

REGOLAMENTO PALLAVOLO COGESTIONE 24/25

La pallavolo è uno sport giocato da due squadre su un terreno di gioco diviso da una rete. Sono disponibili diverse versioni del gioco, adattabili in base alle specifiche circostanze, per garantire a tutti la versatilità del gioco.

Lo scopo del gioco è quello di inviare la palla sopra la rete affinché cada a terra nel campo opposto e di evitare che ciò avvenga sul proprio campo. La squadra ha a disposizione tre tocchi per rinviare la palla (in aggiunta al tocco di muro).

La palla è messa in gioco con un servizio: inviata con un colpo dal giocatore al servizio sopra la rete verso gli avversari. L'azione continua fino a che la palla tocca il campo, è inviata fuori o una squadra non la rinvia correttamente. Nella pallavolo, la squadra che vince un'azione di gioco conquista un punto. Quando la squadra in ricezione vince un'azione, conquista un punto ed il diritto a servire ed i suoi giocatori ruotano di una posizione in senso orario.

GLI ARBITRI

Ci saranno 2 arbitri per ogni campo (il primo arbitro e il secondo che guarda le linee di gioco a terra)

L'essenza di un buon arbitro si riassume nel concetto di imparzialità e uniformità:

- essere imparziale verso ogni partecipante;
- essere visto come imparziale dagli spettatori.

Ciò richiede una grande credibilità. L'arbitro deve acquisire la fiducia onde permettere agli atleti di divertirsi e ciò significa che deve:

- essere accurato nel suo giudizio;
- comprendere il perché della regola scritta;
- essere un organizzatore efficiente;
- permettere alla competizione di scorrere fluidamente e dirigerla verso la conclusione,
- essere un educatore, usando le regole per penalizzare la slealtà ed ammonire la scortesia;
- promuovere il gioco, cioè, permettere la spettacolarità del bel gioco ed ai migliori atleti di fare ciò che essi sanno fare meglio: intrattenere il pubblico.

Infine possiamo dire che un buon arbitro userà le regole per rendere la gara una esperienza soddisfacente per tutti gli interessati.

LE SQUADRE

Numero squadre: 16

Numero partecipanti per squadra: 7, regolarmente iscritti su un modulo

Le squadre devono essere miste (no tutte femmine, no tutti maschi), almeno 2 ragazze sempre in campo e su linee opposte.

LA PARTITA

Per ogni partita 1 set da 15 punti

La finale 3 set da 25 punti

REGOLE

-massimo 3 tocchi consentiti (il muro non rientra nei 3 tocchi)

- non si può murare la battuta
- non si può superare con una qualsiasi parte del corpo la linea di rete o toccare la rete perché se no si commette un'invasione, o il punto va all'altra squadra.
- va rispettato il giro in senso orario
- vanno rispettate le posizioni in campo, non possono essere commesse variazioni (se no si commette fallo di posizione)
- la palla non può essere accompagnata
- la palla non può essere trattenuta
- le doppie non sono ammesse
- si ha un massimo di 8 secondi per effettuare la battuta
- in caso di pareggio ai 14 si fa al meglio dei 2 fino ai 16, dopo di che al 17 punto sarà secco
- ogni volta che si va in battuta entra la persona che era in panchina
- all'inizio i capitani sorteggiano con la moneta per decidere palla o campo
- quello che decide l'arbitro non può essere contestato
- è da rispettare il cambio campo alla fine di ogni set
- chi non manterrà un comportamento corretto nei confronti dei compagni, dell'arbitro e degli avversari sarà sospeso con l'espulsione dalla partita