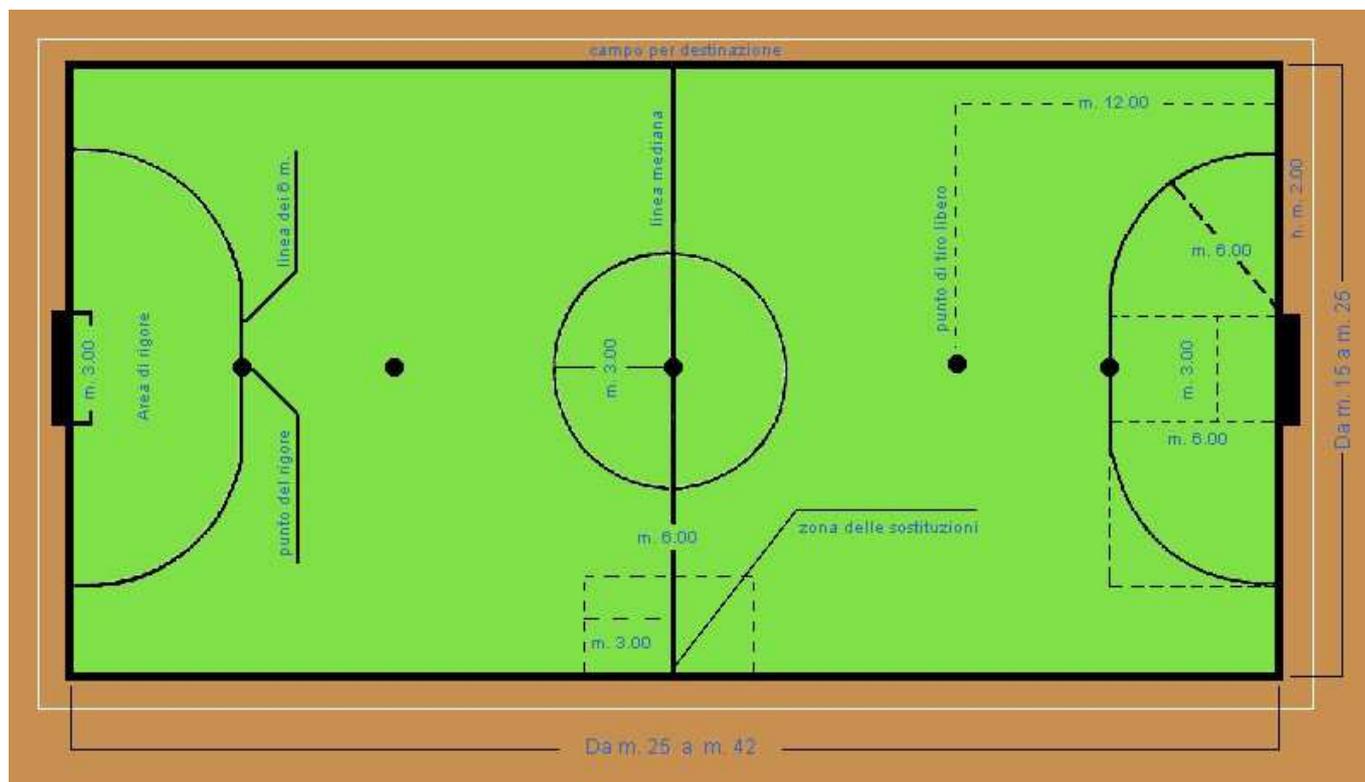


## N°4 IL CALCIO A CINQUE

### IL TERRENO DI GIOCO

Il campo deve essere rettangolare, con le seguenti misure:

- lunghezza: minima 25 m., massima 42 m.
- larghezza: minima 15 m., massima 25 m.



**Il campo di gioco** è delimitato dalle linee laterali e dalle linee di porta, aventi una larghezza di 8 cm.

**L'area di rigore** è delimitata da due quarti di circonferenza congiunti nella parte superiore da un segmento di 3,60 m. parallelo alla linea di porta e distante, come gli archi, 6 m. dalla porta.

Al centro del segmento di fronte alla porta, sulla linea dei 6 metri, è posto il **punto del calcio di rigore**.

A 10 metri dalla linea di porta, equidistanti dalle linee laterali, sono posti i "**punti dei tiri liberi**".

Su ogni angolo, verso l'interno del rettangolo di gioco, è tracciato un arco di circonferenza di cm 25.

Situata sullo stesso lato dove sono poste le panchine delle squadre, al centro della linea laterale, si trova la **zona delle sostituzioni**, da dove i calciatori possono essere avvicinati. Essa è lunga m 3 per ogni squadra.

## **Le porte**

Sono larghe m 3 ed alte m 2 (misurate all'interno). Sia i pali che la traversa devono avere uno spessore di cm 8.

## **Il pallone**

Il pallone deve essere di cuoio o di altro materiale approvato, di una circonferenza non inferiore a cm 62 e non superiore a cm 64; di un peso non inferiore a gr 400 e non superiore a 440, all'inizio della gara (è evidente che in caso di pioggia il peso del pallone aumenterà); di una pressione pari a 0,4-0,6 atmosfere a livello del mare.

Leggermente più piccolo di quello di calcio, è di materiale più soffice e morbido, così da rimbalzare di meno.

## **Le squadre**

La gara è giocata da due squadre, formate da 5 calciatori ciascuna, uno dei quali nel ruolo di portiere.

È consentito un numero massimo di 7 giocatori di riserva.

Il numero delle sostituzioni è illimitato; un giocatore sostituito può rientrare in campo al posto di un altro.

## **Durata della gara**

La durata della partita è stabilita in due tempi di 20 minuti di gioco effettivo. La durata di ciascun tempo può essere prolungata per effettuare un calcio di rigore.

L'intervallo di metà gara non può superare i 15 minuti. Ogni squadra può richiedere un minuto di time-out per ogni tempo.

Il pallone non è considerato in gioco quando:

- a. ha oltrepassato una linea laterale o di porta;
- b. il gioco è stato interrotto dall'arbitro;
- c. tocca il soffitto.

## **Falli e punizioni**

Per ciò che concerne i falli e le relative punizioni, le regole sono simili a quelle del calcio.

Una menzione a parte merita il contrasto in scivolata.

Il contrasto in scivolata è regolare se effettuato di fronte; non è consentito, invece:

- da tergo;
- effettuato con un balzo (anche se laterale) che manda a terra l'avversario col pallone.

Tutte le infrazioni al regolamento vengono punite con calcio di punizione diretto o indiretto.

Nel caso del calcio di rigore, gli altri calciatori dovranno stare dietro e ad una distanza di almeno 5 metri.

Nei calci di punizione, gli avversari si dovranno tenere ad una distanza di 5 metri.

## **Falli cumulativi**

Sono quelli puniti con un calcio di punizione diretto.

I primi 5 falli accumulati da ciascuna squadra verranno registrati sul referto.

Dopo il 5° fallo commesso, gli avversari hanno diritto ad un calcio di punizione diretto dal punto di tiro libero (10m) o dal punto dove è stato commesso il fallo, se è più conveniente per la squadra in attacco.

La squadra in difesa non potrà più usufruire della barriera per difendersi dal calcio di punizione e il portiere dovrà rimanere nella propria area di rigore ad almeno 5m dal pallone; tutti gli altri giocatori dovranno restare nel rettangolo di gioco dietro la linea della palla ad almeno 5m di distanza fino a quando il pallone non sia giocato.

### **Rimessa dalla linea laterale**

La rimessa dalla linea laterale è un modo di riprendere il giuoco.

- Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dalla linea laterale.
- Il pallone deve essere fermo sulla linea laterale e deve essere rimesso in gioco in qualsiasi direzione.
- Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve avere una parte di ciascun piede o sulla linea laterale o sul campo per destinazione.
- I calciatori della squadra difendente si devono trovare ad almeno 5 m. dal pallone.

### **Procedura**

- Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve farlo entro 4 secondi dal momento in cui viene in possesso del pallone;
- il calciatore che effettua la rimessa dalla linea laterale non può giocare il pallone una seconda volta prima che sia toccato o giocato da un altro calciatore;
- il pallone è in giuoco immediatamente dopo che è stato calciato o toccato.

### **Rimessa dal fondo**

- il pallone deve essere lanciato con le mani dal portiere entro 4 secondi e può raggiungere la metà campo avversaria.
- il portiere non può giocare il pallone una seconda volta finché questo non sarà stato toccato da un avversario o finché non avrà superato la linea mediana del campo.
- se vi sono infrazioni a queste regole viene assegnato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.