



Scuola Federale di
Cronometraggio

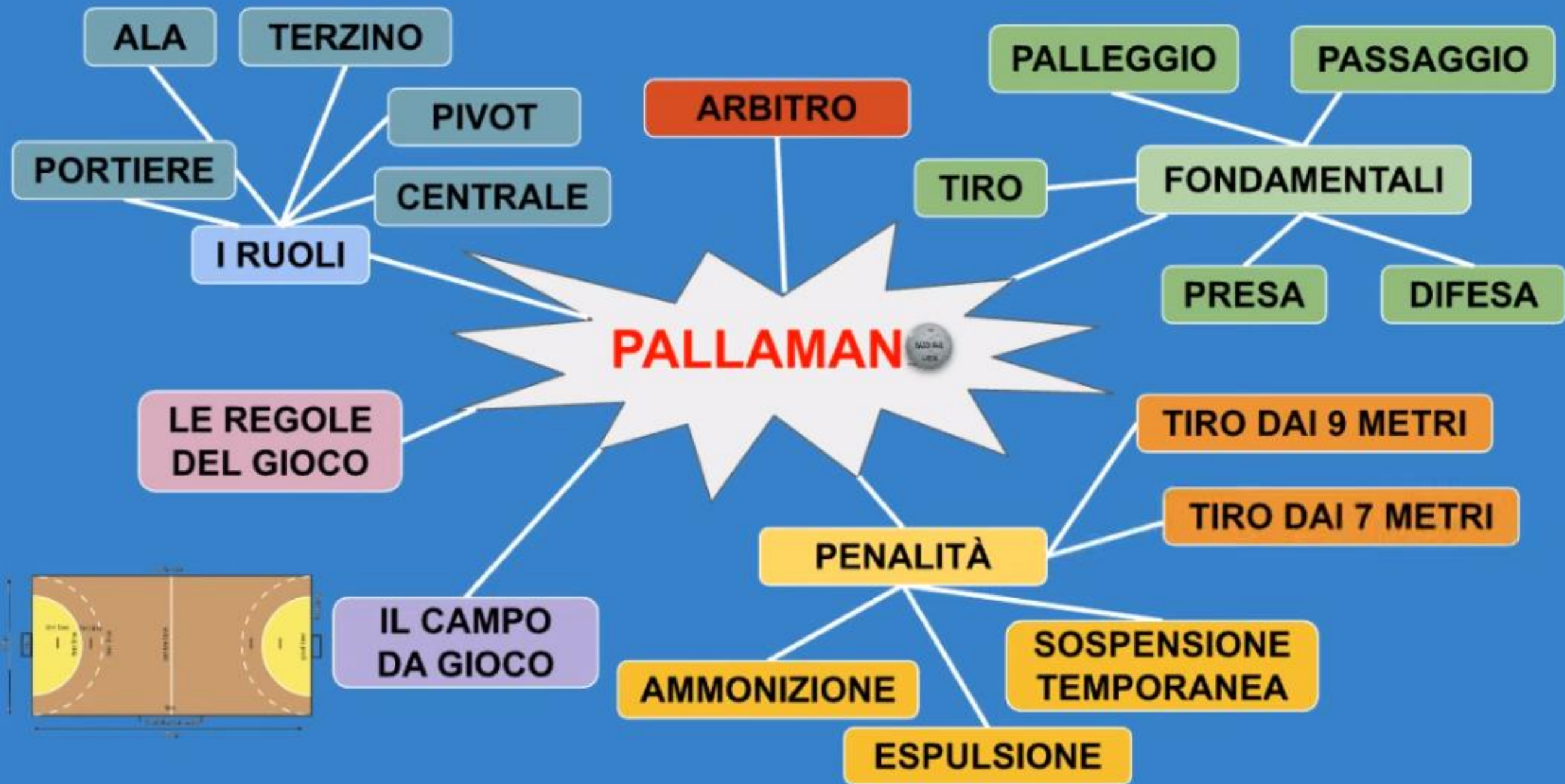


Federazione
Italiana
Cronometristi

CORSO ALLIEVI CRONOMETRISTI

a cura di Sante Camol

Ver. 7 - 22.11.2023





- ▶ **INTRODUZIONE**
- ▶ **LO SCOPO DEL GIOCO**
- ▶ **IL CAMPO DA GIOCO**
- ▶ **LE REGOLE DEL GIOCO**
- ▶ **GLI ARBITRI**
- ▶ **FALLI E PENALITÀ**
- ▶ **I RUOLI**
- ▶ **GENERALITÀ**
- ▶ **CRONOMETRAGGIO**



INTRODUZIONE

La pallamano è un gioco nato in Germania all'inizio del '900 e che poi si è rapidamente diffuso in tutto il mondo.

Riprende le caratteristiche del calcio e della pallacanestro.

Viene definito il più veloce sport di squadra con palla, grazie anche a un regolamento che privilegia la velocità di gioco rispetto alla tattica.

Si affrontano due squadre formate ciascuna da 7 giocatori.

Si gioca con una palla sferica che pesa più o meno come un pallone da calcio, anche se più piccolo.

L'obiettivo è realizzare il maggiore numero di goal, lanciando il pallone all'interno della porta avversaria utilizzando le mani.



IL CAMPO DA GIOCO

Le partite si svolgono su un campo rettangolare (40 x 20 m), con fondo di legno, materiale sintetico, asfalto o cemento.

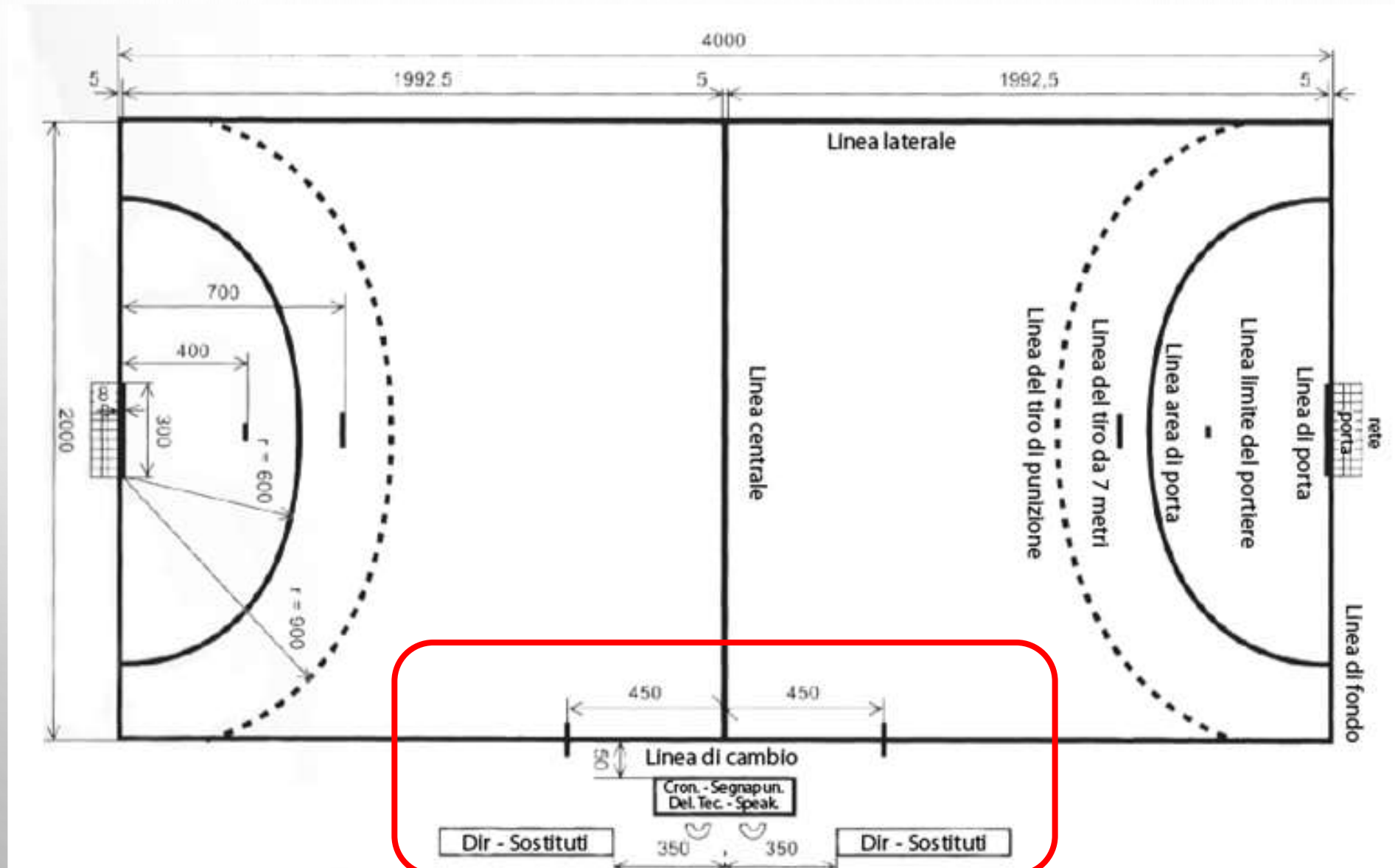
Al centro dei lati minori sono poste le porte, che misurano 2 metri in altezza e 3 metri in larghezza.

In ciascuna metà del campo si ha un'area di porta, mentre una linea discontinua a 3 metri dall'arco dall'area di porta, segna la linea del tiro di punizione .

IL CAMPO DI PALLAMANO



con la LINEA di CAMBIO, panca CRONOMETRISTI e GIOCATORI



LE REGOLE DEL GIOCO

Di norma gli incontri si articolano in due tempi da 30 minuti ciascuno con un intervallo di 10 minuti. Il cronometro viene fermato ogni volta che il gioco si interrompe.

Se un incontro è terminato in parità alla fine del tempo di gioco, si disputano, dopo una pausa di 5 minuti, due tempi supplementari della durata di 5 minuti ciascuno, con 1 minuto di intervallo tra il primo ed il secondo.

Se al termine della prima serie di tempi supplementari il risultato è ancora in parità, si disputano, dopo una pausa di 5 minuti, ulteriori due tempi supplementari della durata di 5 minuti ciascuno, con 1 minuto di intervallo tra il primo ed il secondo.

LE REGOLE FONDAMENTALI DELLA PALLAMANO

Il portiere è l'unico giocatore cui è consentito stare nell'area di porta e toccare la palla con qualsiasi parte del corpo.

Gli altri giocatori possono tenere la palla con le mani, compiendo non più di 3 passi o stando non più di 3 secondi.

È vietato giocare la palla più volte di seguito senza che essa abbia toccato nel frattempo il suolo, un altro giocatore o i pali della porta.

SOSTITUZIONI

Le riserve possono entrare sul terreno di gioco in qualsiasi momento e ripetutamente, senza dover avvisare il segretario/cronometrista, non appena abbiano lasciato il campo i giocatori che devono sostituire.

I giocatori interessati alla sostituzione devono sempre uscire o entrare in campo dall'area di cambio della propria squadra. La stessa regola si applica anche alla sostituzione del portiere.

Queste regole si applicano anche durante un time-out (fatta eccezione per il time-out di squadra).

Il cambio irregolare deve essere sanzionato con una esclusione per 2 minuti a carico del giocatore che lo ha causato.



**SI PUÒ SOTTRARRE PALLA ALL'AVVERSARIO SOLO
CON LA MANO APERTA.**

GLI ARBITRI

L'arbitro è colui che controlla lo svolgimento di una gara.

Le partite di pallamano sono dirette da 2 arbitri, un arbitro di area e un arbitro di campo.

Gli arbitri sono assistiti da un segretario di gara e da un cronometrista.

FALLI E PENALITÀ

I giocatori che hanno commesso un fallo possono essere puniti con:

l'ammonizione: è un avvertimento dato al giocatore che ha commesso una scorrettezza

la sospensione temporanea: l'arbitro indica il giocatore e fa un segno "2" con l'altra mano, ciò significa che il giocatore viene espulso dal campo per un periodo di 2 minuti.

SOSPENSIONE TEMPORANEA





l'espulsione:

il giocatore che ha ricevuto tre sospensioni temporanee viene definitivamente escluso dal resto della gara.

FALLI E PENALITÀ

Le penalità comminate per i falli sono:

fallo dei 9 metri: viene battuto con l'attacco al di fuori della linea dei 9 metri e la difesa a 3 metri dal pallone.

Tiro dai 7 metri (rigore): viene eseguito con un piede sulla linea dei 7 metri, senza toccarla, e con il solo portiere a difesa della porta (dalla quale non può allontanarsi più di 4 metri).



TIRO DI RIGORE

I RUOLI

*I ruoli dei sette giocatori in campo sono: **portiere, centrale, pivot, due terzini** destro e sinistro, **due ali** destra e sinistra.*

La disposizione degli attaccanti è un trapezio che ha per vertici le ali e i terzini, mentre il pivot va a posizionarsi all'interno della difesa avversaria, generalmente dando le spalle al portiere.

QUESTA IMMAGINE RAPPRESENTA LA LORO DISPOSIZIONE



Da notare la
posizione del
PIVOT

POSIZIONE ATTACCO e DIFESA



I RUOLI

Per realizzare lo scopo del gioco nel rispetto delle regole, i giocatori compiono gesti tecnici che si chiamano
"FONDAMENTALI"

Questi cinque sono la base per praticare lo sport della
pallamano:

palleggio, passaggio, ricezione, tiro, e difesa.



II PALLEGGIO CONSENTE DI
SPOSTARSI MANTENENDO IL
CONTROLLO DELLA PALLA E
DI EVITARE IL MARCAMENTO
DI UN AVVERSARIO.

il **passaggio** si realizza indirizzandolo verso un compagno.

Con esso è possibile scavalcare un'intera difesa mettendo un compagno in condizione di segnare.

Può essere eseguito con una mano o due mani, **frontale o laterale**, da fermi, in **movimento o in elevazione**.





***LA RICEZIONE / PRESA
VIENE SEMPRE ESEGUITA
A DUE MANI.***



Il tiro, è l'elemento determinante per il successo della squadra.

La tecnica è simile a quella del passaggio, ma va eseguita con maggiore forza e velocità.

C'è il tiro in appoggio, eseguito mantenendo il contatto dei piedi a terra, e il tiro in **sospensione**, effettuato durante la fase di volo, lanciando la palla prima di atterrare in area con il corpo.

LE POSIZIONI DEI GIOCATORI SUL TERRENO DI GIOCO DIPENDONO DALLE TATTICHE DIFENSIVE SCELTE.



► Le difese più classiche sono il 5-1 (5 difensori stanno nei pressi della linea dei 6 metri, uno va a contrastare il centrale avversario), oppure la 6-0 (tutti e sei i difensori si dispongono sull'ultima linea di difesa)

GENERALITÀ

La pallamano è uno sport di squadra che si gioca tra due squadre in un campo di gioco rettangolare di 40 metri di lunghezza e 20 metri di larghezza e comprende la superficie di gioco nonché le due aree di porta, tra due squadre formate da sette giocatori ciascuna (indicate nel referto con “A” e “B”) costituite da un portiere e sei giocatori.

Gli incontri si svolgono, in genere, su due tempi della durata di 30' ciascuno. Il tempo di gioco non è “effettivo” come avviene nel basket, ma viene interrotto, su decisione degli arbitri, in specifiche situazioni di gioco.

CRONOMETRAGGIO

Il servizio di cronometraggio è svolto da due cronometristi dei quali uno gestisce il tempo di gioco con l'ausilio di un tabellone (generalmente già presente nell'impianto) e l'altro ha funzione di segretario per la compilazione del referto di gara.

Il tavolo dei cronometristi è posto tra le due panchine, in posizione più avanzata, e vicino alla linea laterale, distante da quest'ultima almeno 50 centimetri. I cronometristi dovranno essere dotati, ciascuno, di un proprio cronometro per garantire una corretta gestione delle fasi di gioco di un fischietto per le segnalazioni agli arbitri.

L'incontro ha inizio con il fischio dell'arbitro e si conclude, sia alla fine del primo tempo che alla fine dell'incontro, con il suono automatico della sirena del tabellone o, in assenza di esso, con il fischio da parte del cronometrista al tavolo.

In caso di parità tra le squadre al termine dei tempi regolamentari, si procederà allo svolgimento di due tempi supplementari della durata di 5 minuti ciascuno. Se al termine dei tempi supplementari dovesse permanere la situazione di parità si procederà con altri due tempi di 5 minuti ciascuno o secondo quanto previsto dal regolamento specifico del torneo.

Il tempo di gara sarà visualizzato sul tabellone in funzione count-down (da “0:00” a “30:00”), mentre nel referto di gara, nel quale vanno annotati tutti gli eventi (rete, ammonizione, esclusione di 2’, espulsione, rigore), si trascriverà il tempo dell’evento in modo cronologico, con sistema count-up.

*Durante lo svolgimento dell’incontro, qualora uno degli arbitri dovesse segnalare l’interruzione del tempo di gioco con il gesto delle due mani “a T” (**time-out**) accompagnato da tre fischi consecutivi, il cronometrista dovrà fermare immediatamente il cronometro e riavviarlo solo quando l’arbitro darà nuovamente l’avvio del gioco.*

L'interruzione del gioco avviene, in genere, in caso di difficoltà di recupero della palla uscita dal campo, a seguito di un infortunio di un giocatore o in caso di esclusione per due minuti di un giocatore a seguito di un fallo grave. In ogni caso spetta all'arbitro decretare la sospensione del tempo.

*L'unico caso in cui è il cronometrista, al tavolo, a segnalare l'interruzione del tempo è per la richiesta di un **time-out** da parte di una delle due panchine. In questo caso il dirigente consegna un cartoncino di colore verde al tavolo e il cronometrista dovrà subito, ma solo in caso di possesso della palla da parte della squadra che ha richiesto il **time out**, fermare il tempo, fischiare e indicare agli arbitri il segnale di **time-out** (mani "a T") indicando successivamente la panchina che ha richiesto il **time-out**. I **time-out** devono essere registrati, con indicazione del minuto e secondo di svolgimento, nelle apposite caselle del referto, per ogni squadra.*

Il cronometrista si occuperà anche di gestire le penalizzazioni di due minuti comminati ai giocatori. Quando l'arbitro decreta l'esclusione di un giocatore per due minuti a causa di un fallo, il cronometrista annoterà (in minuti e secondi) il momento in cui il giocatore esce dal campo, o in caso di interruzione del gioco il momento in cui l'arbitro fa riprendere il gioco, e consegnerà al giocatore escluso un foglio con l'indicazione del tempo di rientro in campo desumibile dal tabellone.

Il cronometrista con funzione di segretario avrà cura di annotare negli appositi spazi del referto di gara tutti gli eventi che si susseguono, indicando il minuto e il secondo in cui si è svolto l'evento, il numero del giocatore della squadra corrispondente, e il tipo di evento (cambio del risultato, ammonizione, esclusione, squalifica).

Nel caso in cui venga assegnato un rigore (tiro da 7 metri) ad una delle due squadre, il segretario annoterà sul referto il momento in cui questo viene assegnato, il numero del giocatore incaricato del tiro e una lettera “R” nello spazio dell’evento, attendendo l’esito del tiro. Qualora il rigore fosse realizzato, cerchierà la “R” e aggiornerà il risultato. Nel caso il rigore fosse fallito trascriverà il risultato invariato.

Tutti gli eventi che riguardano i giocatori o i dirigenti di ciascuna squadra devono essere annotati oltre che nel cronologico del referto con minuto e secondo, anche con l’apposizione di crocette nelle apposite caselle accanto all’elenco dei nominativi dei componenti di ciascuna squadra.

È bene effettuare dei riscontri periodici, in occasione delle interruzioni di gioco, tra i dati trascritti nel referto e quanto annotato dagli arbitri nei loro taccuini.

Alla fine del primo tempo, sbarrare il referto di gara in modo evidente e riprendere di seguito la cronologia degli eventi del secondo tempo.

I risultati del primo tempo e finale andranno trascritti nelle apposite caselle del referto.

In calce, il referto andrà firmato dai due cronometristi indicando anche il proprio numero di tessera.

Per una più approfondita informazione sulla compilazione del referto di gara si rimanda al documento presente nell'Area riservata del nostro sito – link: <http://www.crono.bolzano.it/?q=node/1101>

DOMANDE??

