno.



### Zone di cambio:

Corrispondente all'area di gioco (parte centrale del rettangolo). Disposte su entrambi i lati del terreno di gioco.

Ogni lato ospita la panchina di una squadra.

La squadra «A» occupa il lato del tavolo.

La squadra «B» il lato opposto.

### Tempi di gioco:

La gara si gioca su due tempi della durata di 20' ciascuno.

L'intervallo tra di essi è di 5'.

(dopo l'intervallo le squadre invertono la direzione del gioco).



### Time out di squadra:

Ogni squadra può usufruire di un Time out di 1' per ogni tempo.



### La squadra:



La Squadra è composta da 8 a 12 elementi dello stesso genere (minimo 4 per iniziare la gara). In campo vanno 3 giocatori più un portiere, gli altri devono restare nella zona di cambio **SEDUTI**.

Durante tutta la gara la squadra deve sempre schierare un portiere che può anche partecipare alle azioni di attacco.

Un giocatore di campo in ogni momento può diventare portiere e viceversa.

### La palla:



Femmine taglia 1:  
peso 290/330 gr. E circonferenza 50/52 cm.  
Maschi taglia 2:  
peso 325/375 gr. E circonferenza 54/56 cm.

### Equipaggiamento:



Le divise di gioco devono essere dello stesso colore. Quella del portiere deve essere diversa sia dai compagni che degli avversari. La numerazione è libera.

### Sostituzioni:

Si effettuano senza chiedere il permesso ai giudici di gara in qualsiasi momento, ma dopo che i giocatori da sostituire hanno lasciato il terreno di gioco.



La sostituzione può avvenire su tutta la linea laterale dell'area di gioco. È obbligatorio che i giocatori coinvolti nel momento del cambio si scambino il «5» fuori dal terreno di gioco.

# CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Cadetti/e

#### Portiere:

##### Può:

- toccare la palla con qualsiasi parte del corpo con intenzione difensiva e muoversi all'interno dell'area di porta senza restrizioni regolamentari.
- abbandonare l'area di porta quando non è in possesso di palla e giocare nell'area di gioco.



##### Non può:

- rientrare nell'area di porta con la palla
- Riprendere la palla sull'area di gioco dopo che l'ha lanciata, prima che l'abbia toccata un altro giocatore.

#### Trattamento della palla:

##### È permesso:

- lanciare, prendere, fermare, spingere o colpire la palla con le mani (aperte o chiuse), le braccia, la testa, il tronco, le cosce e le ginocchia;
- palleggiare con una mano;
- passarsi la palla da una mano all'altra;
- giocare la palla in ginocchio, da seduti o sdraiato.

##### Non è permesso:

- trattenere la palla per più di 3";
- eseguire più di 3 passi con la palla tra le mani;
- riprendere il palleggio dopo averlo interrotto;
- toccare la palla più di una volta salvo che nel frattempo non abbia toccato il suolo, un altro giocatore o la porta.

L'errata ricezione non è penalizzata.

#### Rimessa del portiere (rinvio):

Si esegue quando:

- un avversario entra nell'area di porta;
- dopo una rete;
- il portiere controlla la palla nell'area di porta;
- la palla esce dal fondo campo toccata dal portiere o da un avversario.

Viene considerata eseguita quando la palla, giocata dal portiere, esce dall'area di porta.

Se il portiere deve essere sostituito, prima di uscire deve eseguire la rimessa.

#### Falli e condotta antisportiva:

##### È permesso:

- usare le braccia e le mani per bloccare la palla;
- usare la mano aperta per togliere la palla dalle mani dell'avversario;
- usare il proprio corpo per sbarrare la strada all'avversario;
- usare le braccia flesse per controllare e seguire i movimenti dell'avversario.

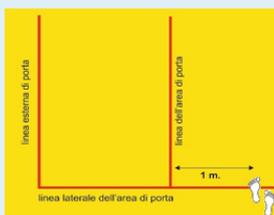
##### È vietato:

- colpire o strappare la palla dalle mani dell'avversario;
- bloccare o stratonare l'avversario;
- cinturare, trattenere, spingere, correre o saltare addosso all'avversario;
- interferire, ostacolare o mettere in pericolo l'avversario.

#### Rimessa in gioco:

si esegue:

- quando la palla esce lateralmente o dal fondo se toccata per ultimo da un difensore.
- nel punto dove è uscita,
- o a 1 m dalla linea dell'area di porta, se esce dal fondo (se toccata dal difensore) o lateralmente dell'area di rigore.



# CAMPIONATI STUDENTESCHI 2022/2023

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### ESTRATTO DELLE REGOLE DI GIOCO DELL'HANDBALL – cat. Cadetti/e

#### **Punteggio:**

Quando la palla entra in porta viene sempre assegnato un punto in favore della squadra avversaria.



#### **Esito della gara:**

Alla fine della gara la somma dei goal determina il punteggio che può essere di parità o a favore di una delle due squadre.



#### **Tiro di punizione:**

(O Tiro Franco) si esegue quando la squadra avversaria commette un'infrazione o un fallo.

Si esegue nel punto dove è stata commessa l'infrazione, o comunque ad 1 m dalla linea dell'area di porta.

Gli avversari devono posizionarsi alla distanza di 1 m. dal tiratore.

#### **Sanzioni e penalizzazioni:**

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- Ammonizione (cartellino giallo) è consentita una sola ammonizione al giocatore e 3 ammonizioni alla squadra;
- Esclusione (di 2 minuti): massimo tre esclusioni per ogni giocatore. Dopo la terza esclusione, l'atleta è squalificato e non può più rientrare in campo.



Chi subisce l'esclusione deve immediatamente abbandonare il campo.

Chi è squalificato non può più rientrare e dopo 2' deve essere sostituito in campo da un altro giocatore.

#### **Tiro dai 5 m. (rigore):**

È assegnato quando si interrompe una chiara occasione di rete:

- Irregolarmente (su tutto il terreno di gioco);
- l'interferenza di una persona esterna (fischio, intervento, ...).



Il tiratore si posiziona con un piede nei pressi del centro dell'area di porta e non deve né toccarla, né superarla. Al fischio può solo tirare in porta.

Tutti gli altri giocatori devono stare ad una distanza di 1 m. dal punto di esecuzione.

#### **Inizio Gara:**

Si sorteggia la porta e la squadra che gioca il primo attacco. Nel secondo tempo, le panchine restano le stesse ma si cambiano le porte e la squadra che gioca il primo attacco.

