

VADEMECUM DELLA PALLAVOLO

A. Il campo

Il campo della pallavolo misura 18x9 metri ed é diviso in due metà uguali dalla linea di metà campo sopra la quale corre le rete. La linea di metà campo appartiene ad entrambe le metà campo. Le linee di bordo campo sono tracciate all'interno dello stesso (questo significa che una palla per essere dichiarata "fuori" deve colpire il terreno completamente all'esterno della riga). Ogni metà campo é divisa in due zone da una linea (detta "linea di attacco") posta a tre metri dalla linea centrale: la zona verso la rete (linea di attacco inclusa) é detta "zona di attacco" mentre la parte posteriore (6 metri) fino alla linea di fondo inclusa é detta "zona di difesa". La parte retrostante la linea di fondo (esclusa) larga 9 metri é detta "zona di servizio".

B. La rete

La rete della pallavolo é larga da 10 a 12 metri ma la porzione di rete entro cui può transitare la palla é larga 9 metri ossia é quella compresa tra le due aste (dette "antenne") laterali che sporgono al di sopra della rete per 80 cm.

La rete é alta 1 metro e posta ad un'altezza dal suolo di 2.43 metri per le squadre maschili e di 2.24 metri per le squadre femminili (diverse altezze si usano per le categorie giovanili o per campionati non ufficiali FIPAV)

C. Posizioni in campo

Ogni squadra (composta da 6 giocatori in campo, piú eventuali riserve/cambi fino ad un massimo di 11 componenti) deve posizionarsi in campo prima del servizio con i giocatori cosí disposti: 3 in zona di difesa (posizioni P1, P6 e P5) e tre in zona di attacco (posizioni P2, P3 e P4) secondo lo schema sotto riportato

RETE

P4	P3	P2
P5	P6	P1

NB: la linea di attacco non ha rilevanza in merito alla posizione dei giocatori prima del servizio

Il giocatore in P1 é quello che esegue il servizio

Ogni volta che la squadra guadagna il servizio tutti i giocatori ruotano di una posizione in senso orario (P1 passa in P6, P6 passa in P5 e cosí via) ed un nuovo giocatore va al servizio. In caso andasse a servizio il giocatore sbagliato (ad esempio chi di trovava in P3 o in P6) viene sanzionato un fallo di rotazione con punto (ed eventuale servizio) agli avversari.

Dopo il fischio di autorizzazione del servizio, ma prima che la palla sia colpita dal giocatore al servizio, ogni giocatore di entrambe le squadre non può trovarsi piú avanti/indietro del giocatore che di trova davanti/dietro a

lui, né piú a destra/sinistra del giocatore che si trova alla sua destra/sinistra. Esempio: P1 non puó stare davanti a P2, P3 non puó trovarsi piú a sinistra di P4 e cosí via. In questi casi viene sanzionato un fallo di posizione con punto (ed eventuale servizio) agli avversari. Quando la palla é in gioco ogni giocatore puó stare in qualsiasi posizione entro e fuori la propria metà campo

D. Gioco

Il gioco ha inizio con il fischio di autorizzazione al servizio dell'arbitro (il servizio eseguito prima del fischio di autorizzazione dovrá essere ripetuto). Il giocatore al servizio deve posizionarsi nella zona di servizio (vedi sopra) e colpire la palla con una parte del braccio (dalla mano fino alla spalla esclusa) entro gli 8 secondi dopo il fischio di autorizzazione restando con entrambi i piedi oltre la linea di fondo (dopo aver colpito la palla puó rientrare in campo). La palla di servizio puó essere lanciata o lasciata per essere colpita una sola volta e non puó essere ripresa una volta lanciata o lasciata. Nel momento in cui la palla viene colpita tutti i giocatori dovranno trovarsi dentro la propria metà campo con entrambi i piedi (in caso contrario viene sanzionato un fallo di posizione).

La palla dovrá transitare al di sopra della rete (eventualmente colpendola ma riuscendo a superarla) nello spazio compreso tra le due antenne fino al soffitto (spazio utile).

La squadra in ricezione ha a disposizione tre tocchi (escluso l'eventuale colpo di muro) per rimandare la palla nel campo avverso. Sul primo tocco non possono essere sanzionati falli di doppio tocco ma solo falli di trattenuta. Ciascun giocatore non puó comunque colpire la palla due volte consecutive (primo tocco incluso). La palla deve tornare nel campo avverso ripassando sopra la rete entro del due antenne: la palla che dovesse transitare al di fuori delle antenne verrá dichiarata "fuori".

La palla puó essere colpita con qualunque parte del corpo ma non puó essere trattenuta e rilanciata ed il contatto con le mani o altra parte del corpo deve essere di breve durata (non si puó accompagnare la palla).

Una squadra acquisisce un punto se:

- 1) La palla colpisce il terreno nel campo avverso
- 2) La squadra avversaria invia la palla fuori dalla propria metà campo dopo averla toccata oppure nel campo opposto senza che nessuno degli avversari la tocchi
- 3) La squadra avversaria invia la palla in rete, la fa passare fuori dallo spazio utile (fuori dalle antenne, sotto la rete, ecc.) o la manda a colpire le antenne, i pali, i cavi che trattengono la rete, il soffitto.
- 4) Un giocatore della squadra avversaria commette un fallo (doppia, trattenuta, invasione, fallo di attacco, ecc): vedi di seguito

E. Invasioni

Viene sanzionato il fallo di invasione se:

- 1) Un giocatore, anche senza giocare la palla, tocca il bordo superiore della rete (nastro bianco)
- 2) Un giocatore, anche senza giocare la palla, tocca una delle due antenne laterali

- 3) Un giocatore supera completamente con uno o entrambi i piedi o con la loro proiezione sul terreno, la linea di centro campo
- 4) Un giocatore supera con altra parte del corpo che non siano i piedi la linea di centro campo e nel fare questo ostacola il gioco di uno o piú avversari
- 5) Un giocatore colpisce la palla quando questa si trova ancora completamente nel campo avversario: unica eccezione il "muro" che puó essere invadente se eseguito però dopo il colpo di attacco avversario e non prima o durante
- 6) Un giocatore colpisce la rete al di sotto del bordo superiore e nel fare questo ostacola il gioco di uno o piú avversari. Ne consegue che ogni contatto con la rete non é necessariamente fallo.

F. Falli di attacco

É considerato attacco ogni tocco della palla che abbia forza e direzione per mandarla nel campo avversario. L'attacco é considerato completato quando la palla supera completamente il piano verticale della rete oppure é colpita dal muro avversario.

Ogni giocatore difensore (P1, P6 e P5) non puó completare un attacco dalla zona di attacco (anche se si trova solo con una parte di piede in questa zona nel momento di colpire la palla) se la palla stessa si trova completamente al di sopra del bordo superiore della rete (il fatto che per farlo stacchi o meno i piedi da terra, ossia salti, é ininfluyente).

Non é consentito completare un attacco sul servizio avversario se la palla si trova ancora nella zona di attacco e completamente al di sopra del bordo superiore della rete

G. Muro

Il muro é l'azione di colpire la palla proveniente da un attacco avversario. Si differenzia dall'attacco perché quest'ultimo dá una direzione alla palla mentre il muro si limita a respingerla senza darle volutamente una direzione. Il muro puó colpire la palla anche nel campo avversario dopo che questa é stata colpita dal giocatore che attacca. Il muro puó essere eseguito da piú giocatori contemporaneamente ed é considerato effettivo quando uno di loro colpisce la palla (altrimenti si parla di tentativo di muro). I giocatori difensori (P1, P6 e P5) non possono eseguire un muro effettivo. É vietato murare il servizio avversario. Come detto sopra, il tocco di muro non é computato nel conto dei tre tocchi di squadra.

H. Varie

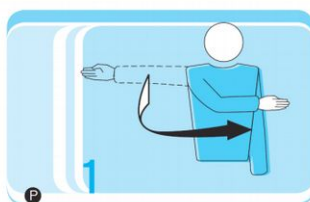
Ogni set si conclude quando una squadra raggiunge i 25 punti con uno scarto minimo di 2 punti sugli avversari. In caso di paritá 24 a 24 si procede fino ai 26 o oltre fino ad avere comunque uno scarto di 2 punti. Per aggiudicarsi una partita una squadra deve vincere 3 set. L'eventuale quinto set é disputato al meglio dei 15 punti sempre con uno scarto minimo di 2 punti tra chi vince e chi perde. Ad ogni set le due squadre cambiano campo. La prima squadra che serve viene sorteggiata prima del match, dopodiché per i set successivi il servizio si alterna tra le due squadre. Per l'eventuale quinto set viene effettuato un nuovo sorteggio. In

ogni set ciascuna squadra ha diritto a 2 tempi di riposo di 30 secondi ciascuno e ad un massimo di 6 sostituzioni (ogni giocatore può però essere sostituito una sola volta: se rientra in campo, né lui né chi l'aveva sostituito possono più essere scambiati per quel set, né tra di loro né con altri giocatori).

I. **Gesti ufficiali dell'arbitro** (dal regolamento FIVB)

11.1 **AUTORIZZAZIONE AL SERVIZIO**

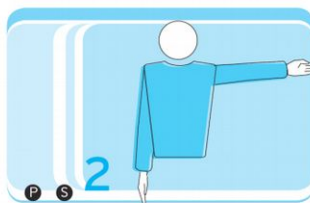
Spostare la mano per indicare la direzione del servizio.



R. 12.3

11.2 **SQUADRA AL SERVIZIO**

Stendere il braccio verso il lato della squadra al servizio.

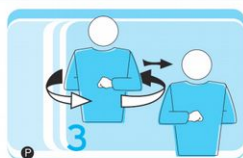


R. 22.2.3.1, 22.2.3.2, 22.2.3.4

SEGNALETICA UFFICIALE DEGLI ARBITRI

11.3 **CAMBIO DEI CAMPI**

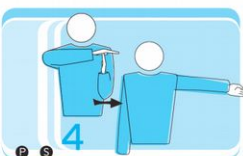
Portare gli avambracci in avanti e ruotarli attorno al corpo.



R. 18.2

11.4 **TEMPO DI RIPOSO**

Poggiare il palmo di una mano sulle dita dell'altra tenuta verticalmente (a forma di "T"), quindi indicare la squadra richiedente.



R. 15.4.1

11.5 **SOSTITUZIONE**

Ruotare un avambraccio attorno all'altro.



R. 15.5

11.6a AVVERTIMENTO

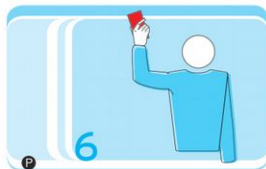
Mostrare il cartellino giallo per l'avvertimento.



R. 21.1, 21.6

11.6b PENALIZZAZIONE

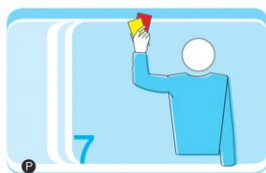
Mostrare il cartellino rosso per la penalizzazione.



R. 21.3.1, 21.6, 23.3.2.2

11.7 ESPULSIONE

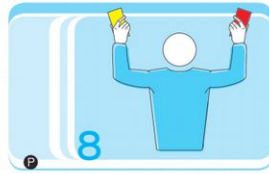
Mostrare entrambi i cartellini nella stessa mano per l'espulsione.



R. 21.3.2, 21.6, 23.3.2.2

11.8 SQUALIFICA

Mostrare entrambi i cartellini nelle due mani per la squalifica.



R. 21.3.3, 21.6, 23.3.2.2

11.9 FINE DEL SET (O DELLA GARA)

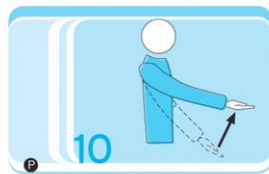
Incrociare gli avambracci sul petto, mani aperte.



R. 6.2, 6.3

11.10 PALLA NON LANCIATA O LASCIATA AL SERVIZIO

Alzare il braccio teso, il palmo della mano verso l'alto.



R. 12.4.1

11.11 RITARDO AL SERVIZIO

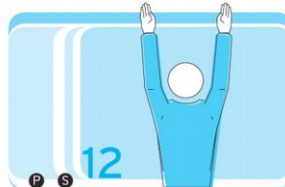
Mostrare otto dita divaricate.



R. 12.4.4

11.12 FALLO DI MURO O VELO

Alzare verticalmente le braccia, palmi delle mani in avanti.



R. 14.6, 12.6.2.3, 19.3.1.3

11.13 FALLO DI POSIZIONE O ROTAZIONE

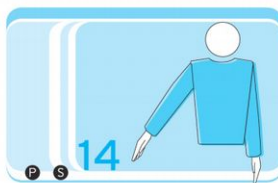
Fare un movimento circolare con l'indice di una mano.



R. 7.5.1, 7.7.1

11.14 PALLA DENTRO

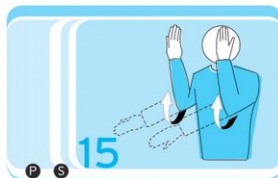
Stendere il braccio e le dita verso il suolo.



R. 8.3

11.15 PALLA FUORI

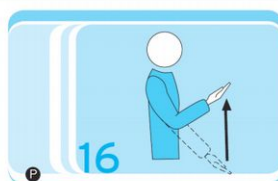
Alzare gli avambracci verticalmente, mani aperte e palmi verso di sé.



R. 8.4, 12.6.2.2, 13.3.2, 14.6.4

11.16 TRATTENUTA

Alzare lentamente l'avambraccio, il palmo della mano verso l'alto.



R. 9.3.3

11.17 DOPPIO TOCCO

Alzare due dita divaricate.



R. 9.3.4

11.18 QUATTRO TOCCHI

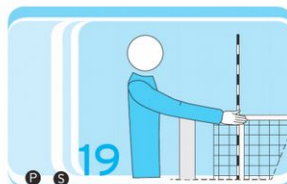
Alzare quattro dita divaricate.



R. 9.3.1

11.19 GIOCATORE TOCCA LA RETE - PALLA DI SERVIZIO TOCCA E NON SUPERA LA RETE NELLO SPAZIO DI PASSAGGIO

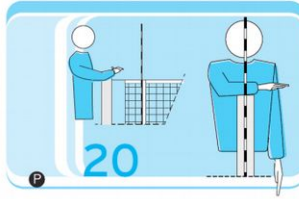
Indicare il lato interessato della rete con la mano corrispondente.



R. 11.4.4, 12.6.2.1

11.20 INVASIONE AL DI SOPRA DELLA RETE

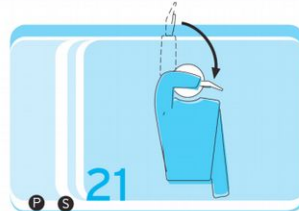
Mettere una mano al di sopra la rete, palmo verso il basso.



R. 11.4.1, 13.3.1, 14.6.1

11.21 FALLO D'ATTACCO

Effettuare un movimento dall'alto verso il basso con l'avambraccio, la mano aperta.



R. 13.3.3, 13.3.4, 13.3.5, 13.3.6

11.22 INVASIONE NEL CAMPO AVVERSO - PALLA CHE ATTRAVERSA LO SPAZIO SOTTO LA RETE - GIOCATORE AL SERVIZIO CHE TOCCA LA LINEA DI FONDO - GIOCATORE FUORI DAL CAMPO AL MOMENTO DEL COLPO DI SERVIZIO

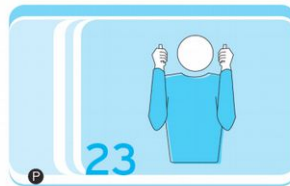
Indicare con il dito la linea centrale o la linea interessata.



R. 7.4, 8.4.5, 11.4.2, 11.4.3, 12.4.3

11.23 DOPPIO FALLO ED AZIONE DA RIGIOCARE

Alzare verticalmente i pollici delle mani.



R. 6.1.2.2, 17.1.1, 17.2

11.24 PALLA TOCCATA

Sfregare con il palmo di una mano le dita dell'altra posizionata verticalmente.



11.25 AVVERTIMENTO O PENALIZZAZIONE PER RITARDO DI GIOCO

Coprire il polso con il cartellino giallo (avvertimento) o con il cartellino rosso (penalizzazione).



R. 15.11.3, 16.2.2, 16.2.3, 23.3.2.2

In caso di dubbi, chiedete all'arbitro! ;O)
Buon divertimento!!