

# Regole di gioco nello sport scolastico

**Nello smolball tutto ruota attorno al numero quattro (4). Per lo sport scolastico, le regole sono state adattate in modo da rendere il gioco facilmente praticabile.**

Sintesi delle principali regole:

## Materiale

- Porta: rete da unihockey o rete originale da smolball, lunghezza 2 metri, altezza 1,25 metri (misure esterne).
- Racchette: racchette da minitennis o racchette originali da smolball (grandezza 45-55 cm).
- Palline: palline di polistirolo espanso con rivestimento, diametro 100-110mm, peso 45-55 g.

## Equipaggiamento di protezione

- In linea di massima non è necessario nessun equipaggiamento di protezione.
- Nello smolball il portiere deve indossare una maschera di protezione (maschera da unihockey) per proteggersi da eventuali colpi accidentali con la racchetta.
- Per i giocatori è raccomandato utilizzare un guanto per la mano con cui si impugna la racchetta.

## Campo da gioco

- Palestra normale.
- Tutta la palestra viene utilizzata come campo da gioco, le pareti fanno parte del campo da gioco.
- L'area della porta corrisponde alle demarcazioni dell'area di unihockey; lasciare almeno 3 metri di distanza dalla parete.

## Composizione della squadra

- 3 giocatori di campo + 1 portiere (**4 giocatori**).

## Durata della partita

- Durata ufficiale: 3 x 20' con 10' di pausa.

## Inizio della partita

- La partita inizia facendo rimbalzare la pallina al centro del campo. Le racchette all'inizio devono toccare il suolo.
- Dopo una rete, il portiere rimette in gioco la pallina da un angolo dell'area di porta.

## Controllo della pallina

- La pallina può essere toccata al massimo **4 volte** con il corpo o la racchetta (la ricezione della pallina al suolo non vale come un tocco).
- La pallina può essere portata con la racchetta al massimo per **4 passi**.
- Il contatto con la palla può durare al massimo **4 secondi**.
- La pallina non può essere bloccata col bastone per terra, sulle pareti o contro il corpo.

## Ricezione della palla al suolo

- Quando la pallina è al suolo, può essere raccolta e giocata solo con la racchetta, senza essere toccata con parti del corpo.

## Gioco col corpo

- La pallina può essere giocata attivamente solo con il torso o le anche.
- Quando la pallina viene colpita passivamente con il corpo, la giocata è considerata come primo tocco di palla e il gioco prosegue.
- La pallina non può essere bloccata con il corpo per terra o contro le pareti.

## Fallo e successiva punizione

- Colpo di bastone: colpire con la racchetta la racchetta dell'avversario.
- Colpo al corpo: colpire l'avversario al corpo con la racchetta.
- Attacco da dietro: attaccare da dietro il portatore di palla.
- Contatto fisico attivo.
- Gioco a terra: più di due contatti al suolo nella propria area di porta.
- La palla è lanciata contro il soffitto.

## Falli da rigore

- Gioco al suolo: più di due contatti al suolo nella propria area di porta.
- Impedire una possibilità di segnare una rete infrangendo una regola.

## Punizione

- La punizione viene tirata in maniera indiretta a partire dal punto in cui è stata commessa l'infrazione.
- Fanno eccezione le infrazioni commesse dietro alla porta o nell'area di porta. In questo caso la punizione viene tirata da un angolo anteriore dell'area di porta.
- Gli avversari devono sempre mantenersi a una distanza di **4 m**.

## Rigore

- Il rigore viene giocato in modo diretto.
- Distanza: **4 metri** dalla porta.
- I portieri devono avere i piedi sulla linea di porta.
- Gli altri giocatori di campo devono stare almeno **4 metri** dietro al punto in cui viene tirato il rigore.

## Fuorigioco e regola del vantaggio

- A scuola si gioca senza le regole del fuorigioco e del vantaggio!

**Da scaricare**

→ [Regole ufficiali dello smolball \(in tedesco\)](#)