FOOBA SKILL

THE GAME®

Regole PROFESSIONALI

Questo documento presenta le nuove regole **2024**

PLAY DIFFERENT

foobaskill piero

foobaskill.it

PRO

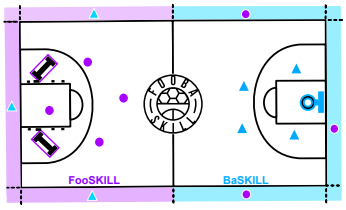
FooBaSKILL®

« Regole professionali »

THE GAME®

Il FooBaSKILL è una nuova disciplina sportiva che è stata sviluppata da tre insegnanti svizzeri di educazione fisica. Questo sport unisce le caratteristiche e qualità del calcio e della pallacanestro.

MATCH FOOBASKILL (1 MINUTE)



REGOLE DI BASE

La specificità del FooBaSKILL risiede nell'alternanza del lavoro della parte inferiore del corpo (calcio) e quella superiore (pallacanestro). I giocatori cambiano di disciplina oltrepassando la linea mediana del campo da gioco.

Le regole di base sono quasi identiche a quelle del calcio e della pallacanestro (i passi e il doppio palleggio sono applicati).

CAMPO DI GIOCO (v. Ilustrazione in alto a destra)
La metà del campo è attrezzata con due porte FooBaSKILL posizionate sul suolo (lato FooSKILL). Un'area rettangolare (160-100 mm) delimita ogni SKILLGoal, e nessun giocatore può accedere in questa zona chiamata « zona proibita ». I giocatori possono segnare da entrambi i lati della porta. Nell'altra metà del campo c'è il canestro (lato BaSKILL). La linea centrale deve essere visibile con una linea o pastiglie poste a terra.

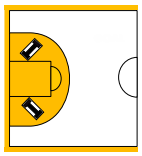
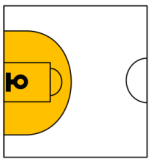
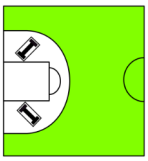
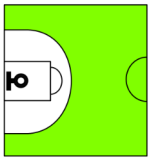
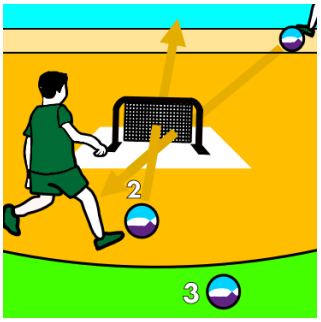
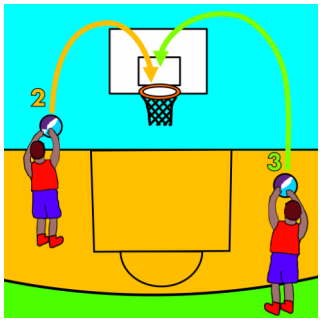
Due squadre di 7 giocatori si sfidano: 4 giocatori si posizionano in campo e 3 giocatori nei lati nella zona d'attacco (chiamati giocatori di appoggio). Questi 3 giocatore servono come sostegno ai compagni di squadra (ruolo di passare e/o tirare la palla) e possono muoversi nella loro corsia senza che nessuno possa entrare nella loro zona. Hanno diritto a 1 tocco di palla con i piedi (FooSKILL) o possono tenere la palla 1 secondo con le mani (lato BaSKILL).

DURATA DELLA PARTITA
4 x 10 minuti. Durante il 1º e il 3º quarto tempo, una squadra attacca le porte da calcio e difende il canestro. Nel 2° e 4°quarto, i ruoli delle squadre si invertono.

INGAGGIO
L'ingaggio all'inizio della partita e durante l'intervallo viene effettuato in mezzo al campo da un intermediario, come nella pallacanestro. Ogni squadra è libera di mettersi in campo dove vuole.

FALLI

- Se un fallo è commesso, il gioco riprende nel punto in cui è stato commesso il fallo.
- Se un fallo è commesso, il giocatore mette la palla a terra con almeno una mano e il gioco riprende istantaneamente con un passaggio.
- Dopo un fallo, l'avversario deve stare ad almeno 2 metri di distanza.
- Per segnare nel calcio, il giocatore deve essere nell'area FooSKILL, altrimenti si commette un fallo. Lo stesso vale per la pallacanestro.
- Se durante il gioco a calcio si tira con l'intenzione di segnare un gol, la palla non deve sorpassare l'altezza delle porte. Se succede, un fallo è commesso e la palla va alla difesa.
- I tackle (entrata in scivolata) e i contatti fisici sono sanzionati da un rigore o da un tiro libero.
- Si commette un fallo se la palla tocca il soffitto o ogni tipo di attrezzo sospeso.
- Si commette un fallo se la palla rimbalza sul bordo del tabellone del canestro, dietro il tabellone, o su una parte della struttura che sostiene il canestro.
- Se la palla va fuori campo, la rimessa in gioco viene effettuata dal punto in cui la palla ha superato la linea con i piedi (lato FooSKILL) o con le mani (lato BaSKILL). L'avversario si trova ad almeno 2 metri di distanza.

	FooSKILL	BaSKILL
2 PTI.	 -Il gol è segnato all'interno dell'area dei due punti. -La palla viene passata dal piede al giocatore di appoggio che segna il gol.	 Il canestro è segnato all'interno dell'area dei due punti.
3 PTI.	 Il gol è realizzato dietro la linea dei tre punti.	 Il canestro è realizzato dietro la linea dei tre punti.
0 PT.	• La palla fa cadere la porta FooBaSKILL. In questo caso, il gioco si ferma e la palla va all'avversario. • La palla rimane nella "zona proibita". In questo caso, il gioco si ferma e la palla va alla difesa. **OSSERVAZIONE**: Qualsiasi forma di autorete accorda **un punto** all'avversario. **Autogoal = 1 punto**	Se il canestro non viene segnato, il gioco continua. **OSSERVAZIONE:** Il giocatore di appoggio (al BaSKILL) non può segnare un canestro. Il suo unico ruolo è quello di passare la palla.
IMMAGINE		

Scopri la video che riassume le regole

INFO: il materiale ufficiale del FooBaSKILL e il manuale d'istruzione sono disponibile su **foobaskill.it**

DOPPO CHE UN GIOCATORE SEGNA UN PUNTO: Si riprende il gioco nel punto in cui la palla è recuperata dal difensore. Il giocatore mette la palla a terra con almeno una mano e il gioco riprende istantaneamente con un passaggio. Il primo passaggio non può essere intercettato, a meno che la palla superi la linea di metà campo.

CONDIZIONI D'USO: Il SKILLTheBall deve essere gonfiato secondo le indicazioni indicate sulla palla :
0,33 - 0,36 bar / 4,8 - 5,2 psi. Vedi l'illustrazione a destra.

FooBaSKILL®
Rigore e tiri liberi

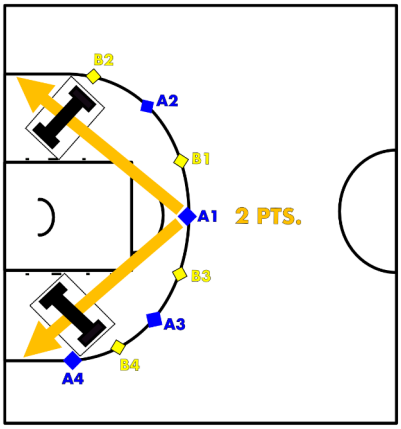
Fallo e organizzazione

A seconda dell'area di gioco, un fallo è punito con un rigore oppure un tiro libero.

RIGORE (FooSKILL)	TIRO LIBERO (BaSKILL)
Un rigore è assegnato: • Quando si commette un fallo nell'area di rigore (linea dei tre punti nella pallacanestro). Esempi: tocco di mano volontario da parte dell'avversario, contatto fisico pericoloso, colpo di spalla, il difensore appoggia un ginocchio a terra per difendere la porta. • In caso di entrata in scivolata o di gioco pericoloso da parte di un difensore da dietro in tutta la zona FooSKILL. • Se il difensore entra nell'« area proibita» che delimita ogni SKILLGoal.	Si accorda un tiro libero a un giocatore vittima di un fallo mentre: • Tira a canestro.

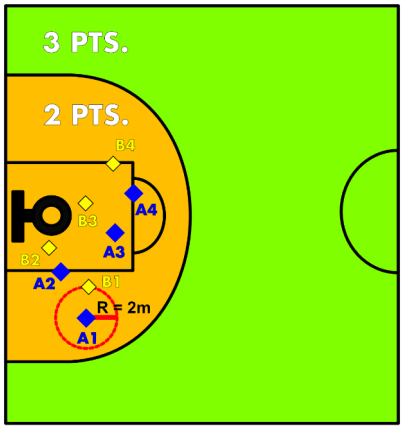
IMMAGINE

- L'attaccante che ha subito il fallo esegue il rigore.
- Posizionare la palla al centro della linea dei tre punti della pallacanestro.
- Il giocatore è libero di tirare un tiro da due punti verso la rete di sua scelta (v. illustrazione)
  Il pallone non deve toccare il suolo quando viene calciato. Può toccare unicamente la "zona proibita".
- Tutti gli altri giocatori si posizionano sulla linea dei tre punti in un luogo specifico (v. illustrazione)



rigore

- L'attaccante che ha subito il fallo esegue un solo tiro libero.
- La palla è lanciata dal punto in cui è stato commesso il fallo.
- I punti attribuiti dipendono dalla zona di tiro (v. illustrazione).
- Tutti i giocatori si posizionano a una distanza minima di due metri attorno al tiratore (v. illustrazione)

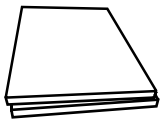


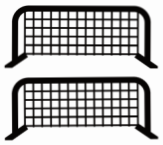
PRO

FooBaSKILL®
Campo

Materiale e organizzazione

MATERIALE


2x Tappeti foobaskill


2x SKILLGoals

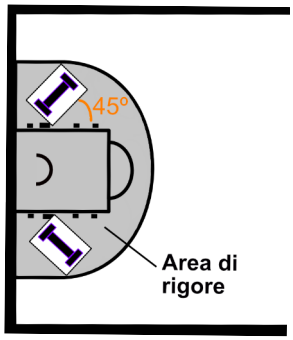
1x SKILLTheBall

1x Canestro da basketball

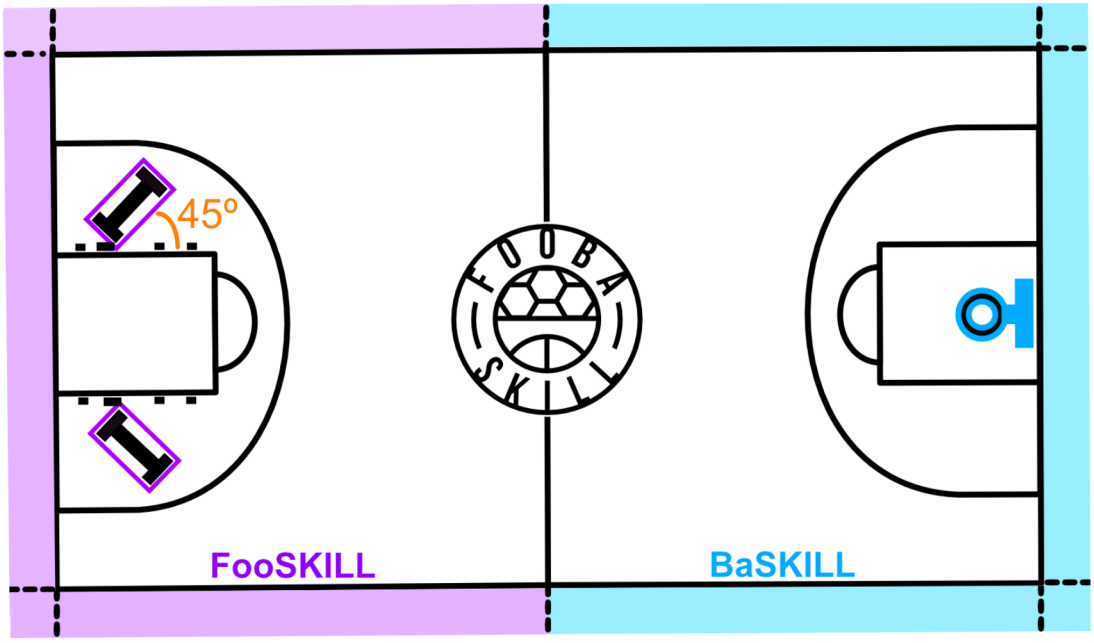
CAMPO

Le dimensioni di un campo da basket sono ideali per giocare a FooBaSKILL e la linea centrale deve essere visibile. Le zone colorate intorno al campo da basket sono parte integrante del campo.

La metà del campo è attrezzata con due porte FooBaSKILL posizionate sul suolo (lato FooSKILL). Un tappeto foobaskill (160-100 mm) delimita ogni SKILLGoal, e nessun giocatore può accedere in questa zona chiamata « zona proibita ». È importante che siano disposti a 45° e secondo lo scarto indicato sullo schema in basso. I giocatori possono segnare da entrambi i lati della porta. Nell'altra metà del campo si trova il canestro (lato BaSKILL).

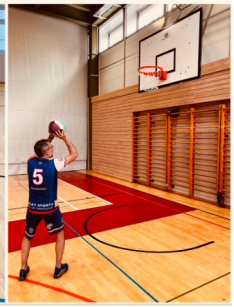


Nella zona **FooSKILL**, l'area di rigore è delimitata dalla linea dei tre punti nel basket.



Zona proibita

FooSKILL


BaSKILL

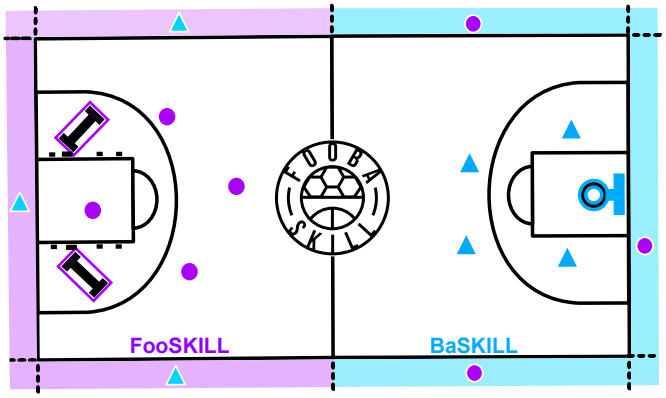
Clicca qui per capire come impostare l'attrezzatura foobaskill sul campo

FooBaSKILL®
Giocatori

Organizzazione e ruolo

7 vs 7

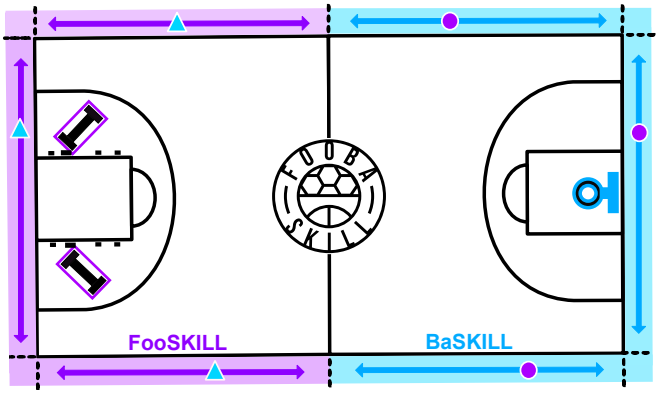
Due squadre di 7 giocatori si sfidano: 4 giocatori si posizionano in campo e 3 giocatori nei lati nella zona d'attacco (chiamati giocatori di appoggio).



Giocatori di appoggio

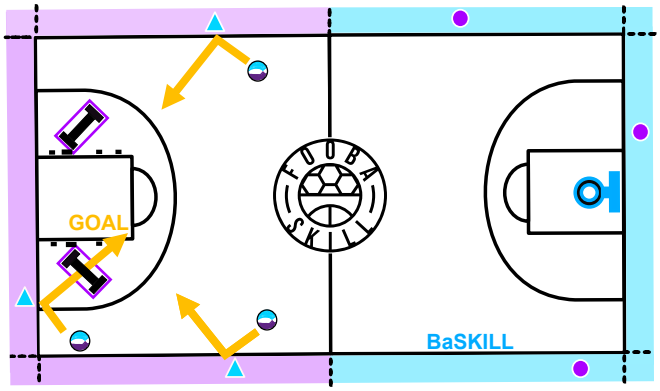
I giocatori di appoggio possono muoversi nella loro corsia senza che nessuno possa entrare nella loro zona. Agiscono come supporto per i compagni di squadra:

- FooSKILL: hanno il ruolo di passatori e/o tiratori.
- BaSKILL: hanno il ruolo di passatori.



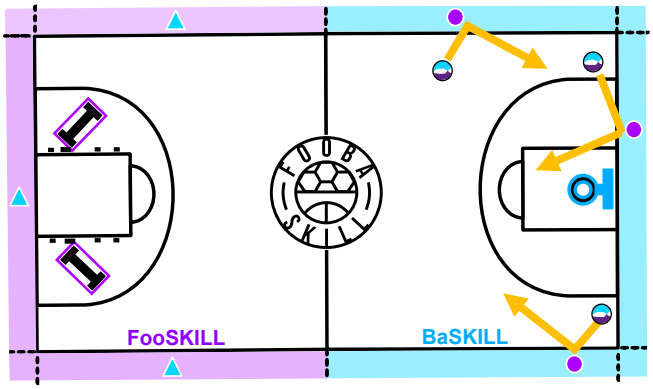
FooSKILL

I giocatori di appoggio hanno diritto a un solo tocco di palla. Possono toccare il pallone con il piede, la testa, il ginocchio o il petto. Possono passare la palla ai compagni e anche segnare un gol. Assomigliano a un muro in movimento.



BaSKILL

I giocatori di appoggio possono tenere la palla in mano per 1 secondo. Possono passare la palla ai compagni. Assomigliano a un muro in movimento.



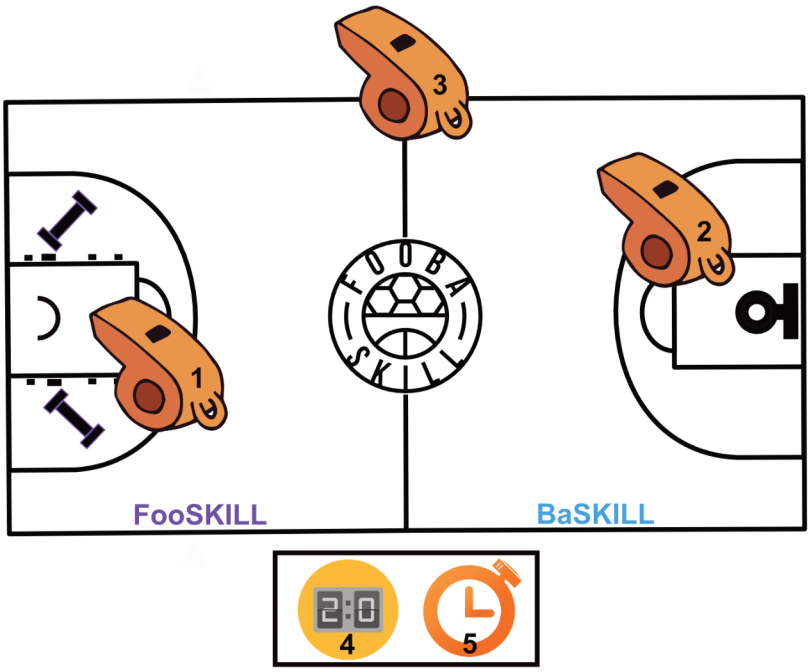
FooBaSKILL®
Arbitraggio

Organizzazione e regole

Cinque giocatori arbitrano la partita e assumono una funzione particolare in un luogo preciso (v. illustrazione).

Un assistente (1) arbitra il campo FooSKILL, il secondo assistente (2) arbitra il campo BaSKILL. Il terzo arbitro (3) è l'arbitro principale e si trova a centro campo. Fischia gli errori di transizione per il cambio di sport quando si supera la linea di metà campo.

Gli assistenti (1 e 2) hanno il compito di segnalare i falli alzando il braccio e indicando il numero di punti segnati con le dita all'arbitro principale (3). Quest'ultimo annuncia a voce alta il punteggio alle squadre e al quarto arbitro (4) che è posizionato fuori dal campo e segna i punti. Il quinto arbitro (5) gestisce il tempo della partita.



Regole per il livello professionale

5 FALLI ACCUMULATI DALLA SQUADRA • Rigore a 2 punti • Tiro libero da 2 punti (entro la linea del rettangolo e cerchio del tiro libero)
5 FALLI INDIVIDUALI DI UN GIOCATORE Il giocatore deve essere sostituito per tutta la partita + Superiorità numerica durante 2 minuti se l'avversario non segna
FALLO COMMESSO SU UN GIOCATORE CHE TIRA A CANESTRO • CANESTRO RIUSCITO: il canestro è valido + 1x tiro libero a 1 PUNTO da dove è stato commessa il fallo • CANESTRO MANCATO: 1x tiro libero da 2 o 3 punti da dove è stato commessa il fallo. Punti dipendenti dalla zona di tiro
REGOLE DEI 10 SECONDI Una squadra in possesso della palla ha 10 secondi per uscire il pallone dalla propria metà campo alla metà campo avversaria.
IL FOOBA-CLOCK È DI 30 SECONDI Tempo massimo consentito per un'azione offensiva

PRO

SEGNAPUNTI FooBaSKILL®

Squadra A…… VS **Squadra B**……

Data [ ] [ ] [ ] Orario [ ] [ ] Luogo ……

1º arbitro……..... 2º arbitro……..... 3º arbitro……....

Squadra A……

Colore: ……....

Time Out — Falli squadra

1º metà-tempo [ ] [ ] Tempo suppl. 1) 1 2 3 4 5 2) 1 2 3 4 5

2e metà-tempo [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] 3) 1 2 3 4 5 4) 1 2 3 4 5

	Nome giocatore Nome, Cognome	Nº	in gioco	Falli 1	2	3	4	5
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
	Allenatore							
	Allenatore assistente							

Squadra B……

Colore: ……

Time Out — Falli squadra

1º metà-tempo [ ] [ ] Tempo suppl. 1) 1 2 3 4 5 2) 1 2 3 4 5

2e metà-tempo [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] 3) 1 2 3 4 5 4) 1 2 3 4 5

	Nome giocatore Nome, Cognome	Nº	in gioco	Falli 1	2	3	4	5
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
	Allenatore							
	Allenatore assistente							

RISULTATO

A			B			A			B		
FO		BA	FO		BA	FO		BA	FO		BA
1		1	1		1	56		56	56		56
2		2	2		2	57		57	57		57
3		3	3		3	58		58	58		58
4		4	4		4	59		59	59		59
5		5	5		5	60		60	60		60
6		6	6		6	61		61	61		61
7		7	7		7	62		62	62		62
8		8	8		8	63		63	63		63
9		9	9		9	64		64	64		64
10		10	10		10	65		65	65		65
11		11	11		11	66		66	66		66
12		12	12		12	67		67	67		67
13		13	13		13	68		68	68		68
14		14	14		14	69		69	69		69
15		15	15		15	70		70	70		70
16		16	16		16	71		71	71		71
17		17	17		17	72		72	72		72
18		18	18		18	73		73	73		73
19		19	19		19	74		74	74		74
20		20	20		20	75		75	75		75
21		21	21		21	76		76	76		76
22		22	22		22	77		77	77		77
23		23	23		23	78		78	78		78
24		24	24		24	79		79	79		79
25		25	25		25	80		80	80		80
26		26	26		26	81		81	81		81
27		27	27		27	82		82	82		82
28		28	28		28	83		83	83		83
29		29	29		29	84		84	84		84
30		30	30		30	85		85	85		85
31		31	31		31	86		86	86		86
32		32	32		32	87		87	87		87
33		33	33		33	88		88	88		88
34		34	34		34	89		89	89		89
35		35	35		35	90		90	90		90
36		36	36		36	91		91	91		91
37		37	37		37	92		92	92		92
38		38	38		38	93		93	93		93
39		39	39		39	94		94	94		94
40		40	40		40	95		95	95		95
41		41	41		41	96		96	96		96
42		42	42		42	97		97	97		97
43		43	43		43	98		98	98		98
44		44	44		44	99		99	99		99
45		45	45		45	100		100	100		100
46		46	46		46	101		101	101		101
47		47	47		47	102		102	102		102
48		48	48		48	103		103	103		103
49		49	49		49	104		104	104		104
50		50	50		50	105		105	105		105
51		51	51		51	106		106	106		106
52		52	52		52	107		107	107		107
53		53	53		53	108		108	108		108
54		54	54		54	109		109	109		109
55		55	55		55	110		110	110		110

RISULTATI:

Periodo

1) A…….. B…….. 2) A…….. B…….

3) A…….. B…….. 4) A…….. B…….

Tempi suppl. A…… B……...

RISULTATO FINALE:

Squadra A…… **Squadra B**……

Squadra vincente ……..

LEGA FOOBASKILL®