

REGOLAMENTO CALCIO A7 ITALIA LEAGUE CALCIO

REGOLA 1

IL TERRENO DI GIUOCO

1) Dimensioni

Il terreno di gioco deve essere un rettangolo piano ed orizzontale della lunghezza massima di m. 70 e della larghezza massima di m. 40. La lunghezza delle linee laterali deve essere, in ogni caso, superiore alla lunghezza delle linee di porta. Sono ammessi adattamenti che non superino il 10% delle dimensioni di riferimento.

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 visibile del diametro indicativo di cm. 20. Attorno a questo punto è tracciata una circonferenza di m. 6,00 di raggio.

3) Area di porta (NON OBBLIGATORIA)

A ciascuna estremità del terreno di gioco, a distanza di m. 5,50 da ciascun palo della porta, verso l'interno, devono essere tracciate due linee perpendicolari alla linea di porta, lunghe m. 5,50.

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 porta".

4) 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. 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".

Entro ciascuna area di rigore, alla distanza di m. 8 dal centro della linea di porta, lungo una linea immaginaria perpendicolare ad essa, deve essere segnato in modo ben visibile un punto denominato "punto del calcio di rigore" del diametro indicativo di cm. 20. 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.

5) 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.

Bandierine simili possono ugualmente essere infisse a ciascuna estremità della linea mediana ad almeno m. 1 dalla linea laterale, all'esterno del terreno di gioco.

6) Area d'angolo

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

7) 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 (misura interna) e riuniti alle loro estremità superiori da una sbarra trasversale il cui bordo inferiore deve risultare a m. 2 dal livello del terreno.

Istruzioni supplementari:

Per l'ambito amatoriale ricreativo e per le categorie giovani possono essere previste modifiche in ordine alle dimensioni del terreno di gioco e delle porte.

REGOLA 2

IL PALLONE

Caratteristiche del pallone

Il pallone deve essere n.5 con le caratteristiche sotto riportate:

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 gr. 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.

Per l'ambito amatoriale ricreativo e per le categorie giovani possono essere previste modifiche in ordine alle dimensioni, peso e materiale del pallone.

Sostituzione di un pallone difettoso

Se il pallone scoppia o si danneggia nel corso di una gara, il gioco deve essere interrotto e successivamente ripreso con una rimessa da parte dell'arbitro con un nuovo pallone nel punto in cui il primo si è reso inutilizzabile, a meno che lo stesso, in quel momento, si trovi nell'area di porta.

In tal caso sarà rimesso in gioco sulla linea dell'area di porta, parallela alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto.

Se il caso precedente si verifica durante un'interruzione del gioco la cui ripresa prevede: calcio d'inizio, calcio di rinvio, calcio d'angolo, calcio di punizione, calcio di rigore, rimessa dalla linea laterale o rimessa da parte dell'arbitro, il gioco deve essere ripreso in conformità.

REGOLA 3

NUMERO DEI CALCIATORI

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 avere luogo se l'una o l'altra squadra dispone di meno di quattro calciatori.

Procedura della sostituzione

È consentita la utilizzazione di calciatori di riserva fino ad un massimo di sette per ogni gara giocata.

Le sostituzioni sono illimitate ma possono essere effettuate in questo modo:

La sostituzione deve avvenire a gioco fermo e previa autorizzazione dell'arbitro.

Il giocatore sostituito potrà uscire da qualsiasi punto del terreno di gioco mentre il sostituto dovrà entrare dalla linea mediana.

Un giocatore sostituito, pertanto, potrà nuovamente prendere parte al gioco.

Sostituzione del portiere

Ciascun calciatore partecipante al gioco 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 durante un'interruzione di gioco

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. Per qualsiasi altra infrazione alla presente regola, il calciatore inadempiente deve essere ammonito e, se il gioco è stato interrotto dall'arbitro comminare un'ammonizione, il gioco 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 dell'interruzione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 13.

Espulsione o inibizione dei calciatori e dei calciatori di riserva

Un calciatore titolare che è stato inibito prima dell'inizio della gara potrà essere sostituito solo da un calciatore di riserva iscritto in elenco. Un calciatore di riserva che sia stato inibito prima, od espulso dopo l'inizio della gara, non potrà essere sostituito.

REGOLA 4

EQUIPAGGIAMENTO DEI CALCIATORI

- 1) a) L'equipaggiamento o l'abbigliamento di base obbligatorio di un calciatore comprende: maglia o camicia, calzoncini, calzettoni, parastichi e calzature.
a) L'equipaggiamento o l'abbigliamento di un calciatore non deve in alcun caso risultare pericoloso per sé o per gli altri giocatori.
Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello di tutti gli altri calciatori, dell'arbitro e degli assistenti dell'arbitro.

- 2) **I parastichi, che devono essere completamente coperti dai calzettoni, devono essere di un materiale adeguato (gomma, plastica o simili) e devono garantire un adeguato grado di protezione (sono obbligatori).**

Istruzioni supplementari:

- Il capitano deve portare, quale segno distintivo, un bracciale di colore diverso da quello della maglia.
- L'eventuale mancanza dei numeri sulle maglie dei calciatori non può provocare l'inibizione a partecipare alla gara. L'arbitro, però, dovrà farne menzione nel referto di gara per i provvedimenti dell'organo competente.
- Il calciatore che tenga nascosti oggetti metallici o comunque pericolosi per gli altri calciatori commette grave scorrettezza, comportandosi slealmente, e pertanto deve essere ammonito (non ammessi occhiali da vista se non da gioco). Se il gioco non è stato interrotto per altri motivi, sarà ripreso con un calcio di punizione indiretto contro la squadra alla quale appartiene il calciatore ammonito, battuto dal punto in cui si trovava il calciatore colpevole con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 13.

REGOLA 5

L'ARBITRO

Non è previsto l'utilizzo di assistenti di parte, anche se l'arbitro avrà la facoltà di chiedere alle squadre l'utilizzo di guardalinee (non sono obbligatori). Per le fasi finali il comitato organizzatore metterà a disposizione assistenti ufficiali per tutte le gare. L'organizzazione si riserva di designare assistenti ufficiali per determinate serate.

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 gli assistenti dell'arbitro;

- 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 e redigere un rapporto sulla gara;
- Interrompere temporaneamente la gara, sospenderla o interromperla definitivamente, a sua discrezione, al verificarsi di ogni infrazione delle regole;
- Interrompere temporaneamente la gara, sospenderla e 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 gioco;
- 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 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 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 e/o fatti 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;
- 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, chiedendo aiuto al delegato di campo, sempre che il gioco 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 un'infrazione che meriti, di per sé, un'espulsione immediata.

In una gara ove sia presente la terna ufficiale, in caso di malore o di infortunio all'Arbitro, si deve procedere alla sua sostituzione, anche a partita iniziata, con uno dei due Assistenti dell'Arbitro; gli Assistenti dell'Arbitro saranno sostituiti con Assistenti di parte e il tempo di gara sarà poi sommato.

REGOLA 6

DURATA DELLA GARA

La gara si compone di due periodi di gioco di eguale durata di 25 minuti e 12 minuti per le fasi finali.

I calciatori hanno diritto ad una sosta tra i due periodi di gioco. La durata dell'intervallo può essere modificata solo con il consenso dell'arbitro.

Recupero delle interruzioni di gioco

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 dal terreno di gioco;
- Le manovre tendenti a perdere deliberatamente tempo;
- Ogni altra causa.

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

Calcio di rigore

La durata di ciascun periodo deve essere prolungata per consentire l'esecuzione o la ripetizione di un calcio di rigore (solo nelle fasi finali).

Prolungamento

Il regolamento della competizione può prevedere di giocare un prolungamento di due periodi uguali (tempi supplementari). In tal caso valgono le condizioni stabilite dalla Regola 8.

È ammesso un time-out a gara per squadra e può essere richiesto solo in possesso di palla.

REGOLA 7

CALCIO D'INIZIO E RIPRESA DEL GIUOCO

a) All'inizio della gara

La scelta del terreno di gioco 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 gioco. All'altra squadra sarà assegnato il calcio d'inizio della gara.

Al segnale dell'arbitro, il gioco avrà inizio con un calcio al pallone fermo a terra al centro del terreno di gioco (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 gioco e tutti quelli della squadra opposta a quella che dà inizio al gioco devono rimanere a non meno di m. 6 dal pallone, fino a quando questo non sia stato giocato. Il pallone sarà in gioco 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 giocato o toccato un altro giocatore.

b) 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.

c) Dopo l'intervallo

Le squadre devono invertire le rispettive metà del terreno 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 gioco riprende dopo una interruzione temporanea, per qualsiasi causa non specificata dal Regolamento, purchè 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 porta. In tale caso l'arbitro farà cadere il pallone a terra sulla linea dell'area di porta parallela alla linea di porta 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.

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

Infrazioni e sanzioni

Per qualsiasi infrazione delle 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 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. Su una rimessa da parte dell'arbitro non è possibile segnare una rete o un'autorete: se dovesse essere segnata una rete il gioco riprenderà con un calcio di rinvio; se dovesse essere segnata un'autorete il gioco riprenderà con un calcio d'angolo.

REGOLA 8

PALLONE IN GIOCO E NON IN GIUOCO

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.

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 sbarra 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 delle Regole del Gioco, fino a quando l'arbitro non sia intervenuto in merito.

REGOLA 9

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 sbarra trasversale, sempre che non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante, 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.

Istruzioni supplementari

- Non può essere in alcun caso accordata una rete se il pallone è stato toccato da qualche corpo estraneo prima di oltrepassare la linea di porta. Se il fatto accade durante il normale svolgimento di una fase di gioco, salvo durante l'esecuzione di un calcio di rigore, il gioco deve essere interrotto e successivamente ripreso mediante una rimessa da parte dell'arbitro nel punto in cui il pallone è stato toccato dal corpo estraneo, a meno che lo stesso, in quel momento, si trovi nell'area di porta. In tal caso sarà rimesso in gioco sulla linea dell'area di porta parallela alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto.
- Se, mentre il pallone sta per entrare nella porta, ma prima che oltrepassi completamente la linea di porta, uno spettatore entra nel terreno di gioco e tenta di impedire la realizzazione della rete, l'arbitro deve accordare la rete se il pallone è entrato in porta, salvo che lo spettatore abbia toccato il pallone o arrecato intralcio al gioco. In tale caso l'arbitro interromperà il gioco e lo riprenderà con una propria rimessa nel punto in cui si è verificato il contatto o l'intralcio, a meno che lo stesso si sia verificato nell'area di porta. In tal caso il pallone sarà rimesso in gioco sulla linea dell'area di porta, parallela

alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto.

REGOLA 10

FUORI GIOCO

Non applicata

REGOLA 11

FALLI E SCORRETTEZZE

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

- Si rende colpevole di condotta scorretta e/o antisportiva

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

- Si rende colpevole di condotta violenta;
- Tiene un atteggiamento ingiurioso o gravemente offensivo;
- Si rende colpevole di condotta scorretta dopo essere stato ammonito.

Se il gioco 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 13.

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

Istruzioni supplementari:

- Il calciatore che si trova all'interno od all'esterno del terreno di gioco e commette un fallo passibile di ammonizione od espulsione verso un avversario, un compagno, l'arbitro, l'assistente dell'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 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 gioco.
- Ogni atto simulatorio, commesso sul terreno di gioco con lo scopo di ingannare l'arbitro, deve essere punito come comportamento antisportivo.

Nota

Si indicano inoltre alcuni falli ed infrazioni che comportano il calcio diretto o di rigore oltre all'ammonizione del colpevole:

1. Utilizzazione di braccia e gomiti per contrastare il pallone agli avversari;
2. Colpire da tergo l'avversario nel tentativo di contrastargli il pallone;
3. Caricare in modo pericoloso l'avversario;
4. Fare contrasto in scivolata in modo pericoloso sull'avversario, colpendolo;
5. Colpire con la mano il pallone nel tentativo di segnare una rete.

Per quanto riguarda la condotta gravemente sleale questo comitato applica come provvedimento tecnico un calcio di punizione diretto o di rigore se avviene all'interno dell'area di rigore e come provvedimento disciplinare l'ammonizione.

Se un giocatore para un gol alla squadra avversaria all'interno della propria area di rigore l'arbitro concederà un calcio di rigore ed spellerà il giocatore che ha commesso l'infrazione. Per il fallo da ultimo uomo non c'è l'espulsione diretta, a meno che non sia un fallo pericoloso o cattivo.

REGOLA 12

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 giocato o toccato da un calciatore diverso da quello che ha battuto la punizione).

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. 7,00 dal pallone e rimanere al di fuori dell'area di rigore fino a quando il pallone non sia stato calciato.

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. Dare o tentare di dare un calcio ad un avversario;
2. Fare o tentare di fare uno sgambetto ad un avversario;
3. Saltare su un avversario
4. Caricare un avversario;
5. Colpire o tentare di colpire un avversario;
6. Spingere un avversario

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

1. Contrastare un avversario per il possesso del pallone, venendo in contatto con lui prima di raggiungere il pallone per giocarlo;
2. Sputare contro un avversario;
3. Trattenerne un avversario;
4. Giocare 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).

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 nell'area di porta avversaria. In tal caso il calcio di punizione sarà battuto da un punto qualsiasi dell'area di porta.

Calcio di punizione indiretto

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

1. Giocare in modo considerato pericoloso dall'arbitro (quando, per esempio, tenta di calciare il pallone già in possesso del portiere);

2. 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) Compie manovre che, a giudizio dell'arbitro, siano dettate unicamente dal proposito di ritardare il gioco, perdendo così del tempo per dare uno sleale vantaggio alla propria squadra;

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 nell'area della porta avversaria. In tal caso il calcio di punizione sarà battuto da un punto qualsiasi dell'area di porta.

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, purchè lo stesso sia in gioco.

Sanzioni disciplinari

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

- Entra o rientra nel terreno di gioco per unirsi o riunirsi alla propria squadra dopo l'inizio della gara o si allontana dal terreno di gioco nel corso dell'incontro (salvo in caso di infortunio) senza avere, in ogni caso, ricevuto un gesto di assenso da parte dell'arbitro. Se l'arbitro interrompe il gioco 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 dell'interruzione, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla regola 13. Tuttavia se il calciatore ha commesso un'infrazione più grave sarà punito in conformità;
- Trasgredisce ripetutamente le Regole del Gioco e non osserva la prescritta distanza nelle riprese di gioco e/o ritarda la ripresa stessa;
- Manifesta con parole o con gesti di dissentire da una qualsiasi decisione dell'arbitro;
- Combinazione di uno o più suddetti elementi, purchè 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 13;
- I calciatori che entrano nell'area di rigore prima che il pallone sia stato giocato, non devono essere ammoniti.

Istruzioni supplementari

- Quando l'arbitro ha accordato un calcio di rigore non deve dare il segnale dell'esecuzione finchè tutti i calciatori non abbiano assunto la posizione prescritta dalla regola;
- Se, dopo che il calcio di rigore è stato battuto, la traiettoria del pallone viene interrotta da un elemento estraneo, il calcio di rigore deve essere ripetuto;

- Se, dopo che il calcio di rigore è stato battuto, il pallone rimbalza in gioco perché respinto dal portiere, dalla barra trasversale o da un palo e successivamente la sua traiettoria viene interrotta da un elemento estraneo, l'arbitro dovrà interrompere il gioco e lo riprenderà con una propria rimessa dal punto in cui si è verificato il contatto fra l'elemento estraneo ed il pallone, a meno che lo stesso, in quel momento, si trovi nell'area di porta. In tal caso il pallone sarà rimesso in gioco sulla linea di porta, parallela alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava al momento dell'interruzione;
 - Se, dopo aver dato il segnale per l'esecuzione, l'arbitro rileva che il portiere non si trova nella posizione prescritta sulla linea di porta, lascerà nonostante ciò battere il calcio di rigore. Se non viene segnata una rete, il tiro sarà ripetuto;
 - Se, dopo che l'arbitro ha dato il segnale per l'esecuzione ma prima che il pallone sia in gioco, un difensore della squadra difendente entra nell'area di rigore o si avvicina a meno di m. 6,00 dal punto del calcio di rigore, l'arbitro nonostante ciò lascerà battere il calcio di rigore. se non viene segnata una rete, il tiro sarà ripetuto;
 - Se il calciatore che batte il calcio di rigore si rende colpevole di condotta scorretta prima di effettuare il tiro e viene segnata una rete, il tiro sarà ripetuto. Il calciatore in questione sarà ammonito;
-
- Se, dopo che l'arbitro ha dato il segnale per l'esecuzione ma prima che il pallone sia in gioco, un compagno del calciatore incaricato del tiro entra nell'area di rigore o si avvicina a meno di m. 6 dal punto del calcio di rigore, l'arbitro nonostante ciò lascerà battere il calcio di rigore. Se viene segnata una rete questa sarà annullata ed il tiro ripetuto;
 - Se, nelle circostanze specificate nel paragrafo precedente il pallone rimbalza in gioco perché respinto dal portiere, dalla sbarra trasversale o da un palo, non essendo stata segnata alcuna rete, l'arbitro interromperà il gioco, ammonirà il calciatore colpevole ed accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, con riserva alle condizioni di deroga imposte dalla Regola 13;
 - Se il tempo regolarmente viene prolungato, alla fine del primo o del secondo periodo, per consentire che venga battuto o ripetuto un calcio di rigore, il prolungamento durerà fino al momento in cui il calcio di rigore avrà esaurito il suo effetto, cioè finché l'arbitro non avrà deciso se una rete è stata segnata o meno e la gara avrà termine dopo che l'arbitro avrà assunto la sua decisione.
 - Dopo che il calciatore ha effettuato regolarmente il calcio di rigore, nessun calciatore, tranne il portiere, può giocare o toccare il pallone prima che il tiro abbia terminato il suo effetto;
 - Quando un calcio di rigore viene battuto durante il prolungamento del tempo regolamentare le prescrizioni di cui alle precedenti decisioni devono, di norma, essere applicate tenendo presente che calciato al di fuori della stessa il pallone sarà in gioco dal momento in cui è calciato e mosso in avanti ed è uscito dall'area di rigore verso il terreno di gioco. Se il pallone non sia stato calciato direttamente in gioco, fuori dall'area di rigore, il calcio di punizione deve essere ripetuto. Se un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'esterno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m. 7,00 dal pallone fino a quando non sia in gioco, salvo che si dispongano sulla propria linea di porta, fra i pali della stessa. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è calciato e mosso in avanti. Se un calciatore della squadra avversaria entra nell'area di rigore o si avvicina a meno di m. 6,00 dal pallone, secondo i casi e comunque prima che il calcio di punizione sia stato battuto, l'arbitro dovrà ridarne l'esecuzione fino a quando non sia rispettata la regola. 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.

Salvo che non esistano altre prescrizioni nelle Regole riguardanti il punto dal quale deve essere battuto un calcio di punizione:

- 1) Ogni calcio di punizione accordato alla squadra difendente all'interno della propria area di porta, può essere battuto da un punto qualsiasi della stessa area di porta;
- 2) Ogni calcio di punizione indiretto accordato alla squadra attaccante, all'interno dell'area di porta avversaria, deve essere battuto dalla linea dell'area di porta parallela alla linea di porta, dal punto più vicino a quello dove il fallo è stato commesso.

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 da un calciatore all'interno dell'area della porta avversaria, nel qual caso il calcio di punizione sarà battuto da un punto qualsiasi dell'area di porta.

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 della barriera dal pallone debba essere di almeno m. 7,00 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 13

CALCIO E TIRO 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 gioco ma fuori dell'area di rigore, ad almeno m. 7,00 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 potrà muoversi lateralmente anche 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 gioco 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.

La gara ha termine nello stesso istante in cui il pallone viene respinto dal portiere, dalla sbarra trasversale o dal palo;

ogni tiro di rigore, in caso di rigori ad oltranza, deve essere battuto da un calciatore diverso fino ad utilizzare tutti gli elementi di ciascuna squadra a ciò autorizzati; però, 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.

ISTRUZIONI RELATIVE ALL'ESECUZIONE DEI TIRI DAL PUNTO DEL CALCIO 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 deve scegliere la porta verso la quale saranno battuti i tiri.
 - 2) Egli deve tirare a sorte lanciando in aria una moneta e la squadra il cui capitano vince il sorteggio deve battere il primo tiro.
 - 3) L'arbitro annoterà il numero di ogni calciatore al momento in cui lo stesso tirerà il calcio di rigore.
 - 4) a) Osservando le norme indicate nei successivi paragrafi c) e d), ciascuna squadra batterà cinque tiri;
b) I tiri devono essere battuti alternativamente;
c) 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;
d) 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) La squadra che, osservando le norme indicate nei precedenti paragrafi, avrà segnato il maggior numero di reti, qualunque sia il numero di tiri eseguiti, risulterà qualificata per il turno successivo o sarà dichiarata vincitrice della manifestazione, a seconda del caso;
 - 6) I tiri di rigore possono essere calciati da qualsiasi giocatore in distinta e dal sesto rigore in poi può calciarlo anche sempre lo stesso calciatore;
- 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 quest'ultima con la linea dell'area di rigore;
 - Nel caso in cui venga a mancare la luce dopo i tempi supplementari o prima che sia terminata l'esecuzione dei tiri dal punto del calcio di rigore, il risultato della gara sarà deciso mediante il lancio in aria di una moneta, ovvero tirando a sorte;
 - Se si dispone della collaborazione di assistenti dell'arbitro, questi possono assumere compiti particolari. Per esempio un assistente dell'arbitro si disporrà nel cerchio di centro campo per controllare i calciatori che devono susseguirsi nell'esecuzione dei tiri e l'altro si disporrà lungo la linea di porta per controllare l'entrata o meno del pallone in rete;
 - Una volta che tutti i calciatori hanno effettuato il tiro, non è necessario che seguano lo stesso ordine di battuta della 1^a fase.
 - Se un calciatore già ammonito commette una seconda infrazione punibile con ammonizione, durante i tiri di rigore, sarà espulso.

TEMPI SUPPLEMENTARI

Nel caso di una gara che preveda la disputa di tempi supplementari l'arbitro, al termine dei tempi regolamentari, effettuerà un nuovo sorteggio, nel terreno di gioco, dando subito inizio al gioco, senza riposo. Del pari nessun riposo dovrà essere accordato alla fine del primo tempo supplementare.

REGOLA 14

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 a 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 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, con riserva delle condizioni di deroga imposte dalla Regola 13.

Istruzioni supplementari

- Se un calciatore che effettua una rimessa dalla linea laterale gioca una seconda volta il pallone, toccandolo con le mani, entro il terreno di gioco e prima che sia stato toccato o giocato da altro calciatore, l'arbitro deve accordare un calcio di punizione diretto alla squadra avversaria;
- Se, nell'effettuazione di una rimessa dalla linea laterale uno o più calciatori della squadra avversaria si mettono a saltellare od a gesticolare allo scopo di distrarre o disturbare il calciatore che effettua la rimessa, si rendono colpevoli di condotta scorretta e devono essere ammoniti (devono stare a non meno di m. 2 di distanza);
- Se la rimessa dalla linea laterale viene effettuata da qualsiasi punto diverso da quello in cui il pallone ha oltrepassato la linea laterale, la rimessa darà considerata irregolare.

REGOLA 15

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,

il gioco dovrà riprendere:

- a) Dal portiere il quale ha la facoltà di rimettere in gioco il pallone o con le mani in qualsiasi punto dell'area di rigore o con i piedi da un qualsiasi punto dell'area di porta ove presente, altrimenti nell'area di rigore ma prima del punto di rigore;
- b) Da qualsiasi giocatore della squadra che deve battere il calcio di rinvio da un punto qualsiasi dell'area di porta ove presente, altrimenti nell'area di rigore ma prima del punto di rigore.

- c) In caso di parata efficace su azione, il portiere potrà rinviare o con i piedi o con le mani. Il portiere non potrà ricevere tra le mani il pallone su calcio di rinvio, al fine di rilanciarlo in gioco. Se il pallone non è stato calciato all'esterno dell'area di rigore, ossia direttamente in gioco, il calcio di rinvio deve essere ripetuto. Una rete non può essere segnata direttamente su calcio di rinvio. 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.

d) Per il retropassaggio valgono le regole del calcio a 11, quindi quando il portiere si spossa del pallone sia su parata efficace sia su rimessa dal fondo, nel caso di retropassaggio esso può prenderlo solo con i piedi, mai con le mani.

Infrazioni e sanzioni

- e) Se il portiere 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.

Istruzioni supplementari

- f) Quando nell'effettuazione di un calcio di rinvio, il calciatore che ha calciato il pallone lo tocca una seconda volta prima che sia uscito dall'area di rigore, il pallone non è stato rimesso in gioco in conformità di quanto prescrive la Regola. Pertanto il calcio di rinvio deve essere ripetuto.

REGOLA 16

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

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.
- In caso di qualsiasi altra infrazione, il calcio d'angolo dovrà essere ripetuto.

CHIARIMENTI SUL FALLO DI MANO

Il fallo di mano verrà punito dall'arbitro con un calcio di punizione diretto solo se questi considera il fallo di mano commesso da un giocatore volontario oppure se il giocatore intercetta il pallone con una mano o con un braccio larghi quindi che non rispettano un movimento normale. Per quanto

riguarda il provvedimento disciplinare (cartellino giallo) sarà attuato solo se il fallo commesso interrompe un'azione importante di gioco alla squadra avversaria.

CHIARIMENTO SUL CHIAMARE IL PALLONE AI PROPRI COMPAGNI

Un giocatore può chiamare il pallone (**LASCIA O MIA**) ai propri compagni solo se non disturba i calciatori avversari. In qualsiasi altro caso solo il portiere è autorizzato a chiamare il pallone. Ad ogni infrazione della seguente Regola l'arbitro interromperà il gioco salvo la concessione del vantaggio e accorderà alla squadra avversaria un calcio di punizione indiretto nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'infrazione.

Si introduce l'espulsione a tempo! L'espulso abbandonerà il campo e dopo 5 minuti il direttore di gara o il delegato di campo autorizzerà la squadra a far entrare un nuovo giocatore qualora lo avesse a disposizione. Il giocatore espulso non potrà più entrare nel terreno di gioco.

L'espulsione a tempo non verrà utilizzata durante le finali nazionali.

Il Comitato Disciplinare Italia League Calcio