



## **REGOLAMENTO MICRO**

Limiti di età: 2009 – 2010 – 2011

Per la categoria micro si disputeranno giochi e tornei.

### **Giochi previsti.**

GIOCO 1 - CIRCUITO (1 giugno dalle ore 17:00 alle ore 19:00)

GIOCO 2 - TIRI DI PRECISIONE (2 giugno dalle ore 09:00 alle ore 11:30)

GIOCO 3 - IL PALLEGGIATORE (2 giugno dalle ore 16:30 alle ore 19:00)

GIOCO 4- AL VOLO (3 giugno dalle ore 09:00 alle ore 11:30)

### **Punteggi.**

Per ogni gioco saranno attribuiti i seguenti punteggi:

*Pt. 5 per il primo classificato*

*Pt. 3 per il secondo classificato*

*Pt. 2 per il terzo classificato*

Per il torneo sportivo saranno attribuiti i seguenti punteggi:

*Pt. 20 per il primo classificato*

*Pt. 12 per il secondo classificato*

*Pt. 8 per il terzo classificato*

### **REGOLAMENTO TECNICO CALCIO A 5**

Nella categoria micro le squadre possono essere anche miste, cioè formate da bambini e bambine.

### **Regole di gioco.**

a) La partita si disputerà su campo regolamentare, con porte di dimensioni ridotte, cinque giocatori contro cinque.

b) La partita verrà disputata in tre tempi regolamentari di 10' ciascuno + un tempo supplementare di 10' senza valore di classifica (tempo micro).

Il quarto tempo, denominato TEMPO MICRO, sarà il tempo in cui dovranno giocare gli atleti più piccoli o che comunque abbiano avuto meno opportunità nei tempi di gioco regolamentari.

c) In tutte le gare nelle quali si raggiunga una differenza di punteggio di cinque reti realizzate, la squadra che in quel momento viene a trovarsi in svantaggio, potrà aggiungere un giocatore; la superiorità ed inferiorità numerica dovrà essere colmata ogni qual volta venga ridotto il passivo a tre reti.

d) La distanza regolamentare della barriera sui calci di punizione è fissata in m. 6. Non esiste il "cambio fallo". Qualora a giudizio dell'arbitro un giocatore commetta un'infrazione nella

rimessa laterale, questa dovrà essere ripetuta. Non si commette infrazione nel caso in cui si passa la palla con i piedi al proprio portiere e quest'ultimo la tocchi con le mani.

e) Ciascun allenatore potrà richiedere, in ogni tempo, un time out di un minuto. I time – out non richiesti nel primo e/o nel secondo tempo di gioco, non si possono recuperare nei tempi successivi.

f) Prima dell'inizio della gara entrambe le squadre devono presentare all'arbitro un pallone regolamentare ed efficiente, misura n. quattro.

### **Classifiche.**

La classifica verrà determinata ai sensi dell'art. 13 delle norme generali. Per i casi di pari merito vale quanto stabilito nella sezione calcio a cinque settore giovanile.

Per ogni partita verranno assegnati:

- 3 punti per la vittoria;
- 1 punto per il pareggio.

**PER IL REGOLAMENTO TECNICO MICRO PALLAVOLO SI RIMANDA ALLA SEZIONE MINI**

## **REGOLAMENTO MINI**

Limiti di età: 2006 – 2007 in poi

### **Giochi previsti.**

GIOCO 1 - CIRCUITO (1 giugno dalle ore 17:00 alle ore 19:00)

GIOCO 2 - TIRI DI PRECISIONE (2 giugno dalle ore 09:00 alle ore 11:30)

GIOCO 3 - IL PALLEGGIATORE (2 giugno dalle ore 16:30 alle ore 19:00)

GIOCO 4- AL VOLO (3 giugno dalle ore 09:00 alle ore 11:30)

### **Punteggi.**

Per ogni gioco saranno attribuiti i seguenti punteggi:

*Pt. 5 per il primo classificato*

*Pt. 3 per il secondo classificato*

*Pt. 2 per il terzo classificato*

Per il torneo sportivo saranno attribuiti i seguenti punteggi:

*Pt. 20 per il primo classificato*

*Pt. 12 per il secondo classificato*

*Pt. 8 per il terzo classificato*

### **REGOLAMENTO TECNICO CALCIO A 5**

Nella categoria mini le squadre possono essere anche miste, cioè formate da bambini e bambine. Le atlete della categoria propaganda (under 13) 1° anno (2005) possono partecipare all'attività della categoria mini, previo consenso scritto dei genitori oppure se beneficiano di analoga autorizzazione della FIGC. La squadra che utilizza queste atlete mantiene il diritto alla classifica.

#### **Regole di gioco.**

a) La partita si disputerà su campo regolamentare, con porte di dimensioni ridotte, cinque giocatori contro cinque.

b) La partita verrà disputata in tre tempi regolamentari di 10' ciascuno + un tempo supplementare di 10' senza valore di classifica (tempo micro).

Il quarto tempo, denominato TEMPO MICRO, sarà il tempo in cui dovranno giocare gli atleti più piccoli o che comunque abbiano avuto meno opportunità nei tempi di gioco regolamentari.

c) In tutte le gare nelle quali si raggiunga una differenza di punteggio di cinque reti realizzate, la squadra che in quel momento viene a trovarsi in svantaggio, potrà aggiungere

un giocatore; la superiorità ed inferiorità numerica dovrà essere colmata ogni qual volta venga ridotto il passivo a tre reti.

d) La distanza regolamentare della barriera sui calci di punizione è fissata in m. 6. Non esiste il “cambio fallo”. Qualora a giudizio dell’arbitro un giocatore commetta un’infrazione nella rimessa laterale, questa dovrà essere ripetuta. Non si commette infrazione nel caso in cui si passa la palla con i piedi al proprio portiere e quest’ultimo la tocchi con le mani.

e) Ciascun allenatore potrà richiedere, in ogni tempo, un time out di un minuto. I time – out non richiesti nel primo e/o nel secondo tempo di gioco, non si possono recuperare nei tempi successivi.

f) Prima dell’inizio della gara entrambe le squadre devono presentare all’arbitro un pallone regolamentare ed efficiente, misura n. quattro.

### **Classifiche.**

La classifica verrà determinata ai sensi dell’art. 13 delle norme generali. Per i casi di pari merito vale quanto stabilito nella sezione calcio a cinque settore giovanile.

Per ogni partita verranno assegnati:

- 3 punti per la vittoria;
- 1 punto per il pareggio;

### **REGOLAMENTO TECNICO BASKET**

a) La partita consta di 6 tempi regolamentari della durata di 6’ ciascuno + un tempo supplementare di 5’ senza valore di classifica (tempo micro).

Tra ogni tempo deve essere osservato un minuto di riposo. Tra il terzo e quarto tempo devono essere osservato cinque minuti di riposo. Al termine di ogni tempo di gioco si procederà come segue:

- verrà azzerato il punteggio della partita sul tabellone segnapunti;
- 3 punti verranno attribuiti alla squadra vincitrice del tempo di gioco disputato;
- 1 punto verrà assegnato alla squadra perdente nel tempo disputato. In caso di parità nel singolo tempo saranno assegnati 2 punti a ciascuna squadra;

- Nel caso in cui, al termine della partita, le squadre avessero lo stesso numero di punti la vittoria sarà assegnata alla squadra che avrà realizzato più canestri ( si considererà la somma dei punti realizzati tra canestri su azione e tiri liberi)
- Il settimo tempo, denominato TEMPO MICRO, sarà il tempo in cui dovranno giocare gli atleti più piccoli o che comunque abbiano avuto meno opportunità nei tempi di gioco regolamentari.

b) Il cronometro verrà arrestato solo in occasione:

- delle contese;
- dell'effettuazione dei tiri liberi;
- dei time-out (uno per tempo per ciascuna squadra);
- ogni qualvolta lo segnali l'arbitro (incidente, palla lontana dal campo, ecc.);

c) Negli ultimi tre minuti del sesto tempo verranno concessi due tiri liberi in occasione di ogni fallo.

d) Non è previsto il tiro da tre punti.

e) Sono proibite la difesa a zona ed il raddoppio di marcatura.

f) Non si applicano le regole dei 24' e dell'infrazione di metà campo. Le regole dei 3' in area e dei 5' secondi saranno applicate dall'arbitro con adeguata tolleranza.

g) Le sostituzioni si devono effettuare solamente all'inizio di ciascun tempo di gioco, tranne che nei seguenti casi:

- uscita dal campo per raggiunto limite di falli;
- fallo squalificante (espulsione);
- infortunio e/ o malore grave, accertato dall'arbitro.

Qualora il giocatore sostituito per infortunio dovesse riprendersi ed essere in grado di rientrare in campo, lo potrà fare solamente sostituendo il giocatore che precedentemente lo aveva sostituito.

In ciascuno di questi casi il giocatore uscito dal campo può essere sostituito solamente dal giocatore che risulti dal referto aver realizzato il minor numero di punti.

h) Prima dell'inizio della gara entrambe le squadre devono presentare all'arbitro un pallone da minibasket, regolamentare ed efficiente, misura n. 5.

### **Classifiche.**

Per ogni partita verranno assegnati :

- 2 punti per la vittoria;
- 1 punto per il pareggio.

### **REGOLAMENTO TECNICO PALLAVOLO (micro e mini)**

Nella **categoria micro-mini** le squadre possono essere anche miste, cioè formate da bambini e bambine.

#### **1) Regole di gioco.**

- a) Le partite verranno disputate su tre set obbligatori, a 21 punti, su campo di dimensioni sei per dodici, quattro giocatori contro quattro, col sistema del rally – point system.
- b) Ogni squadra deve essere costituita da un minimo di sei giocatori e da un massimo di otto.
- c) L'altezza della rete è fissata a mt. 2.00.
- d) Tutti gli iscritti a referto devono entrare in campo. Il giocatore a cui spetta il turno di battuta deve essere sostituito (chi va in battuta esce). I giocatori entreranno secondo l'ordine indicato nella lista da consegnare all'arbitro prima dell'inizio della gara. Non sono consentite altre sostituzioni oltre a quelle effettuate secondo tale rotazione obbligatoria.
- e) Il servizio deve essere effettuato colpendo la palla dal basso (sotto l'altezza della spalla). L'effettuazione del servizio dall'alto (tennis), laterale, a bilanciere, sarà considerata fallosa.
- f) Un giocatore non può toccare la palla, nella stessa azione, per due volte consecutive. Non esistono: falli di trattenuta, di doppia, di invasione a rete, di invasione del terreno avversario, ad eccezione, in quest'ultimo caso, per il caso in cui l'invasione sia accompagnata da contatto con un giocatore dell'altra squadra.
- g) Non è ammessa la penetrazione sistematica di un giocatore dalla seconda linea nella zona di attacco allo scopo di impostare il gioco per la propria squadra. L'utilizzo di schemi di gioco che prevedono la penetrazione sistematica dalla seconda linea sarà considerato fallo di gioco.

h) Il cambio di posizione tra giocatori, in qualsiasi fase di gioco, sarà considerato fallo di posizione e verrà sanzionato con la perdita del punto. La regola ha lo scopo di favorire il gioco con il palleggiatore in posto tre, a rotazione.

i) Ogni squadra ha diritto a richiedere due tempi di sospensione per ogni set giocato.

l) Prima dell'inizio della gara entrambe le squadre devono presentare all'arbitro un pallone da minivolley, regolamentare ed efficiente.

## **2) Classifiche.**

La classifica verrà determinata ai sensi dell'art. 13 delle norme generali. Per i casi di pari merito vale quanto stabilito dalla sezione pallavolo categorie giovanili.

Per ogni partita verranno assegnati :

1 punto per ogni set vinto.

### **NORME DI RINVIO.**

Il presente regolamento potrà subire alcune modifiche che saranno tempestivamente comunicate con specifico comunicato ufficiale.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda integralmente al regolamento PGS nazionale e per quanto non in contrasto a quello delle F.S.N.

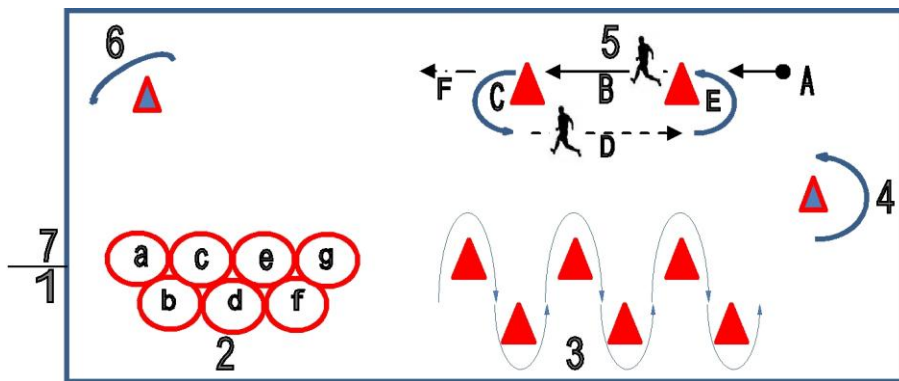


## GIOCHI PREVISTI

### GIOCO 1 - CIRCUITO

#### CALCIO A 5 - PALLAVOLO - BASKET

Ogni squadra svolgerà il circuito atletico. Devono partecipare tutti i concorrenti. Il tempo sarà fermato (all'insaputa dei bambini) dopo il completamento del circuito da parte dell'ottavo concorrente (se una squadra dovesse avere meno di 8 concorrenti, l'atleta/gli atleti lo ripeteranno fino ad arrivare ad un numero di 8 esecuzioni). Saranno conteggiate solo le penalità "gravi" a discrezione insindacabile del giudice di gara. Per ogni penalità saranno aggiunti 2 secondi al tempo segnato dopo il passaggio dell'ottavo concorrente. Vince chi avrà completato il circuito nel tempo minore al netto delle penalità assegnate. Segue disegno e svolgimento:



1. Partenza (con in mano un testimone);
2. Percorso Militare: con i piedi uniti si deve saltare seguendo il seguente ordine: a, b, c, d, e, f, g;
3. Slalom tra i birilli;
4. Aggirare esternamente il birillo;
5. Gira e Rigira: si deve seguire il seguente percorso: A (punto di partenza), B (corsa in avanti), C (aggirare il birillo esternamente), D (corsa all'indietro), E (aggirare il birillo esternamente), B+F (corsa in avanti);
6. Aggirare esternamente il birillo;
7. Arrivo: "consegnare" il testimone al compagno. Il lancio dello stesso sarà considerato penalità).

## GIOCO 2 - TIRI DI PRECISIONE

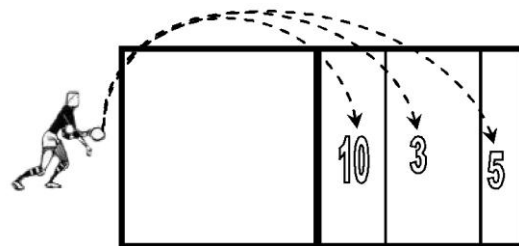
Il gioco consiste nel riuscire a realizzare più punti possibili eseguendo tiri di precisione. Parteciperanno al gioco tutti gli atleti iscritti in distinta ma, all'insaputa dei partecipanti, saranno considerati solo i punti ottenuti dai primi 8 atleti (se una squadra dovesse avere meno di 8 concorrenti, l'atleta/gli atleti lo ripeteranno fino ad arrivare ad un numero di 8 esecuzioni).

### Esecuzione.

#### PALLAVOLO

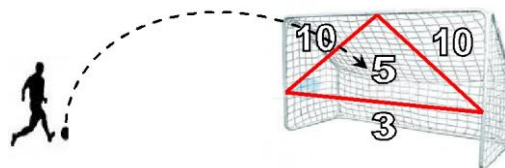
Ogni atleta si posizionerà oltre la linea della battuta. Dovrà colpire la palla (battuta dal basso) e indirizzarla in uno dei tre settori nel campo avversario. Ogni settore prevede un diverso punteggio a seconda della difficoltà: 10-3-5. Se la palla dovesse toccare la linea che divide un settore sarà conteggiata la media (esempio:  $10/3=6,5$  oppure  $3/5=4$ ). Nel caso di dubbi o controversia, l'arbitro potrà decidere la ripetizione del tiro.

Vince chi fa più punti.



#### CALCIO A 5

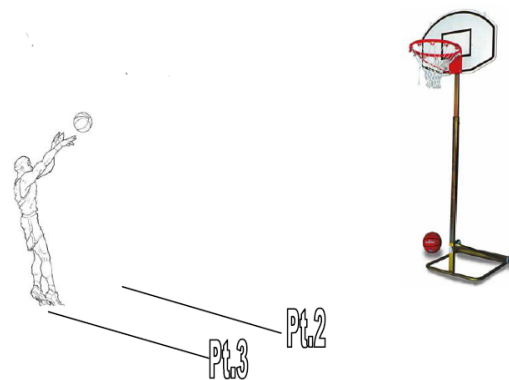
Ogni atleta si posizionerà sul punto di battuta (dischetto del rigore) e colpendo palla dovrà indirizzare la palla in uno dei quattro settori delimitati nella porta. Ogni settore prevede un punteggio diverso a seconda del grado di difficoltà: 10 punti (angoli superiori), 5 punti (triangolo centrale) e 3 punti (settore basso). Se la palla dovesse toccare la corda che divide un settore e tornare indietro sarà conteggiata la media (esempio:  $10/5=7,5$  oppure  $5/3=4$ ). Nel caso di dubbi o controversia, l'arbitro potrà decidere la ripetizione del tiro. Vince chi fa più punti.



#### BASKET

Ogni atleta si posizionerà nella linea stabilita, potrà decidere se tirare da 2 o da 3 punti (uno esclude l'altro). Nel caso di dubbi o controversia, l'arbitro potrà decidere la ripetizione del tiro. Vince chi fa più punti. Vedi disegno sotto.

Distanze Mini: 2 pt (3 mt), 3pt (5mt)

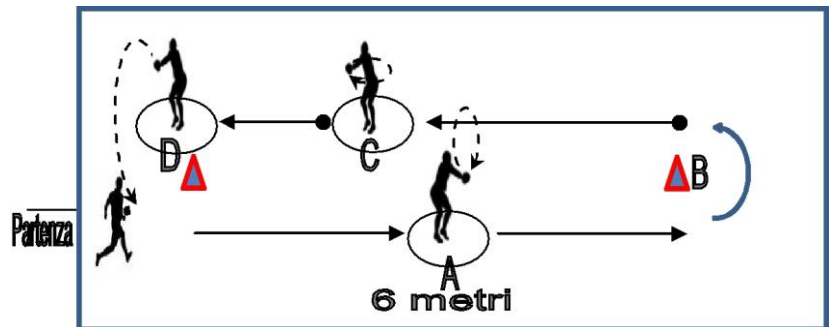


### GIOCO 3 - IL PALLEGGIATORE

Il gioco consiste nel riuscire a completare un circuito, palleggiando, nel più breve tempo possibile. Parteciperanno al gioco tutti gli atleti iscritti in distinta ma, all'insaputa dei partecipanti, saranno considerati solo i punti ottenuti dai primi 8 atleti (se una squadra dovesse avere meno di 8 concorrenti, l'atleta/gli atleti lo ripeteranno fino ad arrivare ad un numero di 8 esecuzioni).

#### Esecuzione.

Ogni atleta partirà correndo con la palla in mano fino ad arrivare al cerchio "A", lancerà per 3 volte la palla (quando la palla è in aria dovrà battere le mani); continuerà a correre aggirando il cono "B" fino ad arrivare al cerchio "C", dove dovrà far girare la palla attorno al corpo per 3 volte. Il circuito si conclude arrivando al cerchio "D" dove con le mani si passerà la palla al compagno, dando il via al giro successivo.  
1 penalità= 2 secondi.



### GIOCO 4- AL VOLO

Il gioco consiste nel riuscire a completare un circuito nel più breve tempo possibile cercando di acquisire bonus (che ridurranno ulteriormente il tempo) effettuando dei centri colpendo la palla al volo.

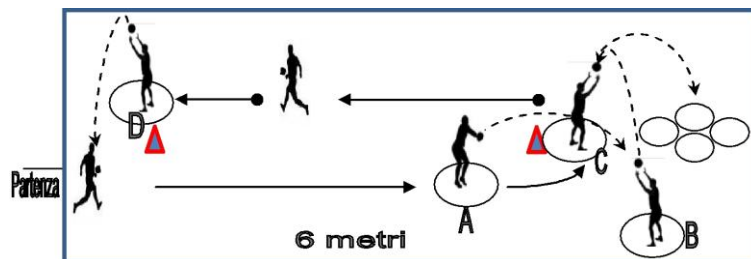
Parteciperanno al gioco tutti gli atleti iscritti in distinta ma, all'insaputa dei partecipanti, saranno considerati solo i punti ottenuti dai primi 8 atleti (se una squadra dovesse avere meno di 8 concorrenti, l'atleta/gli atleti lo ripeteranno fino ad arrivare ad un numero di 8 esecuzioni).

#### Esecuzione.

#### (VOLLEY e BASKET)

Ogni atleta partirà correndo con la palla in mano fino ad arrivare al cerchio "A", lancerà la palla all'allenatore che si troverà nel cerchio "B", per poi continuare a correre senza palla arrivando al cerchio "C", dove al volo con le mani (in palleggio a pallavolo ed in stacco per il basket) proverà a centrare/toccare almeno uno dei 4 cerchi (la mancata centratura non è penalizzante, il centro conferisce un bonus). Si riprenderà quindi la palla e si correrà nel cerchio "D" dove con le mani si passerà la palla al compagno, dando il via al giro successivo.

1 penalità= 2 secondi, 1  
Bonus= 2 secondi

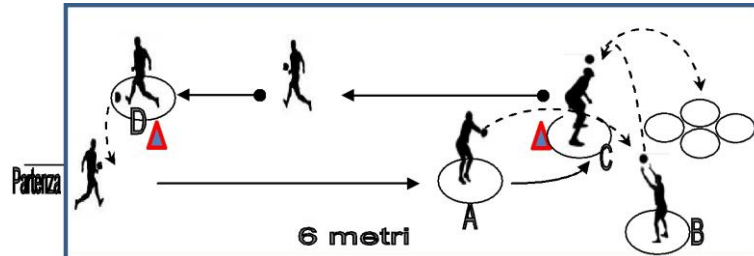


#### (CALCIO)

Ogni atleta partirà correndo con la palla in mano fino ad arrivare al cerchio "A", lancerà la palla all'allenatore che si troverà nel cerchio "B", per poi continuare a correre senza palla arrivando al cerchio "C", dove al volo di testa proverà a centrare/toccare almeno uno dei 4 cerchi (la mancata centratura non è penalizzante, il centro conferisce un bonus). Si riprenderà quindi la palla e si correrà nel cerchio "D" dove con un passaggio con i piedi si passerà la palla al compagno, dando il via al giro successivo.

1 penalità= 2 secondi.

1 Bonus= 2 secondi.



### Note tecniche.

Per ogni attività prevista (gioco o partita che sia) è necessario presentare al giudice di gara o arbitro:

1. la distinta di gioco regolarmente compilata e vidimata dal comitato;
2. due palloni di gioco regolamentari.

Tutti i giochi prevedono la partecipazione di tutti i componenti della squadra ma naturalmente faranno fede tempi e punteggi solo dei primi 8 partecipanti, così come chiarito per ogni gioco.

Nel caso in cui una squadra presenti meno concorrenti, i primi ripeteranno la prova.

Qualche bambino più sveglio probabilmente si chiederà se la squadra con meno giocatori non sia avvantaggiata... la risposta comune sarà che "i tempi di gioco saranno sommati e divisi fra i partecipanti (media punti)".

Sia i giochi, sia i regolamenti, potranno subire modifiche in funzione del programma e dell'evolversi delle attività. Tutte le eventuali rettifiche saranno divulgate con comunicato ufficiale.