



HOCKEY SU PRATO



Categorie	Ragazze – Ragazzi – Cadette – Cadetti
Composizione squadre	Ciascuna squadra è composta da 10 giocatrici/tori ciascuna; di queste/i 5 scendono in campo (non esiste il ruolo del portiere).
Tempi di gioco	La durata dell'incontro è di 40 minuti suddivisi in 2 tempi di 20 minuti ciascuno, con un intervallo di 10 minuti e inversione del campo.
Impianti e attrezzature	<p>Il campo di gioco misura di norma 40 metri di lunghezza e 20 di larghezza. Sono ammessi anche campi di misure diverse. La superficie del campo deve essere liscia, di qualunque natura o materiale. Le porte, possono essere o regolamentari di mt 3,66 x mt 2,14; misure tollerate anche di mt 3 x mt 2.</p> <p>L'area di tiro è formata da due linee semicircolari tracciate dai pali della porta chiuse da una linea parallela alla linea di fondo, dell'ampiezza della porta, posta a non meno di metri 6 e non più di 9 metri dalla stessa linea.</p> <p>Il bastone da gioco è in resina o in plastica e pesa circa 400-460 grammi; la pallina, 90-100 grammi circa.</p>
Regole di base	<ul style="list-style-type: none">• I giocatori possono usare il bastone con la sola parte piatta e senza che questi crei gioco pericoloso o intimidatorio.• Sono ammessi tutti i colpi della tecnica di gioco eccetto il Drive (tiro pendolare con impugnatura a due mani a contatto) il Reverse- hit (tiro di rovescio, alto e basso).• E' ammesso il Self-Pass (auto passaggio) nei tiri di punizione e rimesse.• Non è ammesso prendere parte al gioco se si è distesi a terra.• Sono ammesse sostituzioni in ogni momento della partita (tranne che in occasione del corner corto e del rigore). Il giocatore sostituito può rientrare.• Non esiste il fuorigioco.• Non e' ammesso alzare la pallina se crea gioco pericoloso.• Non è ammesso ostacolare il gioco correndo tra un avversario e la palla o interporre se stesso o il suo bastone come ostacolo.• Nessun giocatore può trovarsi a meno di 3 metri durante i tiri di punizione effettuati entro i 3 metri dall'area di tiro.• Nelle rimesse dal fondo e laterali, nei tiri di punizione, tutti gli avversari devono stare ad almeno 3 metri di distanza.• Perché una rete sia valida, la pallina deve essere stata colpita o deviata da un attaccante, all'interno dell'area di tiro e deve aver superato completamente la linea di porta.
Sanzioni	<p>La non ottemperanza alle regole di base comporta l'assegnazione da parte dell'arbitro di una punizione. In area di tiro, il fallo volontario o che impedisca un goal certo viene punito con un tiro di rigore, mentre un fallo involontario sarà sanzionato con una punizione di angolo corto (corner corto).</p> <p>Se la palla esce oltre le linee di fondo campo e non viene assegnata una rete:</p> <ul style="list-style-type: none">• se è stata inviata volontariamente da un difensore sarà assegnato un angolo corto agli attaccanti;• se la palla è stata inviata da un attaccante sarà assegnata una rimessa ai difensori;• se la palla è stata inviata involontariamente da un difensore, verrà giocata dagli attaccanti con un tiro di punizione con palla posizionata sulla linea di metà campo, in linea con il punto in cui ha oltrepassato la linea di fondo campo.
Norme specifiche	<p>Corner corto: la squadra in attacco colloca un giocatore con la pallina sulla linea di fondo a mt 6 dal palo e due giocatori fuori dall'area di tiro (uno dei tre giocatori deve essere quello che ha subito il fallo).</p> <p>La difesa schiera due giocatori (uno sarà quello che ha causato il fallo) all'interno della porta e con entrambi i piedi dietro la linea di porta. Tutti gli altri giocatori sono oltre la metà campo. Quando il giocatore con la pallina effettua il passaggio ai due compagni, la palla dovrà almeno una volta, essere fermata o controllata al di fuori dell'area di tiro per</p>

poi essere passata o giocata con un tiro (che non sia pericoloso) in porta. Tutti gli altri giocatori scattano, al momento della partenza della pallina dal fondo, per aiutare o contrastare.

Tiro di rigore: l'esecuzione del rigore è un flick eseguito a m.6 dalla porta (vuota) dal giocatore che ha subito il fallo. Il goal è valido se la palla entra in porta senza toccare terra prima della linea di porta.

Punteggi e classifiche In ciascun incontro vengono assegnati 3 punti per la vittoria, 1 punto per il pareggio e 0 punti per la sconfitta.

Nelle partite uniche in caso di parità, verranno tirati 5 tiri di rigore da 5 giocatori diversi. In caso di ulteriore parità, tiri di rigore ad oltranza ponendo il punto di rigore a 7 metri dalla linea di porta.

Nei tornei con formula di girone "all'italiana", in caso di parità, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri:

- 1- risultato incontro diretto;
- 2- differenza reti negli incontri diretti;
- 3- differenza reti totale (di tutte le partite);
- 4- maggior numero di reti segnate;
- 5- media dell'età delle squadre (passa la più giovane);
- 6- sorteggio.

Norme generali Per quanto non espressamente indicato, si fa riferimento al Progetto tecnico dei Campionati Studenteschi e al regolamento tecnico della F.I.H.