



REGULAMENTO DE XOGO BENXAMÍN

1.- O CAMPO

- 1.1. As dimensións do campo son 4,50m ancho x 9,00m de longo, dividido en dúas metades iguais (4,50m x 4,50m), delimitado por liñas de cores que contrasten coa superficie de xogo.
- 1.2. A liña central separa ambos campos, non sendo necesaria ningunha outra delimitación.
- 1.3. A superficie do terreo será plana e sen desniveis que poidan resultar perigosos para os participantes.

2.- A REDE

- 2.1. Altura: 2,00 m (masculino e feminino)
- 2.2. Ancho: entre 0,60m e 1,00m.
- 2.3. Bandas laterais: colocadas a 4,50m de distancia, sobre as liñas laterais.
- 2.4. Varillas: o lugar de paso do balón sobre a rede estará delimitado por dúas varillas situadas sobre as liñas laterais do campo.

3.- O BALÓN

- 3.1. Esférico, brando e lixeiro, cuberto de pel ou sintético.
- 3.2. Circunferencia: 62-64 cm aprox. Peso: 190-220 g aprox.

4.- INDUMENTARIA

- 4.1. Todos os xogadores deberán vestir unha camiseta de cor uniforme e cun número do 1 ao 22 no peito e nas costas.
- 4.2. O pantalón será tamén de cor uniforme.

5.- COMPOSICIÓN DOS EQUIPOS

- 5.1. Cada equipo estará composto por tres (3) xogadores en campo.
- 5.2. O equipo inscribirá un mínimo de 3 xogadores e un máximo de 5 no acta do encontro.
- 5.3. Todos os xogadores deberán xogar por quendas polo menos 1 set completo sen substitución (salvo forza maior).

6.- SUBSTITUCIONS

- 6.1. Non se permitirá facer substitucións nos dous primeiros sets (salvo forza maior) con obxecto de respectar a regra de que todos os nenos xoguen polo menos un set completo.
- 6.2. No terceiro set permitiranse 3 substitucións, sempre que os xogadores substituídos xa xogaran un set completo.
- 6.3. En caso de lesión dalgún xogador, aplicaranse as regras de substitución

excepcional das Regras Oficiais de Voleibol.

- 6.4. Non é preciso o uso de tablillas de cambios, as substitucións faranse sen máis formalidades que a petición do adestrador con tempo suficiente antes da orde de saque.

7.- SISTEMA DE COMPETICIÓN E DE PUNTUACIÓN

- 7.1. O partido dispútase ao mellor de tres sets de 15 puntos, co sistema de acción-punto, cada xogada concede un punto ao gañador, independentemente de quen serviu.
- 7.2. En caso de empate en 14 puntos, o set terminará cando un dos equipos gañe por dous puntos de diferenza e sen límite. O equipo que gañe máis sets (2-0, 2-1) será o gañador.
- 7.3. Será obrigatorio xogar os tres sets aínda que un dos equipos gañara os dous primeiros.
- 7.4. Ao gañador adxudícanse 2 puntos e ao perdedor 1 punto

8.- PROTOCOLOS

Antes do encontro:

- 8.1. Antes de comezar o encontro, o árbitro realizará un sorteo entre os Capitáns, para determinar o saque, a recepción ou a elección do campo.
- 8.2. Ao final de cada set, os equipos cambiarán de campo.
- 8.3. Antes de comezar o encontro, os equipos disporán de 5 minutos de utilización conxunta do campo de xogo e a rede, para as súas actividades de quecemento.

Tie-break

- 8.4. No caso do 3º set nos encontros ao mellor de 3 sets, o árbitro volverá realizar un sorteo para determinar o saque, a recepción ou a elección do campo, e os equipos cambiarán de campo cando o primeiro deles alcance o punto oito (8).

9.- O XOGO

Inicio do xogo:

- 9.1. O balón será posto en xogo polo xogador que debe executar o saque, golpeando o balón cunha soa man, de maneira que pase por sobre a rede e caia no campo adversario, desde detrás da liña de fondo.
- 9.2. O xogador que efectúa o saque non pode xogar o balón ao campo rival sobre o nivel da rede, sendo obrigatorio facelo de man baixa (por debaixo da cintura).
- 9.3. O xogador que executa o saque non pode entrar no campo nin pisar a liña de fondo, antes de efectuar o servizo.
- 9.4. Para que o servizo sexa válido, o balón non debe tocar nin a un compañeiro nin outro obstáculo antes de caer dentro do campo adversario.
- 9.5. Todos os xogadores deberán efectuar o servizo, gardando a súa quenda e rotando no sentido das agullas do reloxo. Cada xogador poderá efectuar o servizo como máximo tres veces por cada quenda.

Desenvolvemento do xogo:

- 9.6. Cada equipo ten un máximo de tres toques antes de que o balón supere a rede e caia en campo adversario.
- 9.7. O balón non debe caer ao chan no propio campo, nin tocar ningún obstáculo nin caer ao chan fora do campo de xogo, despois que algún xogador do equipo o

tocara.

- 9.8.** O balón non pode ser tocado dúas veces consecutivas polo mesmo xogador, salvo despois da acción de bloqueo. O equipo que efectuou un bloqueo, ten dereito a 3 toques máis.
- 9.9.** Os xogadores non deben tocar a rede, o balón en campo adversario, nin superar completamente a liña central que divide ambos campos.

Regra especial

- 9.10.** Non está permitido devolver o balón con toque de dedos directamente ao campo contrario no primeiro toque de equipo. Considérase falta e punto para o equipo contrario.

10.- TOQUE DO BALÓN

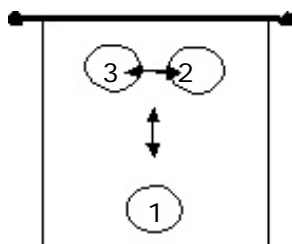
- 10.1.** O balón debe ser golpeado (non retido), podendo o contacto efectuarse con calquera parte do corpo. O contacto debe ser breve e simultáneo.
- 10.2.** Como normal xeral o árbitro será flexible e permisivo coa valoración técnica dos contactos, especialmente no 1º e 2º toque, co obxectivo de favorecer a continuidade do xogo. Terá coidado de manter un criterio homoxéneo en todo o encontro e similar ao do resto da competición.
- 10.3.** Non se permitirá a retención do balón nin o acompañamento que signifique unha vantaxe nas accións de ataque.

11.- INVASIÓN E TOQUE DE REDE

- 11.1.** Como normal xeral ámbalas faltas son sancionables.
- 11.2.** Pero non se considerará como falta, a invasión provocada en accións defensivas que non dificulten ao contrario, como tampouco o toque de rede efectuado en 1º ou 2º toque.
- 11.3.** O árbitro favorecerá a continuidade do xogo, sempre que non implique unha vantaxe inxusta, nin un risco para compañeiros ou opoñentes.

12.- POSICIÓN DOS XOGADORES NO CAMPO

- 12.1.** O xogador de zona 1 é quen efectúa o saque e o considerado defensor.
- 12.2.** Ao defensor non lle está permitido realizar ningunha acción de ataque (pasar o balón ao campo rival sobre o nivel superior da rede), nin de bloqueo.
- 12.3.** O resto dos xogadores (que ocupan as zonas 3 e 2), son dianteiros.



- 12.4.** Para considerar a correcta posición dos xogadores no campo (falta de posición), terase en conta o seguinte (no momento de efectuarse saque):
- O xogador de zona 3 estará máis próximo á liña lateral esquerda, que o xogador de zona 2.

- O xogador de zona 2 estará máis próximo á liña lateral dereita, que o xogador de zona 3.
 - O xogador de zona 1 debe estar por detrás dos xogadores de zona 2 e 3, en relación coa liña central do campo.
- 12.5.** O árbitro controlará e avisará por anticipado as faltas de rotación, corrixindo as mesmas con obxectivo pedagóxico.
- 12.6.** Só en caso de reincidencia reiterada ou (a xuízo do árbitro) accións deliberadas co obxectivo de obter unha vantaxe, as faltas serán sancionadas logo de advertilo.

13.- TEMPOS DE DESCANSO

- 13.1.** Cada equipo ten dereito a solicitar dous (2) tempo2 de descanso de 30" por set, a requirimento do adestrador.

14.- CONSIDERACIONS ARBITRAIS

- 14.1.** Os encontros serán dirixidos por un (1) Árbitro, que actuará desde o chan. Será asistido por un (1) Anotador.
- 14.2.** Os árbitros serán parte do proceso pedagóxico do xogo e informarán verbalmente das faltas sancionadas (de forma breve), cando consideren que os xogadores non comprenderon as súas decisións.
- 14.3.** Será a súa responsabilidade velar polo respecto e o fair-play de todos os participantes no encontro.
- 14.4.** En caso de ser preciso corrixir algún tipo de conduta ou actitude, farao de forma verbal, sen utilizar ningún tipo de cartón.
- 14.5.** Se fose preciso corrixir a actitude dalgún adestrador ou auxiliar, o árbitro farao da forma que resulte o menos evidente para os deportistas.
- 14.6.** En casos excepcionais e de extrema gravidade, o árbitro ten potestade para non permitir seguir participando no encontro a calquera membro do equipo.
- 14.7.** Os comportamentos informados polos árbitros serán considerados polo Comité de Competición.
- 14.8.** Terase moi en conta o apuntado en acta sobre comportamentos antideportivos de adultos nesta categoría.