

# Stagione Sportiva 2019/2020

# REGOLAMENTO DI GIOCO C7 OVER 45

## REGOLA 1

Le gare verranno disputate su campi di calcio a 7.

Le gare si disputano in giornate infrasettimanali e in orari serali, sui campi che la Commissione Tecnica comunicherà attraverso il Comunicato Ufficiale.

## REGOLA 2

Il pallone regolamentare per la disputa della gara sarà quello del n° 5 (pallone da calcio).

La squadra prima nominata dovrà fornire all'arbitro n 2 palloni, la squadra ospite n1.

## REGOLA 3

### 1. NUMERO DEI CALCIATORI

Le due squadre devono essere formate ciascuna da 7 calciatori, tra i quali un portiere.

La gara non può iniziare o proseguire se una squadra si trova ad avere meno di 5 calciatori partecipanti al gioco, compreso il portiere.

*Per ciascuna squadra sono ammessi in campo al massimo 7 calciatori titolari, 7 calciatori di riserva e 3 dirigenti. Tutti, sia calciatori sia dirigenti, devono essere regolarmente tesserati UISP per la stagione sportiva in corso. I GIOCATORI CHE POSSONO PARTECIPARE AL CAMPIONATO C 7 OVER 45 DEVONO ESSERE NATI DAL 1975 IN GIU'.*

**I GIOCATORI "FUORIQUOTA" CHE POSSONO PRENDERE PARTE ALLA GARA E INSERITI IN DISTINTA SONO 2, DI CUI TASSATIVAMENTE 1 GIOCATORE NEL RUOLO DEL PORTIERE E 1 GIOCATORE IN CAMPO, NEL CASO IL PORTIERE VENISSE SOSTITUITO E IL SUBENTRANTE NON FOSSE UN FUORIQUOTA, NON SI POSSONO INTRODURRE 2 FUORIQUOTA IN CAMPO COME GIOCATORI. I GIOCATORI FUORIQUOTA SONO I NATI DAL 1980 IN GIU'.**

**I GIOCATORI TESSERATI IN FIGC DEVONO AVER COMPIUTO 50 ANNI.**

Si fa obbligo al capitano di prendere parte alle operazioni preliminari alla gara.

### 2. SOSTITUZIONI

E' consentito un numero illimitato di sostituzioni durante la gara.

Un calciatore sostituito può rientrare in campo sostituendone un altro.

La sostituzione può avvenire solo con il pallone non in gioco.

La sostituzione avviene nel modo seguente: il calciatore sostituito esce dal rettangolo di gioco passando nei pressi della zona mediana. Una volta che egli ne sia completamente uscito può entrare in campo il calciatore sostituito, sempre passando nei pressi della zona mediana. Nel momento in cui il sostituito entra in campo egli diventa un calciatore titolare a tutti gli effetti e il calciatore sostituito cessa di esserlo.

Tutti i calciatori di riserva, che partecipino o meno al gioco, sono comunque soggetti all'autorità degli arbitri.

### **3. INFRAZIONI E SANZIONI.**

a) Il portiere può scambiare il proprio ruolo con qualsiasi altro calciatore, purché ne sia informato l'arbitro e lo scambio avvenga a gioco fermo. Il portiere deve comunque indossare una maglia di colore diverso dai compagni e dagli avversari. In caso di infrazione il gioco non viene fermato, ma appena il pallone cessa di essere in gioco gli arbitri provvederanno ad ammonire i calciatori inadempienti.

b) Una gara non potrà essere iniziata o proseguita nel caso in cui una squadra si trovi ad avere meno di 5 giocatori, portiere compreso.

### **4. ADEMPIMENTI PRELIMINARI ALLA GARA**

15 minuti prima dell'inizio della gara, il dirigente accompagnatore ufficiale (o, in mancanza di questo, il capitano) deve consegnare all'arbitro la distinta compilata in duplice copia, con le tessere UISP o i documenti di tutti coloro che accedono al terreno di gioco.

In caso di mancanza o smarrimento della tessera UISP sarà accettato, sia per i giocatori sia per i dirigenti, un documento di riconoscimento munito di foto. È ritenuta valida anche la fotocopia di un documento, purché la foto sia riconoscibile da parte del direttore di gara (unica persona che può decidere sull'ammissione in campo).

L'assicurazione parte dal giorno seguente la data del tesseramento.

### **5. IDENTIFICAZIONE DEI CALCIATORI**

L'arbitro è tenuto a verificare la corrispondenza dei dati dei documenti di riconoscimento con quanto scritto sulla distinta.

Inoltre egli deve identificare i calciatori o i dirigenti in uno dei modi seguenti:

- tramite la tessera UISP;
- tramite un documento di riconoscimento ufficiale rilasciato dalle Autorità;
- tramite una fotografia autenticata dal Comune di residenza, da altra autorità legittimata o da un notaio;
- tramite la propria personale conoscenza.

Tutti coloro che entrano sul terreno di gioco devono essere inseriti in distinta ed essere tesserati UISP.

### **6. CALCIATORI RITARDATARI O RIENTRANTI**

Se un calciatore giunge presso l'impianto sportivo dopo l'inizio della gara può entrare in campo in qualsiasi momento previo riconoscimento da parte del direttore di gara, ma solamente se inserito nella distinta presentata prima dell'inizio della gara.

Se un calciatore titolare esce dal terreno di gioco, per cause accidentali o con il consenso dell'arbitro, può rientrarvi in qualsiasi momento purché abbia ricevuto l'autorizzazione dell'arbitro.

## **REGOLA 4**

### **1 SICUREZZA**

Un calciatore non può indossare alcun oggetto che sia pericoloso per sé e per gli altri calciatori (esempio: orologi, bracciali, monili vari ecc...)

## **2 EQUIPAGGIAMENTO DI BASE**

L'equipaggiamento di base del calciatore è il seguente: maglia, calzoncini, calzettoni, parastinchi, scarpe.

Le scarpe, il cui utilizzo è obbligatorio, dovranno essere: da ginnastica, in tela, con suola morbida, o con tasselli in gomma (è vietato l'uso delle scarpe con tacchetti in metallo).

## **3 DISTINZIONE DEI CALCIATORI**

Al fine di distinguere i calciatori delle due squadre e all'interno di ogni singola squadra, le squadre dovranno indossare maglie di colori differenti e numerate, con un numero diverso per ogni componente della squadra.

Il capitano deve indossare una fascia di colore diverso dalla maglia.

## **4 PORTIERE**

Il portiere deve indossare una maglia che consenta di distinguerlo facilmente dagli arbitri e da tutti gli altri calciatori.

Al portiere è consentito indossare pantaloni lunghi da tuta.

## **5 IDENTITA' DI MAGLIE**

Se le due squadre si presentano con maglie dello stesso colore o comunque confondibili, a giudizio insindacabile dell'arbitro, la squadra prima nominata è tenuta a cambiare le proprie maglie o a indossare una casacca sostitutiva sopra la maglia.

**L'uso dei parastinchi è obbligatorio.**

Il giocatore che vorrà prendere parte alla gara portando gli occhiali, potrà farlo solamente se in possesso di occhiali idonei all'attività sportiva.

Sarà comunque il direttore di gara l'unico a decidere se la tenuta dell'atleta è regolare.

# **REGOLA 5**

Tutte le gare saranno dirette da un unico arbitro (finali comprese) decisi dalla commissione tecnica.

## **POTERI DELL'ARBITRO**

Il potere dell'arbitro di infliggere punizioni si applica sia alle infrazioni commesse durante il gioco sia a quelle commesse a gioco fermo.

Le decisioni dell'arbitro per fatti di gioco sono inappellabili per quanto riguarda il risultato della gara.

L'arbitro deve:

- a) imporre il rispetto delle regole del gioco;
- b) astenersi dall'infliggere punizioni quando, a suo insindacabile giudizio, ritiene che ne verrebbe avvantaggiata la squadra il cui calciatore ha commesso l'infrazione;
- c) annotare i fatti relativi al gioco avvenuti prima, durante e dopo la gara;
- d) controllare che la gara abbia la durata fissata;
- e) interrompere temporaneamente il gioco per qualsiasi infrazione alle regole del gioco;
- f) sospendere temporaneamente la gara o decretarne la fine tutte le volte che egli lo ritenga necessario per fattori atmosferici, per l'intrusione di spettatori o per qualsiasi altra causa (in ogni caso egli dovrà riferire minuziosamente quanto accaduto nel referto di gara);

- g) ammonire mostrando il cartellino giallo a qualsiasi calciatore che in tenuta di gioco si renda colpevole di comportamento antisportivo, impedendogli l'ulteriore partecipazione al gioco nel caso che egli sia recidivo (in tal caso egli dovrà riportare il nome del calciatore sul referto di gara);
- h) espellere mostrando il cartellino rosso a qualsiasi calciatore che in tenuta di gioco si renda colpevole, a suo insindacabile giudizio, di condotta gravemente sleale o violenta o che pronunci frasi ingiuriose, volgari o blasfeme (bestemmie);
- i) impedire l'ingresso sul terreno di gioco senza il suo consenso di persone diverse dai calciatori e dirigenti scritti sulle note;
- j) interrompere il gioco in caso di grave infortunio di un calciatore, facendolo trasportare non appena possibile fuori dal rettangolo di gioco, in modo da poter riprendere immediatamente il gioco;
- k) non interrompere il gioco in caso di lieve infortunio di un calciatore finché il pallone non avrà cessato di essere in gioco (in ogni caso un calciatore infortunato che è in grado di portarsi al di fuori della linea laterale per ricevere cure non può essere soccorso all'interno del campo);
- l) dare il segnale di ripresa del gioco dopo ogni interruzione temporanea;
- m) decidere se il pallone fornito per la gara è conforme o meno a quanto indicato nella Regola 2.

#### **FUORIGIOCO**

Non è previsto.

#### **NORMA DEL VANTAGGIO**

L'arbitro può attendere lo sviluppo dell'azione prima di fischiare un'interruzione del gioco a seguito di un fallo. Se il vantaggio non si concretizza in breve tempo (due o tre secondi), l'arbitro deve interrompere il gioco e punire il fallo iniziale.

Se mentre l'arbitro attende lo sviluppo dell'azione per un vantaggio si verifica un secondo fallo, egli dovrà punire il più grave dei due falli.

#### **RITORNO SU UNA DECISIONE DA PARTE DELL'ARBITRO**

L'arbitro può tornare sulla propria decisione solo se il gioco non è stato ancora ripreso.

## **REGOLA 6**

La durata della gara è stabilita in due tempi di 30 minuti ciascuno (tempo non effettivo) ed un time-out di 2 minuti al 15 minuto di ogni tempo di gioco con intervallo di 5 minuti max tra il primo e secondo tempo; in caso di disputa dei tempi supplementari questi avranno la durata di 5 minuti ciascuno. Il tempo di recupero nel calcio a sette non è di norma previsto; si lascia

all'insindacabile giudizio del direttore di gara la effettuazione dello stesso, la cui entità sarà determinata dalla somma delle diverse situazioni verificatesi durante ciascun periodo di gioco.

Il tempo di attesa per la presentazione delle squadre, per necessità organizzative, è fissato **TASSATIVAMENTE** in 5 minuti, entro i quali la squadra deve essere schierata in campo con un organico di almeno 5 giocatori e deve anche aver presentato al direttore di gara la distinta di gioco, regolarmente compilata.

In caso contrario sarà data partita persa per 0-5 in quanto considerata squadra rinunciataria, oltre ai provvedimenti disciplinari previsti dal presente regolamento.

# REGOLA 7

**Il giocatore che subisce un'espulsione** non può più prendere parte alla gara in corso, né sedere sulla panchina dei sostituti; non deve altresì sostare dietro la rete di recinzione con l'intento di condizionare con atteggiamenti contrari allo spirito del gioco, sia l'operato dell'arbitro sia i calciatori avversari. **La sua sostituzione** può essere effettuata su indicazione dell'arbitro esclusivamente **dopo cinque (5) minuti dall'espulsione**.

L'ingresso in campo del giocatore che sostituisce il compagno espulso dovrà avvenire nei pressi della linea mediana, con il consenso dell'arbitro più vicino, anche a gioco in svolgimento.

**I giocatori espulsi** dovranno automaticamente **saltare la partita successiva**, in attesa delle decisioni del giudice unico.

# REGOLA 8

## 1 CALCIO DI INIZIO

All'inizio della gara l'arbitro chiama i capitani delle squadre e procede a un sorteggio per la scelta della metà campo e il calcio di inizio. La squadra che vince il sorteggio deve scegliere la metà campo. La squadra avversaria batterà il calcio di inizio.

Il pallone deve essere posto fermo nel punto centrale del rettangolo di gioco. Tutti i calciatori devono trovarsi nella rispettive metà campo e tutti quelli della squadra che non batte il calcio di inizio devono trovarsi ad almeno 7 metri di distanza dal pallone.

Un calciatore della squadra che ha perso il sorteggio batte il calcio di inizio calciando il pallone in qualsiasi direzione; avanti, lateralmente o indietro.

Il pallone è in gioco appena viene calciato.

Il giocatore che batte non può giocare di nuovo il pallone prima che lo abbia toccato un suo compagno.

Una rete può essere segnata direttamente dal calcio di inizio.

## 2 RIPRESA DEL GIOCO DOPO LA SEGNATURA DI UNA RETE

Dopo la segnatura di una rete il gioco sarà ripreso nello stesso modo esposto al paragrafo precedente, a opera della squadra che ha subito la rete.

## 3 RIPRESA DEL GIOCO DOPO L'INTERVALLO DI META' GARA

Dopo l'intervallo di metà gara le squadre devono invertire le proprie metà campo e il gioco sarà ripreso come descritto nel paragrafo 1, a opera della squadra che non ha usufruito del calcio di inizio nel primo tempo.

## 4 RIPRESA DEL GIOCO DOPO OGNI INTERRUZIONE TEMPORANEA

Dopo ogni interruzione temporanea per qualsiasi causa non specificata nel regolamento, il gioco sarà ripreso nel modo seguente.

Se il pallone ha oltrepassato completamente una linea laterale o di porta prima dell'interruzione, il gioco sarà ripreso secondo le regole.

Se il pallone non ha oltrepassato completamente una linea laterale o di porta prima dell'interruzione, l'arbitro farà cadere il pallone nel punto in cui si trovava al momento dell'interruzione. Il pallone è in gioco non appena tocca il suolo. Se il pallone oltrepassa completamente una linea laterale o di porta prima che lo tocchi un calciatore, l'arbitro ripeterà la rimessa. L'arbitro ripeterà la rimessa anche nel caso in cui un calciatore tocchi il pallone prima che esso abbia toccato il suolo. Per quanto riguarda il retropassaggio, si applica la regola del gioco del calcio.

## **REGOLA 9**

### **1 PALLONE NON IN GIOCO**

Il pallone non è in gioco nei seguenti casi:

- a)** se ha completamente oltrepassato sia in terra sia in aria una linea laterale o di porta;
- b)** se il gioco è stato interrotto dall'arbitro;
- c)** se tocca il soffitto o una rete o una copertura del terreno di gioco ;la ripresa del gioco sara' concessa alla squadra avversaria.

### **2 PALLONE IN GIOCO**

Il pallone è in gioco nei seguenti casi:

- a)** se rimbalza nel rettangolo di gioco dopo aver colpito un palo o la barra trasversale della porta;
- b)** se tocca l'arbitro o uno degli arbitri che si trovano sul terreno di gioco;
- c)** in caso di presunta infrazione alle regole del gioco fino a quando gli arbitri non avranno preso una decisione in merito;
- d)** comunque in tutti gli altri casi a partire dal momento in cui è stato toccato e si è mosso all'interno del terreno di gioco, dall'inizio alla fine della gara.

### **3 RIMESSA DALLA LINEA LATERALE**

La rimessa dalla linea laterale è un modo di riprendere il gioco con le mani. Non può essere segnata una rete direttamente su rimessa dalla linea laterale

## **REGOLA 10**

### **1 SEGNATURA DI UNA RETE**

Viene segnata una rete quando il pallone ha completamente oltrepassato la linea di porta tra i pali e sotto la barra trasversale, a meno che non sia stato colpito intenzionalmente con la mano o il braccio da un calciatore della squadra attaccante, compreso il portiere durante il gioco e sulla rimessa dal fondo.

### **2 SQUADRA VINCENTE**

La squadra vincente in una gara è quella che ha segnato il maggior numero di reti.

La gara finisce in parità se le squadre hanno segnato lo stesso numero di reti, anche zero. In tal caso possono essere previsti eventuali tempi supplementari e calci di rigore, oppure altre procedure per determinare la squadra vincente della gara.

## REGOLA 11

Non è prevista l'applicazione del fuorigioco.

Per la vittoria della gara verranno assegnati 3 punti, 1 per il pareggio, 0 per la sconfitta.

## REGOLA 12

Tra i provvedimenti disciplinari si introduce **solo ed esclusivamente** per il calciatore espulso con cartellino rosso l'espulsione temporanea di 5'.

La squadra penalizzata rimane in inferiorità numerica a prescindere per l'intera durata del tempo previsto. Il calciatore espulso abbandonerà il terreno di gioco ed un compagno lo sostituirà al termine dei 5'.

La distanza regolamentare da tenere in occasione delle riprese di gioco è sempre di metri 7 (sette), tale distanza si deve osservare anche nelle riprese di gioco all'interno dell'area di rigore e in modo particolare nelle riprese di gioco all'inizio dei periodi regolamentari e supplementari e dopo ogni rete subita, in quanto il regolamento prevede che si possa segnare anche con un tiro diretto dal cerchio di centrocampo.

In occasione di un calcio di punizione indiretto, all'interno dell'area di rigore avversaria, il punto di battuta è esattamente dove è stata commessa l'infrazione, sia essa da addebitare al portiere o a un qualsiasi compagno titolare dello stesso, purché a 7 mt dalla linea di porta.

In occasione di un calcio di rinvio, il pallone può essere collocato in un qualsiasi punto dell'area e, parimenti a un calcio di punizione a favore della squadra difendente, gli avversari dovranno rimanere fuori dall'area e a distanza regolamentare (7 metri). Il pallone è comunque in gioco quando esce dall'area di rigore.

Nel regolamento del giuoco del calcio è specificato che il portiere, durante l'esecuzione di un calcio di punizione o calcio d'angolo, non possa essere disturbato da comportamenti antisportivi atti ad impedirgli visuale e posizionamento. Il DG, prima della ripresa del gioco, richiamerà il calciatore reo a un comportamento in linea con lo spirito del gioco.

In caso di condotta gravemente sleale (fallo in chiara occasione da rete) il giocatore verrà espulso solo se l'infrazione viene commessa dall'ultimo uomo, portiere compreso.

(Nel caso in cui il fallo venga commesso dall'ultimo difensore, ma alle sue spalle ci sia anche il suo portiere, il difensore dovrà quindi essere solo ammonito).

Il giocatore che, con la propria mano, impedisca all'altra squadra una rete certa, sarà ammonito e sarà concesso un calcio di rigore alla squadra avversaria.

## REGOLA 13

La società prima nominata dovrà provvedere al recupero dei palloni usciti dalla recinzione.

N.B. Per l'effettuazione dei calci di rigore in caso di spareggio, si applica la normativa del calcio: la squadra che avrà, al termine del secondo tempo supplementare, il numero maggiore di giocatori disponibili, ne dovrà eliminare un numero tale da pareggiare quello della squadra avversaria.

N.B. PER QUANTO NON CONTEMPLATO DAL PRESENTE REGOLAMENTO, SI APPLICANO LE REGOLE DEL GIOCO DEL CALCIO (CALCIO A 11), NONCHE' LE NORME E LE DISPOSIZIONI DELLA UISP E LE CARTE FEDERALI.