



Επίσημοι Κανονισμοί Ποδοσφαίρου SPECIAL OLYMPICS



ΑΘΛΗΜΑ: ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ: ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΟΥΤΡΑ & ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΧΟΥΝΤΗΣ

EMAIL ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: M.Koutra@athens2011.org & K.Chountis@athens2011.org

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗΣ: ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2010, [επικαιροποιημένο Φεβρουάριος 2011](#)

LINK - ΑΓΓΛΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ ΠΟΥ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΗΚΕ:

http://media.specialolympics.org/soi/files/sports/sports_rules_2011/Football_11.pdf

LINK- ΓΕΝΙΚΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:

http://www.epo.gr/kanonismoι/pdf/10_11/LawsOfTheGames_2010_2011_KAP.pdf

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΣΙΜΑΤΗΣ

ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΑΘΗΝΑ ΚΑΡΤΑΛΟΥ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ: ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΠΑΠΑΔΑΚΗ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	3
ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ	4
ΕΝΟΤΗΤΑ Α	4
Επίσημα Αγώνισματα	4
ΕΝΟΤΗΤΑ Β	5
Κατάταξη σε Ομίλους (Αγωνιστικές Σειρές) (Divisioning)	5
ΕΝΟΤΗΤΑ Γ	5
Κανονισμοί Αγώνων	5
5x5	5
7x7	11
11x11	16
Ποδόσφαιρο Σάλας (Futsal)	20
Αγώνες Κοινωνικής ένταξης (Unified) (5x5, 7x7, 11x11).....	20
Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων	20
1. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων - Δοκιμασία 1 ^η Ντρίπλα	21
2. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων - Δοκιμασία 2 ^η Προσπάθεια Σουτ	22
3. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων - Δοκιμασία 3 ^η Τρέξιμο και πάσα της μπάλας	23
ΕΝΟΤΗΤΑ Δ	24
Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων	24
1. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων	24
Δοκιμασία 1 ^η :Ντρίπλα	24
2. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων	26
Δοκιμασία 2 ^η : Έλεγχος (οδήγημα) της μπάλας και πάσα	26
3. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων	27
Δοκιμασία 3 ^η :Προσπάθεια Σουτ	27



ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Οι επίσημοι κανονισμοί των Special Olympics για το ποδόσφαιρο εφαρμόζονται σε όλες τις διοργανώσεις των Special Olympics. Όπως όλα τα διεθνή αθλήματα, τα Special Olympics έχουν διαμορφώσει κανονισμούς οι οποίοι βασίζονται στους διεθνείς κανονισμούς της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ποδοσφαίρου (Federation Internationale de Football Association FIFA) και οι οποίοι υπάρχουν στην παρακάτω ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.fifa.com/worldfootball/lawsofthegame.html>

Οι κανονισμοί της FIFA ή κάποιου άλλου Εθνικού κυβερνητικού οργάνου θα εφαρμόζονται εκτός αν βρίσκονται σε αντίθεση με τους κανονισμούς των Special Olympics για το ποδόσφαιρο ή αναφέρεται κάτι διαφορετικό στο άρθρο Ι. Στις περιπτώσεις αυτές υπερισχύουν οι επίσημοι κανονισμοί των Special Olympics για το ποδόσφαιρο.

Ένας αθλητής με σύνδρομο Down στον οποίο έχει διαγνωστεί ατλαντοαξονική αστάθεια δεν επιτρέπεται να συμμετέχει σε ποδοσφαιρικούς αγώνες.

Σημείωση: Όπου χρησιμοποιείται οποιοσδήποτε όρος αναφοράς σε πρόσωπο στο αρσενικό γένος (π.χ. με τη λέξη αθλητής), αναφέρεται σε πρόσωπα και των δύο φύλων, εκτός αν υπάρχει ειδική πρόνοια για το αντίθετο.

ΕΝΟΤΗΤΑ Α

Επίσημα Αγωνίσματα

Ακολουθεί κατάλογος με τα επίσημα αγωνίσματα που είναι διαθέσιμα στους αγώνες των Special Olympics

Το εύρος των αγωνισμάτων έχει σκοπό να δώσει τη δυνατότητα να αγωνιστούν αθλητές όλων των επιπέδων ικανοτήτων. Τα προγράμματα μπορούν να καθορίζουν τα διαθέσιμα αγωνίσματα και, αν χρειάζεται, να προσφέρουν οδηγίες για τη διαχείριση αυτών των αγωνισμάτων. Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι να παρέχουν εκπαίδευση και να κάνουν την επιλογή των αθλητών σύμφωνα με τις ικανότητες και το ενδιαφέρον του κάθε αθλητή.

1. Διαγωνισμός ατομικών δεξιοτήτων (ISC)
2. 5x5 (εξωτερικού χώρου)
3. 7x7 (εξωτερικού χώρου)
4. 11x11 σύμφωνα με τους κανονισμούς της FIFA
5. Ποδόσφαιρο σάλας σύμφωνα με τους κανονισμούς της FIFA
6. Unified (Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης) 5x5
7. Unified (Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης) 7x7
8. Unified (Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης) 11x11



Σημείωση: Τα Unified Αθλήματα (Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης) των Special Olympics είναι ένα πρόγραμμα που συνδυάζει αθλητές των Special Olympics και αθλητές χωρίς διανοητική αναπηρία (Partners) σε ομαδικά αθλήματα για προπονήσεις και αγώνες. Ο συνδυασμός της ηλικίας και του επίπεδου ικανότητας των αθλητών και των Partners (συνοδοί αθλητές) καθορίζονται ανάλογα με το κάθε άθλημα. Οι Partners των Unified Αθλημάτων των Special Olympics είναι άτομα χωρίς διανοητική αναπηρία.

ΕΝΟΤΗΤΑ Β

Κατάταξη σε Ομίλους (Αγωνιστικές Σειρές) (Divisioning)

1. Οι ομάδες μπορούν να καταταγούν με βάση τους κανονισμούς αξιολόγησης ομαδικής ικανότητας οι οποίοι βρίσκονται στο Κεφάλαιο Δ, την «Φόρμα Αξιολόγησης Ομάδας» όπως προκύπτει αφού έχει ο προπονητής μελετήσει το DVD της SOEE, ή τη «Φόρμα κατάταξης της Ομάδας» που έχει εγκρίνει το εκάστοτε πρόγραμμα και από αγώνες που οι ομάδες θα κληθούν να δώσουν για την τελική κατάταξη σε ομίλους.
2. Στους αγώνες αξιολόγησης οι ομάδες θα παίξουν τουλάχιστον 2 αγώνες χρονικής διάρκειας τουλάχιστον οκτώ (8) λεπτών για το 5x5 και 7x7 και δεκαπέντε (15) λεπτών για το 11x11
3. Η Επιτροπή Αξιολόγησης πρέπει να πιστοποιήσει πως όλοι οι τερματοφύλακες αξιολογούνται επαρκώς.

ΕΝΟΤΗΤΑ Γ

Κανονισμοί Αγώνων

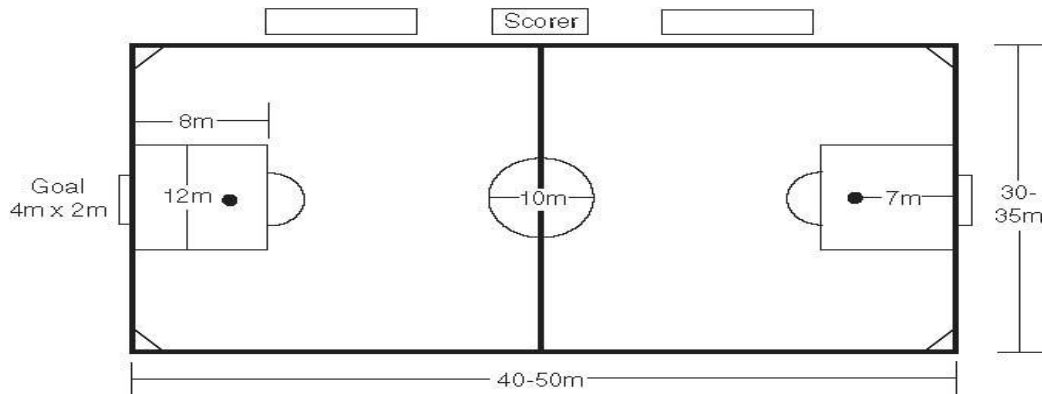
5x5

A. Αγωνιστικός χώρος

1. Ο αγωνιστικός χώρος του 5x5 αποτελείται από ένα ορθογώνιο παραλληλόγραμμο με διαστάσεις (μέγιστο) 50 μ. μήκος x 35 μ. πλάτος και (ελάχιστο) 40 μ. μήκος x 30 μ. πλάτος. Τα γήπεδα με τις μικρότερες δυνατές διαστάσεις προτείνεται να χρησιμοποιούνται για ομάδες χαμηλής δυναμικότητας
2. Ο αγωνιστικός χώρος πρέπει να διαγραμματιστεί όπως βλέπουμε στο παρακάτω σχήμα (Εικ. 1)
3. Η εστία τέρματος μπορεί να έχει ελάχιστες διαστάσεις 3μ. μήκος και 2 μ. ύψος (3μ. x 2μ.) και μέγιστες διαστάσεις 4 μ. μήκος και 2 μ. ύψος (4μ. x 2μ.)
4. Η περιοχή τέρματος (μεγάλη περιοχή) έχει διαστάσεις 12 μ. x 8 μ.



5. Η συνιστώμενη επιφάνεια του αγωνιστικού χώρου είναι γρασίδι



(Εικ 1. 5x5 διαγράμμιση γηπέδου)

B. Η Μπάλα

- 1) Αθλητές ηλικίας 8 – 12 ετών αγωνίζονται με μέγεθος μπάλας Νο 4, όχι μεγαλύτερη από 66 εκ. (26 ίντσες) και όχι μικρότερη από 63,5 εκ. (25 ίντσες).
- 2) Όλες οι άλλες ηλικίες αγωνίζονται με μπάλα Νο 5, όχι μεγαλύτερη από 70 εκ. (28 ίντσες) και όχι μικρότερη από 68 εκ. (27 ίντσες).

Γ. Αριθμός παικτών

- 1) Ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετοχής αθλητών καθορίζεται από την Οργανωτική Επιτροπή. Στους Παγκόσμιους Αγώνες των Special Olympics, ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετεχόντων δεν μπορεί να ξεπερνά τους 10 (δέκα).
- 2) Το παιχνίδι παίζεται μεταξύ δυο ομάδων, καθεμία από τις οποίες πρέπει να αποτελείται από 5 παίκτες, ένας εκ των οποίων πρέπει να είναι και ο τερματοφύλακας. Ο ελάχιστος αριθμός 3 παικτών στον αγωνιστικό χώρο είναι απαραίτητος κάθε στιγμή.
- 3) Οι αλλαγές των παικτών είναι απεριόριστες σε αριθμό (οι παίκτες μπορούν αν επιστρέψουν στον αγωνιστικό χώρο ακόμα και αν έχουν αντικατασταθεί). Οι αλλαγές επιτρέπονται μόνο όταν η μπάλα είναι εκτός του αγωνιστικού χώρου, κατά τη διάρκεια του ημιχρόνου, μετά την επίτευξη τέρματος ή κατά τη διάρκεια διακοπής του αγώνα έπειτα από τραυματισμό παίκτη. Ο προπονητής οφείλει να ενημερώσει τον διαιτητή ή τον βοηθό διαιτητή ότι προτίθεται να κάνει αλλαγή παίκτη. Ο παίκτης που πρόκειται να αντικαταστήσει συμπαίκτη του εισέρχεται στον αγωνιστικό χώρο μόνο όταν ο διαιτητής δώσει την άδεια.

Δ. Εξοπλισμός ποδοσφαιριστών

- 1) Οι φανέλες των παικτών πρέπει να αναγράφουν νούμερα.
- 2) Επιβάλλεται η χρήση επικαλαμίδων.



- 3) Δεν επιτρέπεται η χρήση μεταλλικών καρφιών (τάπες) στα παπούτσια.

Ε. Ο Διαιτητής

- 1) Κάθε αγώνας ελέγχεται από έναν διαιτητή ο οποίος έχει την απόλυτη εξουσία στην εφαρμογή των κανονισμών για τον αγώνα για τον οποίο έχει επιλεγεί.

ΣΤ. Βοηθός Διαιτητής

- 1) Δύο (2) Βοηθοί διαιτητές επιλέγονται για κάθε αγώνα σε παγκόσμιο και ηπειρωτικό επίπεδο. Σε τοπικό και εθνικό επίπεδο προτείνεται η χρησιμοποίηση δύο διαιτητών αν δεν υπάρχουν δύο βοηθοί διαιτητών.

Ζ. Διάρκεια αγώνα

- 1) Ο αγώνας χωρίζεται σε δύο ίσες χρονικές περιόδους διάρκειας 15 λεπτών καθεμία με μια ανάπαυλα διάρκειας 5 λεπτών. Ο διαιτητής είναι υπεύθυνος για τη χρονομέτρηση του αγώνα.
- 2) Στις τελικές φάσεις ενός τουρνουά, αν έχουμε ισοπαλία, η παράταση είναι δυο (2) περίοδοι των πέντε (5) λεπτών. Αν ο αγώνας και πάλι λήξει ισόπαλος, διεξάγονται πέναλτι, για την ανάδειξη του νικητή (κανονισμός 11x11, πρωτόκολλο ισοπαλιών).

Η. Έναρξη παιχνιδιού

- 1) Ο αγώνας ξεκινά όταν εκτελεστεί λάκτισμα στο κέντρο του γηπέδου και η μπάλα πρέπει να κινηθεί προς τα εμπρός πριν την αγγίξει άλλος παίκτης.

Θ. Μπάλα εντός και εκτός παιχνιδιού

- 1) Όταν η μπάλα περάσει την πλάγια γραμμή, έχουμε λάκτισμα επαναφοράς
- 2) Όταν η μπάλα περάσει τη γραμμή τέρματος του γηπέδου, έχουμε το από τέρματος λάκτισμα (άουτ) ή χτύπημα κόρνερ
- 3) Η μπάλα πρέπει να περάσει ολόκληρη έξω από τη γραμμή για να θεωρηθεί εκτός παιχνιδιού

Ι. Το από τέρματος λάκτισμα (άουτ)

- 1) Όταν η μπάλα περάσει τη γραμμή τέρματος (όχι εάν μπει γκολ) και ενώ την έχει αγγίξει τελευταίος ένας επιτιθέμενος παίκτης, ο τερματοφύλακας, μέσα στη μεγάλη περιοχή, πετά την μπάλα έξω από την περιοχή του αλλά όχι μακρύτερα από τη γραμμή της σέντρας (η μπάλα πρέπει να ακουμπήσει στο έδαφος ή κάποιον παίκτη πριν περάσει τη γραμμή της σέντρας). Η μπάλα θεωρείται εντός παιχνιδιού τη στιγμή που θα περάσει τη γραμμή της μεγάλης περιοχής.
- 2) Ο παραπάνω κανόνας ισχύει επίσης όταν ο τερματοφύλακας κερδίζει με τα χέρια του την κατοχή της μπάλας που παίζεται.



Κ. Παραβάσεις και Ποινές

- 1) Στην περίπτωση που η μπάλα, φεύγοντας από τα χέρια του τερματοφύλακα, περάσει μετά τη γραμμή της σέντρας χωρίς πρώτα να έρθει σε επαφή με παίκτη ή να ακουμπήσει στο έδαφος, ο διαιτητής διατάσσει έμμεσο λάκτισμα για την αντίπαλη ομάδα από οποιοδήποτε σημείο της γραμμής του κέντρου.
- 2) Στην περίπτωση που η μπάλα, φεύγοντας από τα χέρια του τερματοφύλακα έρθει σε επαφή με οποιονδήποτε άλλον παίκτη μέσα στη μεγάλη περιοχή, έχουμε επανάληψη της επαναφοράς της μπάλας.

Λ. Μέθοδος Σκοραρίσματος

Για να μετρήσει ένα γκολ, πρέπει ολόκληρη η μπάλα να περάσει τη γραμμή του τέρματος.

Μ. Παραβάσεις και ανάρμοστη συμπεριφορά (Εξαιρέση: Δεν υπάρχει οφσάιντ)

Τρικλοποδιά, σπρώξιμο, παίξιμο της μπάλας με το χέρι ή πρόθεση χτυπήματος ποδοσφαιριστή τιμωρείται με ελεύθερο άμεσο λάκτισμα. Παρεμπόδιση ή επικίνδυνο παίξιμο τιμωρείται με έμμεσο λάκτισμα της μπάλας.

Παίκτης ο οποίος αποβάλλεται από τον αγώνα (έχει δεχτεί δύο κίτρινες κάρτες ή κόκκινη κάρτα) δεν έχει δικαίωμα να συμμετάσχει ξανά στον ίδιο αγώνα. Η ομάδα του πρέπει να αγωνιστεί με παίκτη λιγότερο για 2 λεπτά εκτός αν η ομάδα του δεχθεί γκολ πριν ολοκληρωθεί το διάστημα των 2 λεπτών ποινής. Στην περίπτωση αυτή ισχύουν οι παρακάτω κανόνες:

- α) Αν αγωνίζονται 5 (πέντε) παίκτες εναντίον 4 (τεσσάρων) και η ομάδα με τους 5 (πέντε) παίκτες σκοράρει, τότε η ομάδα με τους 4 (τέσσερις) παίκτες μπορεί να βάλει στο παιχνίδι και πέμπτο παίκτη.
- β) Αν και οι δυο ομάδες αγωνίζονται με 4 (τέσσερις) παίκτες και κάποια από τις δυο επιτύχει γκολ (σκοράρει) τότε και οι δυο (2) ομάδες μπορούν να χρησιμοποιήσουν και πέμπτο παίκτη.
- γ) Αν μια ομάδα 5 (πέντε) παικτών αγωνίζεται εναντίον ομάδας 4 (τεσσάρων) ή 3 (τριών) παικτών και επιτύχει γκολ (σκοράρει), τότε η ομάδα με τον μικρότερο αριθμό παικτών μπορεί να αυξήσει κατά έναν (1) και μόνο παίκτη το δυναμικό της.
- δ) Αν και οι δυο ομάδες αγωνίζονται με 3 (τρεις) παίκτες καθεμιά και επιτευχτεί γκολ (από οποιαδήποτε ομάδα), τότε και οι δυο ομάδες μπορούν να προσθέσουν έναν και μόνο παίκτη επιπλέον.
- ε) Αν η ομάδα που σκοράρει είναι αυτή που έχει τους λιγότερους παίκτες, ο αγώνας συνεχίζεται κανονικά χωρίς να αλλάξει ο αριθμός των παικτών που συμμετέχουν.

Υπεύθυνος για τη χρονομέτρηση των 2 λεπτών ποινής είναι ο υπεύθυνος Γραμματείας. Ο παίκτης που εισέρχεται στον αγωνιστικό χώρο ως αλλαγή έπειτα



από τα 2 λεπτά ποινής εισέρχεται μόνο με τη συγκατάθεση του διαιτητή και όταν η μπάλα είναι εκτός αγωνιστικού χώρου.

N. Εξαίρεση επανάληψης

- 1) Αν μια ομάδα κερδίσει ελεύθερο χτύπημα μέσα στην περιοχή που αμύνεται, τότε το παιχνίδι θα συνεχιστεί με πέταγμα της μπάλας από τον τερματοφύλακα της ομάδας.

Ξ. Ελεύθερο χτύπημα

- 1) Οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 5 μέτρα μακριά από την μπάλα σε όλα τα ελεύθερα χτυπήματα.
- 2) Όταν επιτιθέμενη ομάδα κερδίσει έμμεσο χτύπημα μέσα στη μεγάλη περιοχή του αντίπαλου σε ακτίνα 5 μέτρων από τη γραμμή τέρματος, τότε ο διαιτητής τοποθετεί την μπάλα σε απόσταση 5 μέτρων από τη γραμμή τέρματος.

Ο. Πέναλτι

- 1) Εκτελείται από απόσταση 7 μέτρων από την εστία. Όλοι οι παίκτες, εκτός αυτού που έχει οριστεί να το εκτελέσει και του τερματοφύλακα που υπερασπίζεται την εστία του, πρέπει να βρίσκονται εκτός της περιοχής και πίσω από το ημικύκλιο της περιοχής. Ο τερματοφύλακας πρέπει να βρίσκεται στη γραμμή της εστίας μέχρι ο αντίπαλος να χτυπήσει την μπάλα.

Π. Λακτίσματα Επαναφοράς – Πλάγιο άουτ

- 1) Όταν ολόκληρη η μπάλα περάσει την πλαϊνή γραμμή, έχουμε επαναφορά της από το σημείο που πέρασε τη γραμμή από παίκτη αντίπαλης ομάδας απ' αυτήν που την έβγαλε εκτός αγωνιστικού χώρου. Η μπάλα πρέπει να είναι σταθερή και ακίνητη πριν το λάκτισμα επαναφοράς. Θεωρούμε ότι η μπάλα είναι εντός παιχνιδιού, όταν διαγράψει πλήρη τροχιά. Ο παίκτης που επαναφέρει την μπάλα, δεν μπορεί να έρθει σε επαφή πάλι με την μπάλα πριν αυτή έρθει σε επαφή με άλλον παίκτη. Οι αντίπαλοι ποδοσφαιριστές πρέπει να βρίσκονται σε απόσταση 5 μέτρων από το σημείο επαναφοράς της μπάλας.
- 2) Δεν έχουμε επίτευξη τέρματος (γκολ) με απ' ευθείας λάκτισμα επαναφοράς.
- 3) Ο τερματοφύλακας δεν έχει δικαίωμα να πιάσει (με τα χέρια) την μπάλα έπειτα από λάκτισμα επαναφοράς.
- 4) Ο τερματοφύλακας δεν έχει δικαίωμα να πιάσει (με τα χέρια) την μπάλα έπειτα από πάσα συμπαίκτη του.

P. Κυρώσεις παραβάσεων

- 1) Αν ο παίκτης που εκτελεί λάκτισμα επαναφοράς έρθει σε επαφή και δεύτερη φορά με την μπάλα δίχως να υπάρξει επαφή από άλλο παίκτη, τότε έχουμε έμμεσο λάκτισμα για την αντίπαλη ομάδα στο σημείο που έγινε η παράβαση.



Σ. Κόρνερ

Χτύπημα κόρνερ κερδίζει η επιτιθέμενη ομάδα, όταν παίκτης της αμυνόμενης ομάδας διώξει εκούσια ή ακούσια την μπάλα πέρα από τη γραμμή του άουτ της δικής του περιοχής, δίπλα ή πάνω από τα δοκάρια του τέρματος.

Κατά την εκτέλεση του κόρνερ οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 5 μέτρα μακριά από την μπάλα.

Τ. Καιρικές Συνθήκες

Σε περίπτωση έντονης ζέστης κάποιο επίσημο μέλος της αγωνιστικής επιτροπής (π.χ. ο Υπεύθυνος των γηπέδων) μπορεί να ειδοποιήσει τον διαιτητή ώστε να γίνει μια προσωρινή διακοπή για προσφορά νερού στους παίκτες (διάρκειας όχι μεγαλύτερης των τριών (3) λεπτών) πάντα βέβαια σε κάποιο «νεκρό» χρόνο του αγώνα, περίπου στο μέσο κάθε περιόδου της παράτασης.

Υ. Παράταση / Διαδικασία Πέναλτι

- 1) Κατά τη διάρκεια της προκριματικής φάσης οι ισοπαλίες θεωρούνται τελικό αποτέλεσμα.
- 2) Στις τελικές φάσεις ενός τουρνουά, αν έχουμε ισοπαλία, η παράταση είναι δυο (2) περίοδοι των πέντε (5) λεπτών.
- 3) Αν ένας αγώνας εξακολουθεί να είναι ισόπαλος και μετά το τέλος της παράτασης, τότε οδηγούμαστε στη διαδικασία των πέναλτι.
 - α) Πέντε (5) παίκτες επιλέγονται από κάθε ομάδα.
 - β) Κάθε παίκτης εκτελεί πέναλτι για την ομάδα του και έπειτα εκτελεί παίκτης αντίπαλης ομάδας με αυτή τη σειρά.
 - γ) Η ομάδα που έχει επιτύχει τον μεγαλύτερο αριθμό γκολ έπειτα από τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι, αναδεικνύεται νικήτρια.
 - δ) Αν μετά τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι από τις δυο (2) ομάδες, έχουμε τον ίδιο αριθμό τερμάτων ή δεν σημειωθήκαν καθόλου τέρματα, τότε η εκτέλεση των πέναλτι θα συνεχιστεί με την ίδια σειρά και για τους υπολοίπους παίκτες των ομάδων (συμπεριλαμβανομένων και των τερματοφυλάκων) μέχρι κάποια ομάδα να επιτύχει γκολ σε βάρος της άλλης συμπληρώνοντας ίδιο αριθμό προσπαθειών.

Φ. Συμπεριφορά προπονητή εντός τεχνικής περιοχής

- 1) Σε κάθε ομάδα πρέπει να παρέχεται οριοθετημένη τεχνική περιοχή.
- 2) Η τεχνική περιοχή ορίζεται από γραμμογραφημένο παραλληλόγραμμο μήκους 15 μ. (δεκαπέντε) το οποίο ορίζεται 5 μ. (πέντε) τουλάχιστον από την πλάγια γραμμή και εντός 10 μ. (δέκα) από την κεντρική γραμμή του γηπέδου.
- 3) Οι πάγκοι παρέχονται σε κάθε ομάδα στις οριοθετημένες περιοχές.



Επίσημοι Κανονισμοί Ποδοσφαίρου SPECIAL OLYMPICS 2011

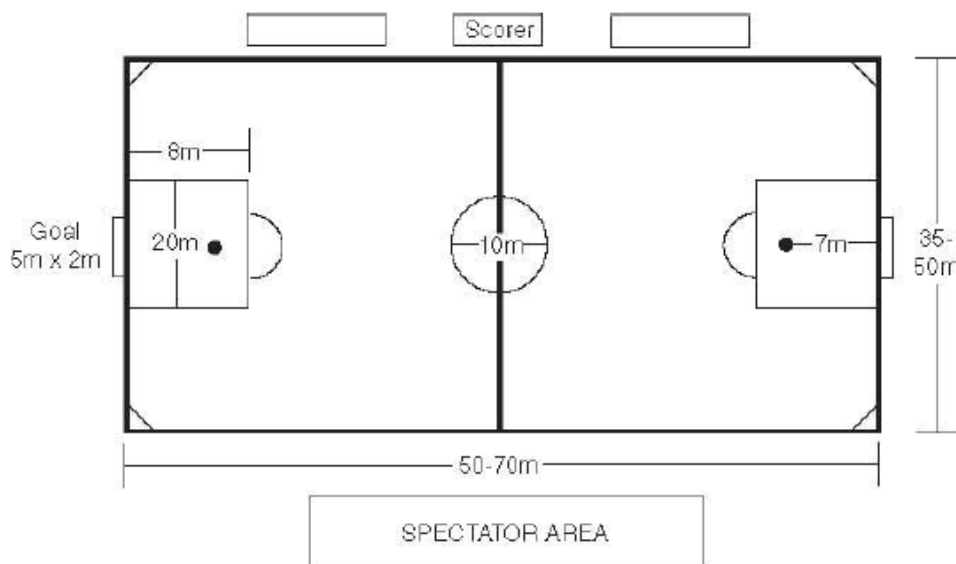
- 4) Οι αναπληρωματικοί παίκτες και οι προπονητές πρέπει να βρίσκονται συνεχώς εντός της τεχνικής περιοχής. Μόνο ένας προπονητής μπορεί να στέκεται όρθιος. Αποτυχία εφαρμογής μπορεί να επιφέρει αποβολή του προπονητή από τον αγωνιστικό χώρο.
- 5) Οι προπονητές πρέπει να αρκούνται σε απλές προφορικές οδηγίες και λεκτικές παραινήσεις.

Λεκτικές υβριστικές συμπεριφορές του προπονητή σε παίκτες ή επισήμους, καθώς και υπέρμετρη χρήση οδηγιών από την περιοχή του πάγκου θα θεωρηθεί αντιαθλητική συμπεριφορά και μπορεί να επιφέρει μια προειδοποίηση από τον διαιτητή. Αν αυτή η συμπεριφορά συνεχιστεί, ο διαιτητής μπορεί να αποβάλει τον προπονητή από το γήπεδο.

7x7

A. Αγωνιστικός χώρος

- 1) Ο αγωνιστικός χώρος του 7x7 αποτελείται από ένα ορθογώνιο παραλληλόγραμμο με διαστάσεις (μέγιστο) 70 μ. μήκος x 50 μ. πλάτος και (ελάχιστο) 50 μ. μήκος x 35 μ. πλάτος.
- 2) Η εστία τέρματος έχει διαστάσεις 5 μ. μήκος και 2 μ. ύψος (5 μ. x 2 μ.)
- 3) Η περιοχή τέρματος (μεγάλη περιοχή) έχει διαστάσεις 20 μ. x 8 μ.
- 4) Συνιστάται η επιφάνεια του αγωνιστικού χώρου να είναι γρασίδι.



B. Η Μπάλα

- 1) Αθλητές ηλικίας 8 – 12 ετών αγωνίζονται με μέγεθος μπάλας Νο 4, όχι μεγαλύτερη από 66 εκ. (26 ίντσες) και όχι μικρότερη από 63,5 εκ. (25 ίντσες).



- 2) Όλες οι άλλες ηλικίες αγωνίζονται με μπάλα Νο 5, όχι μεγαλύτερη από 70 εκ. (28 ίντσες) και όχι μικρότερη από 68 εκ. (27 ίντσες).

Γ. Αριθμός παικτών

- 1) Ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετοχής αθλητών καθορίζεται από την Οργανωτική Επιτροπή. Στους Παγκόσμιους Αγώνες των Special Olympics, ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετεχόντων δεν μπορεί να ξεπερνά τους δώδεκα (12).
- 2) Το παιχνίδι παίζεται μεταξύ δυο ομάδων, καθεμία από τις οποίες πρέπει να αποτελείται από 7 παίκτες, ένας εκ των οποίων πρέπει να είναι ο τερματοφύλακας. Ο ελάχιστος αριθμός 5 παικτών στον αγωνιστικό χώρο είναι απαραίτητος κάθε στιγμή.
- 3) Οι αλλαγές των παικτών είναι απεριόριστες σε αριθμό (οι παίκτες μπορούν να επιστρέψουν στον αγωνιστικό χώρο ακόμα και αν έχουν αντικατασταθεί). Οι αλλαγές επιτρέπονται μόνο όταν η μπάλα είναι εκτός αγωνιστικού χώρου, κατά τη διάρκεια του ημιχρόνου, μετά την επίτευξη τέρματος ή κατά τη διάρκεια διακοπής του αγώνα έπειτα από τραυματισμό παίκτη. Ο προπονητής οφείλει να ενημερώσει τον διαιτητή ή τον βοηθό διαιτητή ότι προτίθεται να κάνει αλλαγή παίκτη. Ο παίκτης που πρόκειται να αντικαταστήσει συμπαίκτη του, εισέρχεται στον αγωνιστικό χώρο μόνο όταν ο διαιτητής δώσει την άδεια.

Δ. Εξοπλισμός ποδοσφαιριστών

- 1) Οι φανέλες των παικτών πρέπει να αναγράφουν νούμερα.
- 2) Επιβάλλεται η χρήση επικαλαμίδων.
- 3) Δεν επιτρέπεται η χρήση μεταλλικών καρφιών (τάπες) στα παπούτσια.

Ε. Ο Διαιτητής

- 1) Κάθε αγώνας ελέγχεται από έναν διαιτητή ο οποίος έχει την απόλυτη εξουσία στην εφαρμογή των κανονισμών για τον αγώνα για τον οποίο έχει επιλεγεί.

ΣΤ. Βοηθοί Διαιτητές

- 1) 2 (δύο) Βοηθοί διαιτητές επιλέγονται για κάθε αγώνα σε παγκόσμιο και ηπειρωτικό επίπεδο. Σε τοπικό και εθνικό επίπεδο προτείνεται η χρησιμοποίηση δύο (2) διαιτητών αν δεν υπάρχουν δύο (2) βοηθοί διαιτητών.

Ζ. Διάρκεια αγώνα

- 1) Ο αγώνας χωρίζεται σε δύο ίσες χρονικές περιόδους διάρκειας 20 λεπτών η καθεμία με μια ανάπαυλα διάρκειας 5 λεπτών. Ο διαιτητής είναι υπεύθυνος για τη χρονομέτρηση του αγώνα.
- 2) Σε περίπτωση που χρειαστεί παράταση για να διευθετηθεί μία ισοπαλία, διεξάγονται δύο περίοδοι διάρκειας πέντε λεπτών καθεμία. Αν ο αγώνας και πάλι λήξει ισόπαλος, διεξάγονται πέναλτι, για την ανάδειξη του νικητή (κανονισμός 11x11, πρωτόκολλο ισοπαλιών).



Η. Έναρξη παιχνιδιού

- 1) Ο αγώνας ξεκινά όταν εκτελεστεί λάκτισμα στο κέντρο του γηπέδου και η μπάλα πρέπει να κινηθεί προς τα εμπρός πριν την αγγίξει άλλος παίκτης.

Θ. Μπάλα εντός και εκτός παιχνιδιού

- 1) Όταν η μπάλα περάσει την πλάγια γραμμή, έχουμε λάκτισμα επαναφοράς.
- 2) Όταν η μπάλα περάσει τη γραμμή τέρματος του γηπέδου, έχουμε το από τέρματος λάκτισμα (άουτ) ή χτύπημα κόρνερ.
- 3) Η μπάλα πρέπει να περάσει ολόκληρη έξω από τη γραμμή, για να θεωρηθεί εκτός παιχνιδιού.

Ι. Το από τέρματος λάκτισμα (άουτ)

- 1) Όταν η μπάλα περάσει τη γραμμή τέρματος (όχι εάν μπει γκολ) και ενώ την έχει αγγίξει τελευταίος ένας επιτιθέμενος παίκτης, ο τερματοφύλακας, μέσα στη μεγάλη του περιοχή, πετά την μπάλα έξω από την περιοχή του αλλά όχι μακρύτερα από τη γραμμή της σέντρας (η μπάλα πρέπει να ακουμπήσει στο έδαφος ή κάποιον παίκτη πριν περάσει τη γραμμή της σέντρας). Η μπάλα θεωρείται εντός παιχνιδιού τη στιγμή που θα περάσει τη γραμμή της μεγάλης περιοχής.
- 2) Ο παραπάνω κανόνας ισχύει επίσης όταν ο τερματοφύλακας κερδίζει με τα χέρια του, την κατοχή της μπάλας που παίζεται.

Κ. Παραβάσεις και Ποινές

- 1) Στην περίπτωση που η μπάλα, φεύγοντας από τα χέρια του τερματοφύλακα, περάσει μετά τη γραμμή της σέντρας χωρίς πρώτα να έρθει σε επαφή με παίκτη ή να ακουμπήσει στο έδαφος, ο διαιτητής διατάσσει έμμεσο λάκτισμα για την αντίπαλη ομάδα από οποιοδήποτε σημείο της γραμμής του κέντρου.
- 2) Στην περίπτωση που η μπάλα, φεύγοντας από τα χέρια του τερματοφύλακα έρθει σε επαφή με οποιονδήποτε άλλον παίκτη μέσα στη μεγάλη περιοχή, έχουμε επαναφορά της μπάλας

Λ. Μέθοδος Σκοραρίσματος

Για να μετρήσει ένα γκολ, πρέπει ολόκληρη η μπάλα να έχει περάσει τη γραμμή του τέρματος.

Μ. Παραβάσεις και ανάρμοστη συμπεριφορά (Εξαίρεση: Δεν υπάρχει οφσάιντ)

Τρικλοποδιά, σπρώξιμο, παίξιμο της μπάλας με το χέρι ή πρόθεση χτυπήματος ποδοσφαιριστή τιμωρείται με ελεύθερο άμεσο λάκτισμα. Παρεμπόδιση ή επικίνδυνο παίξιμο τιμωρείται με έμμεσο λάκτισμα της μπάλας.

Παίκτης ο οποίος αποβάλλεται από τον αγώνα (έχει δεχτεί δύο κίτρινες κάρτες ή κόκκινη κάρτα) δεν έχει δικαίωμα να συμμετάσχει ξανά στον ίδιο αγώνα. Η ομάδα του πρέπει να αγωνιστεί με παίκτη λιγότερο για 2 λεπτά εκτός αν η ομάδα του



δεχθεί γκολ πριν ολοκληρωθεί το διάστημα των 2 λεπτών ποινής τότε ισχύουν οι παρακάτω κανόνες:

- α) Αν αγωνίζονται 7 (επτά) παίκτες εναντίον 6 (έξι) και η ομάδα με τους 7(επτά) παίκτες σκοράρει, τότε η ομάδα με τους 6 (έξι) παίκτες μπορεί να βάλει στο παιχνίδι και έβδομο παίκτη.
- β) Αν και οι δυο ομάδες αγωνίζονται με 6 (έξι) παίκτες και κάποια από τις δυο επιτύχει γκολ (σκοράρει), τότε και οι δυο ομάδες μπορούν να χρησιμοποιήσουν και έβδομο παίκτη.
- γ) Αν μια ομάδα 7 (επτά) παικτών αγωνίζεται εναντίον ομάδας 6 (έξι) ή 5 (πέντε) παικτών και επιτύχει γκολ (σκοράρει), τότε η ομάδα με τον μικρότερο αριθμό παικτών μπορεί να αυξήσει κατά 1 (έναν) και μόνον παίκτη το δυναμικό της.
- δ) Αν και οι δυο ομάδες αγωνίζονται με 5 (πέντε) παίκτες καθεμία και επιτευχτεί γκολ, τότε και οι δυο ομάδες μπορούν να προσθέσουν έναν και μόνον παίκτη επιπλέον.
- ε) Αν η ομάδα που σκοράρει είναι αυτή που έχει τους λιγότερους παίκτες, ο αγώνας συνεχίζεται κανονικά χωρίς να αλλάξει ο αριθμός των παικτών που συμμετέχουν.

Υπεύθυνος για τη χρονομέτρηση των 2 λεπτών ποινής είναι ο υπεύθυνος Γραμματείας. Ο παίκτης που εισέρχεται στον αγωνιστικό χώρο ως αλλαγή έπειτα από τα 2 λεπτά ποινής, εισέρχεται μόνο με τη συγκατάθεση του διαιτητή και όταν η μπάλα είναι εκτός αγωνιστικού χώρου.

N. Εξαίρεση επανάληψης

- 1) Αν μια ομάδα κερδίσει ελεύθερο χτύπημα μέσα στην περιοχή που αμύνεται, τότε το παιχνίδι θα συνεχιστεί με πέταγμα από τον τερματοφύλακα της ομάδας.

Ξ. Ελεύθερο χτύπημα

- 1) Οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 5 μέτρα μακριά από την μπάλα σε όλα τα ελεύθερα χτυπήματα.
- 2) Όταν επιτιθέμενη ομάδα κερδίσει έμμεσο χτύπημα μέσα στη μεγάλη περιοχή του αντίπαλου σε ακτίνα 5 μέτρων από τη γραμμή τέρματος, τότε, ο διαιτητής τοποθετεί την μπάλα σε απόσταση 5 μέτρων από τη γραμμή τέρματος.

Ο. Πέναλτι

- 1) Εκτελείται από απόσταση 7 μέτρων από την εστία. Όλοι οι παίκτες εκτός αυτού που έχει οριστεί να το εκτελέσει και του τερματοφύλακα που υπερασπίζεται την εστία του, πρέπει να βρίσκονται εκτός περιοχής και πίσω από το ημικύκλιο της περιοχής. Ο τερματοφύλακας πρέπει να βρίσκεται στη γραμμή της εστίας μέχρι ο αντίπαλος να χτυπήσει την μπάλα.



Π. Λακτίσματα Επαναφοράς – Πλάγιο άουτ

- 1) Όταν ολοκληρωθεί η μπάλα περάσει την πλαϊνή γραμμή, έχουμε επαναφορά της από το σημείο που πέρασε τη γραμμή από παίκτη αντίπαλης ομάδας απ' αυτήν που την έβγαλε εκτός αγωνιστικού χώρου. Η μπάλα πρέπει να είναι σταθερή και ακίνητη πριν το λάκτισμα επαναφοράς. Θεωρούμε ότι η μπάλα είναι εντός παιχνιδιού, όταν διαγράψει πλήρη τροχιά. Ο παίκτης που επαναφέρει την μπάλα, δεν μπορεί να έρθει σε επαφή πάλι με την μπάλα πριν αυτή έρθει σε επαφή με άλλο παίκτη. Οι αντίπαλοι ποδοσφαιριστές πρέπει να βρίσκονται σε απόσταση 5 μέτρων από το σημείο επαναφοράς της μπάλας.
- 2) Δεν έχουμε επίτευξη τέρματος με απ' ευθείας λάκτισμα επαναφοράς.
- 3) Ο τερματοφύλακας δεν έχει δικαίωμα να πιάσει (με τα χέρια) την μπάλα έπειτα από λάκτισμα επαναφοράς.
- 4) Ο τερματοφύλακας δεν έχει δικαίωμα να πιάσει (με τα χέρια) την μπάλα έπειτα από πάσα συμπαίκτη του.

Ρ. Κυρώσεις παραβάσεων

- 1) Αν ο παίκτης που εκτελεί λάκτισμα επαναφοράς, έρθει σε επαφή και δεύτερη φορά με την μπάλα δίχως να υπάρξει επαφή από άλλο παίκτη, τότε έχουμε έμμεσο λάκτισμα για την αντίπαλη ομάδα στο σημείο που έγινε η παράβαση.

Σ. Κόρνερ

Χτύπημα κόρνερ κερδίζει η επιτιθέμενη ομάδα, όταν παίκτης της αμυνόμενης ομάδας διώξει εκούσια ή ακούσια την μπάλα πέρα από τη γραμμή του άουτ της δικής του περιοχής, δίπλα ή πάνω από τα δοκάρια του τέρματος.

- 1) Κατά την εκτέλεση του κόρνερ οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 5 μέτρα μακριά από την μπάλα.

Τ. Καιρικές Συνθήκες

Σε περίπτωση έντονης ζέστης κάποιο επίσημο μέλος της αγωνιστικής επιτροπής (π.χ. ο Υπεύθυνος των γηπέδων) μπορεί να ειδοποιήσει τον διαιτητή ώστε να γίνει προσωρινή διακοπή για προσφορά νερού στους παίκτες (διάρκειας όχι μεγαλύτερης των τριών [3] λεπτών) πάντα βέβαια σε κάποιο «νεκρό» χρόνο του αγώνα, περίπου στο μέσο κάθε περιόδου.

Υ. Παράταση / Διαδικασία Πέναλτι

- 1) Κατά τη διάρκεια της προκριματικής φάσης οι ισοπαλίες θεωρούνται τελικό αποτέλεσμα.
- 2) Στις τελικές φάσεις ενός τουρνουά, αν έχουμε ισοπαλία, η παράταση είναι δυο (2) περίοδοι των πέντε (5) λεπτών.
- 3) Αν ένας αγώνας εξακολουθεί να είναι ισόπαλος και μετά το τέλος της παράτασης, τότε οδηγούμαστε στη διαδικασία των πέναλτι.



- α) Πέντε (5) παίκτες επιλέγονται από κάθε ομάδα.
- β) Κάθε παίκτης εκτελεί πέναλτι για την ομάδα του και έπειτα εκτελεί παίκτης αντίπαλης ομάδας με αυτή τη σειρά.
- γ) Η ομάδα που έχει επιτύχει τον μεγαλύτερο αριθμό γκολ έπειτα από τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι, αναδεικνύεται νικήτρια.
- δ) Αν μετά τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι από τις δυο (2) ομάδες έχουμε τον ίδιο αριθμό τερμάτων ή δεν σημειωθήκαν καθόλου τέρματα, τότε η εκτέλεση των πέναλτι θα συνεχιστεί με την ίδια σειρά και για τους υπολοίπους παίκτες των ομάδων (συμπεριλαμβανομένων και των τερματοφυλάκων) μέχρι κάποια ομάδα να επιτύχει γκολ σε βάρος της άλλης συμπληρώνοντας ίδιο αριθμό προσπαθειών.

Φ. Συμπεριφορά προπονητή εντός τεχνικής περιοχής

- 1) Σε κάθε ομάδα πρέπει να παρέχεται οριοθετημένη τεχνική περιοχή.
- 2) Η τεχνική περιοχή ορίζεται από γραμμογραφημένο παραλληλόγραμμο μήκους 15 μ. (δεκαπέντε) το οποίο ορίζεται 5 μ. (πέντε) τουλάχιστον από την πλάγια γραμμή και εντός 10 μ. (δέκα) από την κεντρική γραμμή του γηπέδου.
- 3) Οι πάγκοι παρέχονται σε κάθε ομάδα στις οριοθετημένες περιοχές.
- 4) Οι αναπληρωματικοί παίκτες και οι προπονητές πρέπει να βρίσκονται συνεχώς εντός της τεχνικής περιοχής. Μόνο ένας προπονητής μπορεί να στέκεται όρθιος. Αποτυχία εφαρμογής μπορεί να επιφέρει αποβολή του προπονητή από τον αγωνιστικό χώρο.
- 5) Οι προπονητές πρέπει να αρκούνται σε απλές προφορικές οδηγίες και λεκτικές παραινέσεις.

Λεκτικές υβριστικές συμπεριφορές του προπονητή σε παίκτες ή επισήμους καθώς και υπέρμετρη χρήση οδηγιών από την περιοχή πάγκου θα θεωρηθεί αντιαθλητική συμπεριφορά και μπορεί να επιφέρει μια προειδοποίηση από τον διαιτητή. Αν αυτή η συμπεριφορά συνεχιστεί, ο διαιτητής μπορεί να αποβάλει τον προπονητή από το γήπεδο.

11x11

A. Αγωνιστικός χώρος

- 1) Ο αγωνιστικός χώρος του 11x11 είναι ένα ορθογώνιο παραλληλόγραμμο.
- 2) Οι διαστάσεις είναι (μέγιστο) 120 μ. μήκος x 90 μ. πλάτος και (ελάχιστο) 90μ. μήκος x 45 μ. πλάτος.
- 3) Η εστία τέρματος έχει διαστάσεις 7,32 μ. μήκος και 2,44 μ. ύψος (7,32 μ. x 2,44 μ.).
- 4) Συνιστάται η επιφάνεια του αγωνιστικού χώρου να είναι γρασίδι.

B. Η Μπάλα

- 1) Αθλητές ηλικίας 8 – 12 ετών αγωνίζονται με μέγεθος μπάλας Νο 4, όχι μεγαλύτερη από 66 εκ. (26 ίντσες) και όχι μικρότερη από 63,5 εκ. (25 ίντσες).



Επίσημοι Κανονισμοί Ποδοσφαίρου SPECIAL OLYMPICS 2011

- 2) Όλες οι άλλες ηλικίες αγωνίζονται με μπάλα Νο 5, όχι μεγαλύτερη από 70 εκ. (28 ίντσες) και όχι μικρότερη από 68 εκ. (27 ίντσες).

Γ. Αριθμός παικτών

- 1) Ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετοχής αθλητών καθορίζεται από την Οργανωτική Επιτροπή. Στους Παγκόσμιους Αγώνες Special Olympics, ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετεχόντων δεν μπορεί να ξεπερνά τους δεκαέξι (16).
- 2) Το παιχνίδι παίζεται μεταξύ δυο ομάδων, καθεμία από τις οποίες πρέπει να αποτελείται από 11 παίκτες, ένας εκ των οποίων πρέπει να είναι ο τερματοφύλακας. Ο ελάχιστος αριθμός 7 παικτών στον αγωνιστικό χώρο είναι απαραίτητος κάθε στιγμή.
- 3) Αλλαγές παικτών: Οι ομάδες μπορούν να χρησιμοποιήσουν όλους τους αναπληρωματικούς παίκτες που αναφέρονται στο ρόστερ της ομάδας. Όταν κάποιος παίκτης αντικατασταθεί, δεν μπορεί να επιστρέψει στον αγώνα. Εξάιρεση σε αυτόν τον κανόνα μπορεί να υπάρξει με απόφαση της Οργανωτικής Επιτροπής (π.χ. σε χαμηλά επίπεδα κατηγοριοποίησης), όταν θεωρηθεί ότι το επίπεδο ποιότητας ενός αγώνα θα επηρεαστεί δυσμενώς. Σε αυτές τις περιπτώσεις απεριόριστος αριθμός αλλαγών μπορεί να επιτραπεί και παίκτες που είχαν αντικατασταθεί μπορούν να επιστρέψουν στον αγωνιστικό χώρο. Η απόφαση ποιος κανονισμός χρησιμοποιείται, πρέπει να κοινοποιηθεί στις συμμετέχουσες ομάδες πριν την έναρξη ενός τουρνουά.

Δ. Εξοπλισμός ποδοσφαιριστών

- 1) Οι φανέλες των παικτών πρέπει να αναγράφουν νούμερα.
- 2) Επιβάλλεται η χρήση επικαλαμίδων.
- 3) Δεν επιτρέπεται η χρήση μεταλλικών καρφιών (τάπες) στα παπούτσια.

Ε. Ο Διαιτητής

- 1) Κάθε αγώνας ελέγχεται από έναν διαιτητή ο οποίος έχει την απόλυτη εξουσία στην εφαρμογή των κανονισμών για τον αγώνα για τον οποίον έχει επιλεγεί.

ΣΤ. Βοηθοί Διαιτητές

- 1) 2 (δύο) Βοηθοί Διαιτητών επιλέγονται για κάθε αγώνα.

Ζ. Διάρκεια αγώνα

- 1) Η αγωνιστική επιτροπή μπορεί να καθορίσει τη χρονική διάρκεια ενός αγώνα (από τη δεδομένη διάρκεια των δύο χρονικών περιόδων διάρκειας 45 λεπτών καθεμία) σε συνάρτηση με το επίπεδο δυναμικότητας και το γενικότερο επίπεδο φυσικής κατάστασης των ομάδων.
- 2) Η ελάχιστη δυνατή διάρκεια ενός αγώνα είναι 2 ίσες χρονικοί περίοδοι των 20 λεπτών.



Η. Έναρξη παιχνιδιού

- 1) Ο αγώνας ξεκινά όταν εκτελεστεί λάκτισμα στο κέντρο του γηπέδου και η μπάλα πρέπει να κινηθεί προς τα εμπρός πριν την αγγίξει άλλος παίκτης.

Θ. Μπάλα εντός και εκτός παιχνιδιού

- 1) Όταν η μπάλα περάσει την πλάγια γραμμή, έχουμε επαναφορά με τα χέρια.
- 2) Όταν η μπάλα περάσει την τελική γραμμή του γηπέδου, έχουμε το από τέρματος λάκτισμα (άουτ) ή χτύπημα κόρνερ.
- 3) Η μπάλα πρέπει να περάσει ολόκληρη έξω από τη γραμμή για να θεωρηθεί εκτός παιχνιδιού.

Ι. Μέθοδος Σκοραρίσματος

- 1) Για να μετρήσει ένα γκολ, πρέπει ολόκληρη η μπάλα να έχει περάσει τη γραμμή του τέρματος

Κ. Παραβάσεις και ανάρμοστη συμπεριφορά

Τρικλοποδιά, σπρώξιμο, παίξιμο της μπάλας με το χέρι ή πρόθεση χτυπήματος ποδοσφαιριστή τιμωρείται με ελεύθερο άμεσο λάκτισμα. Παρεμπόδιση ή επικίνδυνο παίξιμο τιμωρείται με έμμεσο λάκτισμα της μπάλας.

- 1) Παίκτης ο οποίος αποβάλλεται από τον αγώνα (έχει δεχτεί 2 κίτρινες κάρτες ή κόκκινη κάρτα) δεν έχει δικαίωμα να ξανασυμμετάσχει στο ίδιο αγώνα. Η ομάδα του πρέπει να αγωνιστεί με παίκτη λιγότερο για την υπόλοιπη χρονική διάρκεια του αγώνα.

Λ. Ελεύθερο χτύπημα

- 1) Οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 9,15 μ. (10 yards) μακριά από την μπάλα σε όλα τα ελεύθερα χτυπήματα.

Μ. Πέναλτι

Εκτελείται από το σημείο του πέναλτι (11 μ.). Όλοι οι παίκτες εκτός αυτού που έχει οριστεί να το εκτελέσει και του τερματοφύλακα που υπερασπίζεται την εστία του, πρέπει να βρίσκονται εκτός της περιοχής και πίσω από το ημικύκλιο της περιοχής. Ο τερματοφύλακας πρέπει να βρίσκεται στη γραμμή της εστίας μέχρι ο αντίπαλος να χτυπήσει την μπάλα.

Ν. Επαναφορά μπάλας – Πλάγιο άουτ

- 1) Όταν ολόκληρη η μπάλα περάσει την πλαϊνή γραμμή έχουμε επαναφορά της από το σημείο που πέρασε τη γραμμή από παίκτη αντίπαλης ομάδας απ' αυτήν που την έβγαλε εκτός αγωνιστικού χώρου. Ο παίκτης που επαναφέρει την μπάλα δεν μπορεί να έρθει σε επαφή πάλι με την μπάλα πριν αυτή έρθει σε επαφή με άλλο παίκτη. Οι αντίπαλοι ποδοσφαιριστές πρέπει να βρίσκονται σε απόσταση 5 μέτρων από το σημείο επαναφοράς της μπάλας.



- 2) Δεν έχουμε επίτευξη τέρματος με απ' ευθείας επαναφορά μπάλας (πλάγιο άουτ).

Ξ. Κόρνερ

Χτύπημα κόρνερ κερδίζει η επιτιθέμενη ομάδα, όταν παίκτης της αμυνόμενης ομάδας διώξει εκούσια ή ακούσια την μπάλα πέρα από τη γραμμή του άουτ της δικής του περιοχής, δίπλα ή πάνω από τα δοκάρια του τέρματος.

- 1) Κατά την εκτέλεση του κόρνερ οι αντίπαλοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 5 μ. μακριά από την μπάλα.

Ο. Καιρικές Συνθήκες

Σε περίπτωση έντονης ζέστης κάποιο επίσημο μέλος της αγωνιστικής επιτροπής (π.χ. ο Υπεύθυνος των γηπέδων) μπορεί να ειδοποιήσει τον διαιτητή ώστε να γίνει μια προσωρινή διακοπή για προσφορά νερού στους παίκτες (διάρκειας όχι μεγαλύτερης των τριών [3] λεπτών) πάντα βέβαια σε κάποιο «νεκρό» χρόνο του αγώνα, περίπου στο μέσο μιας αγωνιστικής περιόδου

Π. Παράταση / Διαδικασία Πέναλτι

- 1) Κατά τη διάρκεια της προκριματικής φάσης οι ισοπαλίες θεωρούνται τελικό αποτέλεσμα.
- 2) Στις τελικές φάσεις ενός τουρνουά, αν έχουμε ισοπαλία, η παράταση είναι δυο (2) περίοδοι των επτάμισι (7,5) λεπτών.
- 3) Αν ένας αγώνας εξακολουθεί να είναι ισόπαλος και μετά το τέλος της παράτασης, τότε οδηγούμαστε στη διαδικασία των πέναλτι.
- 4) Πέντε (5) παίκτες επιλέγονται από κάθε ομάδα.
- 5) Κάθε παίκτης εκτελεί πέναλτι για την ομάδα του και έπειτα εκτελεί παίκτης της αντίπαλης ομάδας. Οι ομάδες εναλλάσσονται μετά από κάθε πέναλτι.
- 6) Η ομάδα που έχει επιτύχει τον μεγαλύτερο αριθμό γκολ έπειτα από τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι. αναδεικνύεται νικήτρια.
- 7) Αν μετά τις εκτελέσεις των πέντε (5) πέναλτι από τις δυο ομάδες έχουμε τον ίδιο αριθμό τερμάτων ή δεν σημειωθήκαν καθόλου τέρματα, τότε η εκτέλεση των πέναλτι θα συνεχιστεί με την ίδια σειρά και για τους υπολοίπους παίκτες των ομάδων (συμπεριλαμβανομένων και των τερματοφυλάκων) μέχρι κάποια ομάδα να επιτύχει γκολ σε βάρος της άλλης συμπληρώνοντας ίδιο αριθμό προσπαθειών.

Ρ. Συμπεριφορά προπονητή εντός τεχνικής περιοχής

- 1) Σε κάθε ομάδα πρέπει να παρέχεται οριοθετημένη τεχνική περιοχή.
- 2) Η τεχνική περιοχή ορίζεται από γραμμογραφημένο παραλληλόγραμμο μήκους 15 μ. (δεκαπέντε), το οποίο ορίζεται 5 μ. (πέντε) τουλάχιστον από την πλάγια γραμμή και εντός 10 μ. (δέκα) από την κεντρική γραμμή του γηπέδου.



Επίσημοι Κανονισμοί Ποδοσφαίρου SPECIAL OLYMPICS 2011

- 3) Οι πάγκοι παρέχονται σε κάθε ομάδα στις οριοθετημένες περιοχές (τεχνική περιοχή).
- 4) Οι αναπληρωματικοί παίκτες και οι προπονητές πρέπει να βρίσκονται συνεχώς εντός της τεχνικής περιοχής. Μόνο ένας προπονητής μπορεί να στέκεται όρθιος. Αποτυχία εφαρμογής μπορεί να επιφέρει αποβολή του προπονητή από τον αγωνιστικό χώρο.
- 5) Οι προπονητές πρέπει να αρκούνται σε απλές προφορικές οδηγίες και λεκτικές παραινήσεις.

Λεκτικές υβριστικές συμπεριφορές του προπονητή σε παίκτες ή επισήμους, καθώς και υπέρμετρη χρήση οδηγιών από την περιοχή πάγκου θα θεωρηθεί ανταθλητική συμπεριφορά και μπορεί να επιφέρει μια προειδοποίηση από τον διαιτητή. Αν αυτή η συμπεριφορά συνεχιστεί, ο διαιτητής μπορεί να αποβάλει τον προπονητή από το γήπεδο.

Ποδόσφαιρο Σάλας (Futsal)

Προς το παρόν, οι αγώνες Special Olympics δεν έχουν στο πρόγραμμα των Παγκοσμίων Αγώνων αγώνες ποδοσφαίρου σάλας (futsal). Εντούτοις, τα Special Olympics ενθαρρύνουν αυτό το αγώνισμα σε χώρες όπου αυτό είναι διαδεδομένο. Οι κανονισμοί των Special Olympics γι' αυτό το αγώνισμα ακολουθούν τους κανονισμούς του ποδοσφαίρου σάλας (futsal) που εκδίδει η FIFA.

Αγώνες Κοινωνικής ένταξης (Unified) (5x5, 7x7, 11x11)

- 1) Τα ρόστερ πρέπει να περιέχουν έναν αναλογικό αριθμό αθλητών και αθλητών συνοδών.
- 2) Κατά τη διάρκεια ενός αγώνα μια ομάδα δεν πρέπει να ξεπερνά τους:
 - 6 αθλητές και 5 αθλητές συνοδούς (partners) για το 11x11
 - 4 αθλητές και 3 αθλητές συνοδούς (partners) για το 7x7
 - 3 αθλητές και 2 αθλητές συνοδούς (partners) για το 5x5

Σε περίπτωση που δεν μπορεί να εφαρμοστεί η παραπάνω αναλογία, αυτό επιφέρει στέρση δικαιώματος αγώνα.

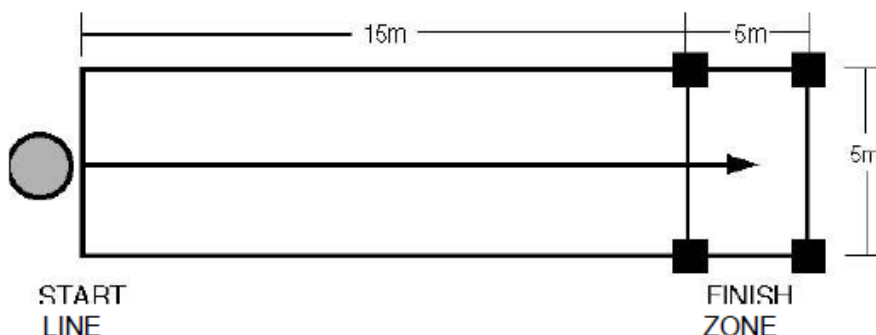
- 3) Κάθε ομάδα πρέπει να έχει έναν ενήλικο προπονητή (που δεν αγωνίζεται στο ρόστερ της ομάδας), υπεύθυνο για την κατάρτιση της λίστας συμμετοχής αγώνα, καθώς και για την καθοδήγηση της ομάδας κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων

Ο Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων (ISC) περιλαμβάνει τρεις (3) δοκιμασίες: Ντρίπλα (έλεγχος μπάλας), δοκιμασία σουτ και τρέξιμο & πάσα της μπάλας. Οι διαγωνιζόμενοι πρέπει πρώτα να ολοκληρώσουν έναν γύρο κατηγοριοποίησης όπου καθένας πρέπει να παρουσιάσει καθεμία δοκιμασία. Ο συνολικός βαθμός που θα επιτύχουν και στις τρεις δοκιμασίες χρησιμοποιείται για να κατατάξει τους παίκτες σε κατηγορίες ομοίων ικανοτήτων-δεξιοτήτων.



1. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων – Δοκιμασία 1^η Ντρίπλα



A. Εξοπλισμός

Μπάλες Νο 4 ή 5, αυτοκόλλητη ταινία ή κιμωλία για γραμμογράφηση, 4 μεγάλοι κώνοι για να οριοθετηθεί η περιοχή τερματισμού της δοκιμασίας.

B. Περιγραφή

Ο παίκτης ξεκινά να ντριμπλάρει (έλεγχος της μπάλας) από τη γραμμή έναρξης ως την περιοχή τερματισμού μένοντας πάντα μέσα στην οριοθετημένη περιοχή. Η περιοχή τερματισμού πρέπει να οριοθετηθεί και με κιμωλία και με κώνους. Η χρονική δοκιμασία σταματά όταν ο παίκτης με την μπάλα στην κατοχή του σταματήσει εντός της περιοχής τερματισμού. Αν ο παίκτης υπερβεί την περιοχή τερματισμού, τότε πρέπει να εκτελέσει ξανά την προσπάθεια από την αρχή.

Γ. Βαθμολόγηση

Ο συνολικός χρόνος (σε δευτερόλεπτα) στη διάρκεια του οποίου θα εκτελεστεί η προσπάθεια, μετατρέπεται σε πόντους (Pts) με τη χρήση του πίνακα που παρατίθεται παρακάτω. Κάθε φορά που η μπάλα περνά εκτός της οριοθετημένης περιοχής όπου εκτελείται η προσπάθεια ή κάθε φορά που ο παίκτης ακουμπά την μπάλα με τα χέρια, αφαιρούνται 5 (πέντε) βαθμοί (σημείωση: αν η μπάλα περάσει την οριοθετημένη περιοχή, ο διαιτητής πρέπει αμέσως να τοποθετήσει άλλη μπάλα στο κέντρο της απέναντι γραμμής από αυτήν όπου «χάθηκε» η μπάλα).

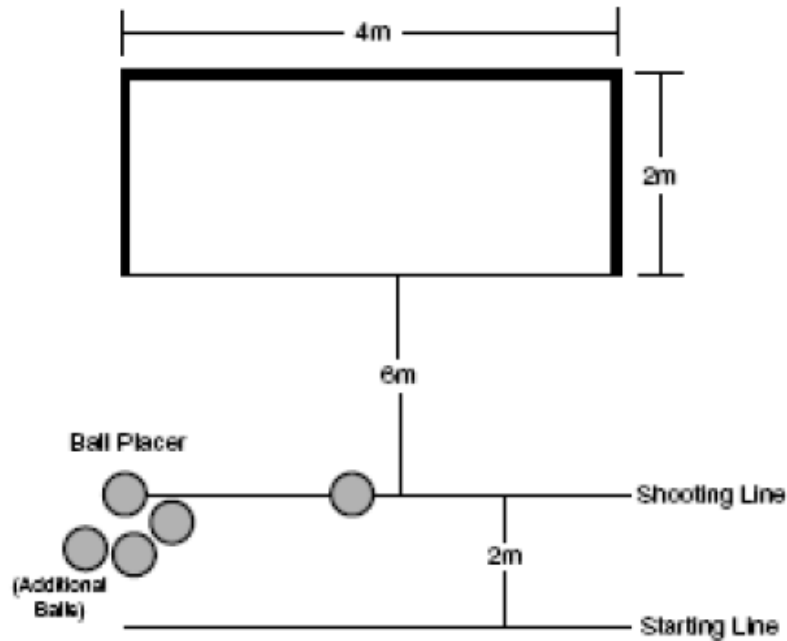
Δ. Πίνακας Μετατροπής Δευτερολέπτων σε Πόντους

ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ ΝΤΡΙΜΠΛΑΣ (σε δευτερόλεπτα)	ΠΟΝΤΟΙ
5 – 10	60
11 – 15	55
16 – 20	50
21 – 25	45
26 – 30	40
31 – 35	35
36 – 40	30



41 – 45	25
46 – 50	20
51 – 55	15
55 και άνω	10

2. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων – Δοκιμασία 2^η Προσπάθεια Σουτ



A. Εξοπλισμός

Μπάλες Νο 4 ή 5, αυτοκόλλητη ταινία ή κιμωλία για γραμμογράφηση, εστία τέρματος που χρησιμοποιείται στο 5-a-side διαστάσεων 4 μ. μήκος – 2 μ. ύψος (4x2) με δίχτυα

B. Περιγραφή

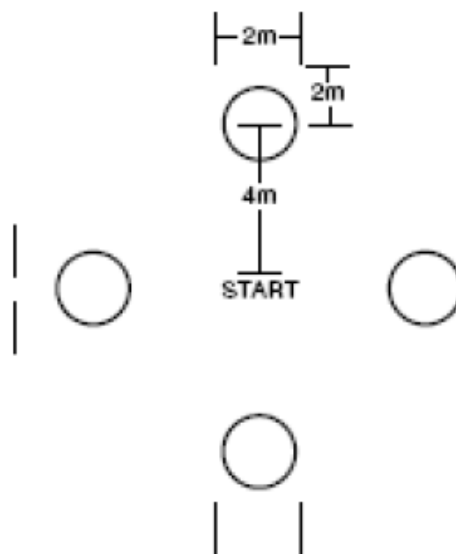
Οι παίκτες ξεκινούν από τη γραμμή εκκίνησης και, περπατώντας ή τρέχοντας προς την εστία, επιχειρούν προσπάθεια σουτ από απόσταση 6 μ. (έξι). Οι παίκτες έχουν δικαίωμα για μία και μόνο προσπάθεια κάθε φορά. Ο αθλητής επιστρέφει στη γραμμή εκκίνησης. Πρέπει να τοποθετηθεί επόμενη μπάλα στη γραμμή εκκίνησης (από κάποιον που του έχει ανατεθεί), ώστε να ξεκινήσει η επόμενη προσπάθεια και ο αθλητής επιχειρεί ξανά. Συνολικά πρέπει να εκτελεστούν 5 (πέντε) προσπάθειες. Όταν ο παίκτης ολοκληρώσει και την τελευταία του προσπάθεια (5^η) σταματάμε τον χρόνο που δεν πρέπει να ξεπεράσει τα 2 (δύο) λεπτά.



Γ. Βαθμολόγηση

Κάθε επιτυχημένη προσπάθεια (επίτευξη τέρματος – γκολ) βαθμολογείται με δέκα (10) πόντους.

3. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων – Δοκιμασία 3^η Τρέξιμο και πάσα της μπάλας



A. Εξοπλισμός

4 (τέσσερις) Μπάλες Νο 4 ή 5. Οριοθετούμε ένα κεντρικό σημείο εκκίνησης (start) τοποθετούμε «στόχους» πλάτους 2 μ. (δύο) (π.χ. κώνους ή σημαίες), οι οποίοι στήνονται δυο (2) μέτρα μακριά από κάθε μπάλα που έχουμε τοποθετήσει (βλ. σχήμα).

B. Περιγραφή

Οι παίκτες ξεκινούν την προσπάθεια τους από το σημείο εκκίνησης. Μπορούν να τρέξουν σε όποια μπάλα θέλουν και να πασάρουν μέσα στον «στόχο» που βρίσκεται δίπλα. Μια και μόνο προσπάθεια πάσας επιτρέπεται κάθε φορά. Ο παίκτης στη συνέχεια τρέχει προς άλλη μπάλα και επιχειρεί ξανά την ίδια προσπάθεια. Μόλις ο παίκτης ολοκληρώσει την τελευταία του προσπάθεια, σταματάμε την χρονομέτρηση.

Γ. Βαθμολόγηση

Ο συνολικός χρόνος (σε δευτερόλεπτα) από την έναρξη της προσπάθειας ως και την τελευταία προσπάθεια επίτευξης της «πάσας» καταγράφεται και μετατρέπεται σε πόντους (Pts) με τη χρήση του πίνακα που παρατίθεται παρακάτω. Μια επιβράβευση 5 (πέντε) πόντων προστίθεται για κάθε επιτυχημένη προσπάθεια, όταν η μπάλα περνάει μέσα από τους «στόχους».

**Δ. Πίνακας Μετατροπής Δευτερολέπτων σε Πόντους**

ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ ΤΡΕΞΙΜΟ και ΠΑΣΑ (σε δευτερόλεπτα)	ΠΟΝΤΟΙ
11 – 15	50
16 – 20	45
21 – 25	40
26 – 30	35
31 – 35	30
36 – 40	25
41 – 45	20
46 – 50	15
51 – 55	10
55 και άνω	5

ΕΝΟΤΗΤΑ Δ**Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων**

Τα παρακάτω τεστ (δοκιμασίες) μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να ορίσουν το ατομικό επίπεδο ενός παίκτη καθώς και το ομαδικό επίπεδο μιας ομάδας για αρχική κατηγοριοποίηση. Δεν πρέπει να συγχέονται με τον Διαγωνισμό Ατομικών Δεξιοτήτων (ICS).

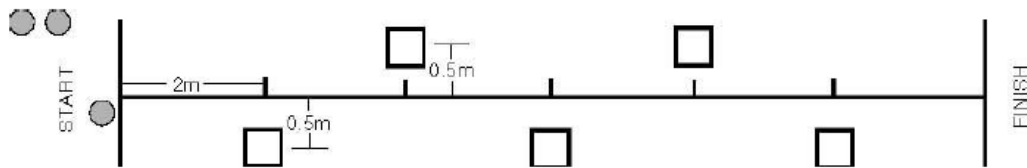
1. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων**Δοκιμασία 1^η: Ντρίμπλα****A. Πρωτόκολλο**

Διάδρομος μήκους 12 μ. (δώδεκα): 5 (πέντε) κώνοι με ελάχιστο ύψος 45 εκ. (σαράντα πέντε) τοποθετημένοι στη σειρά σε απόσταση 2 μ. (δύο) καθένας και σε απόσταση 0,5 μ. (μισού) από την κεντρική γραμμή. Στη γραμμή εκκίνησης τοποθετούμε 3 (τρεις) έως και 5 (πέντε) μπάλες.

B. Δοκιμασία

Χρόνος: Ένα (1) λεπτό

Ο παίκτης επιχειρεί να ντρίμπλαρει ανάμεσα στους κώνους (σλάλομ) όσο το δυνατόν συντομότερα περνώντας όλους τους κώνους.



Οι παίκτες πρέπει να αφήσουν την μπάλα στη γραμμή τερματισμού της προσπάθειας (πρέπει να σταματήσει και να μείνει ακίνητη), να γυρίσουν αμέσως με μέτωπο προς τη γραμμή εκκίνησης και να τρέξουν γρήγορα πίσω.

Αν υπάρχει διαθέσιμος χρόνος, οι παίκτες μπορούν να επιχειρήσουν και επόμενη προσπάθεια.

Οι παίκτες συνεχίζουν να επιχειρούν μέχρι τη συμπλήρωση του ενός λεπτού.

Με τη λήξη του χρονικού ορίου (1 λεπτό) πρέπει να ακουστεί σφύριγμα (σινιάλο) που να δηλώνει το τέλος της δοκιμασίας.

Γ. Βαθμολόγηση

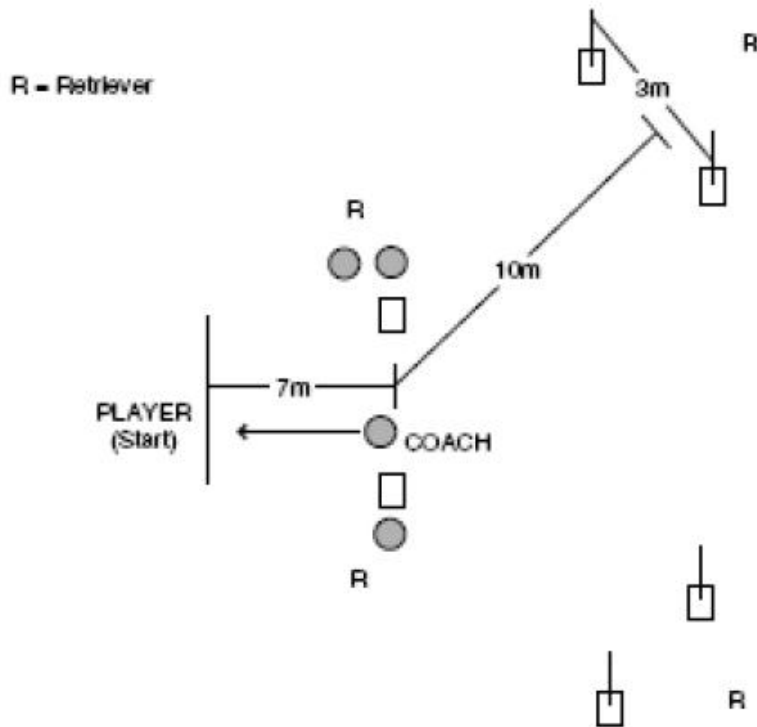
Οι παίκτες βαθμολογούνται με 5 (πέντε) πόντους για κάθε επιτυχές πέρασμα κώνου (πάντα από την εξωτερική πλευρά που ορίζει η γραμμή κέντρου και ο κώνος). Π.χ. είκοσι πέντε (25) πόντοι για κάθε επιτυχημένο πέρασμα.

Οι κώνοι που πέφτουν στο έδαφος, δεν βαθμολογούνται.



2. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων

Δοκιμασία 2^η: Έλεγχος (οδήγημα) της μπάλας και πάσα



A. Πρωτόκολλο

2 (δύο) κώνοι για να «ορίσουν» έναν διάδρομο πάσας με πλάτος 5 μ. (πέντε) και μήκους 7 μ. (επτά) από τη γραμμή εκκίνησης.

2 (δύο) σημεία στόχοι από όπου θα επιχειρούνται πάσες (κώνος και σημαία ύψους ενός μέτρου αν είναι δυνατόν), όπως δείχνει το παραπάνω σχήμα.

4 (τέσσερις) έως 8 (οκτώ) μπάλες (σε περίπτωση που δεν υπάρχουν αρκετές μπάλες χρησιμοποιούμε 4 [τέσσερις] μπάλες και προτείνουμε να βρείτε ένα αποδοτικό και γρήγορο τρόπο ώστε να επιστρέφουν οι μπάλες στον προπονητή).

B. Δοκιμασία

Χρόνος: Ένα (1) λεπτό

Ο προπονητής σπρώχνει ελαφρά την μπάλα με μέτριο ρυθμό προς τον παίκτη που αναμένει να ξεκινήσει την προσπάθεια.

Ο παίκτης μπορεί να περιμένει στη σειρά ή να κινηθεί προς το μέρος της μπάλας, όταν αυτή έχει φύγει από τα χέρια του προπονητή.

Ο παίκτης ελέγχει την μπάλα και ντριμπλάρει ανάμεσα στον διάδρομο πάσας.



Ο προπονητής μπορεί τυχαία να ενημερώνει και να δείχνει πότε πρέπει να κινηθεί ο παίκτης αριστερά-δεξιά στην ορισμένη περιοχή δοκιμασίας.

Οι παίκτες πρέπει να ντριμπλάρουν τους κώνους όσο κοντά επιθυμούν πριν πασάρουν την μπάλα στους στόχους.

Ο προπονητής πρέπει να σπρώχνει την επόμενη μπάλα, όταν ο παίκτης επιστρέφει στη γραμμή εκκίνησης.

Με το πέρας 1 (ενός) λεπτού ένα σφύριγμα (σινιάλο) πρέπει να ακουστεί που να σηματοδοτεί τη λήξη της δοκιμασίας.

Γ. Βαθμολόγηση

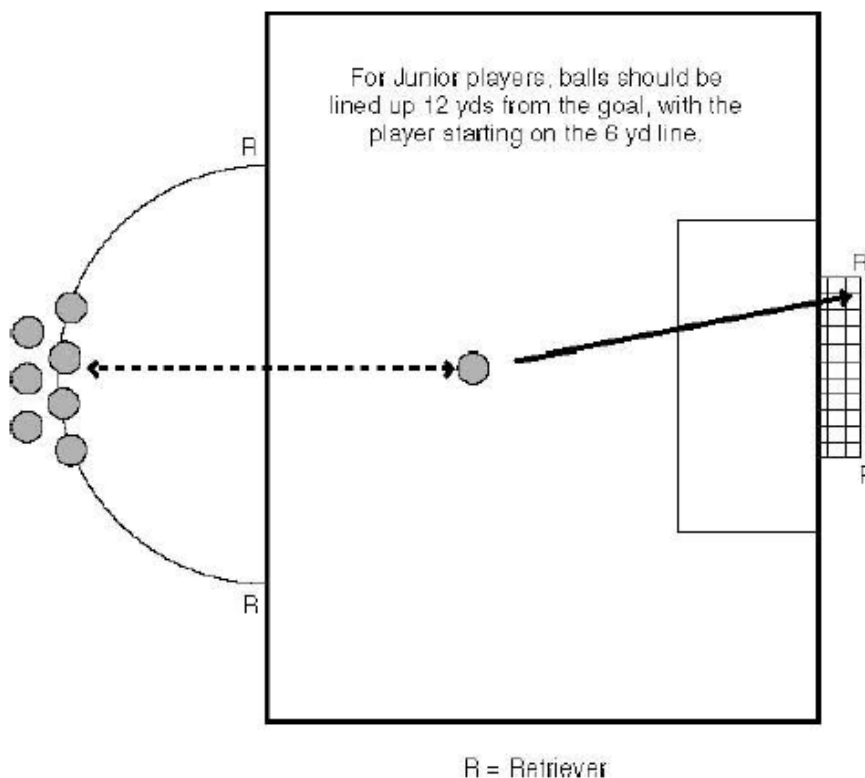
Οι παίκτες συγκεντρώνουν 10 (δέκα) πόντους για κάθε επιτυχημένη πάσα που περνά μέσα από τον στόχο.

Όταν η μπάλα χτυπήσει τον κώνο και περάσει μέσα στον στόχο, η προσπάθεια είναι έγκυρη.

3. Τεστ Αξιολόγησης Ομαδικών Δεξιοτήτων

Δοκιμασία 3^η: Προσπάθεια Σουτ

Για τους παίκτες ηλικίας 8 – 12 ετών οι μπάλες μπορούν να τοποθετηθούν 11 μ. (12 γιάρδες) από τη γραμμή τέρματος και οι παίκτες να ξεκινούν την προσπάθεια τους από τα 5,5 μ. (6 γιάρδες).





A. Πρωτόκολλο

Από το σημείο του πέναλτι, με εστίες κανονικών διαστάσεων και με δίχτυα (για κάθε αγώνισμα) σε κανονικό γήπεδο.

4 (τέσσερις) έως 8 (οκτώ) μπάλες στην κορυφή του ημικυκλίου της μεγάλης περιοχής (σε περίπτωση που δεν υπάρχουν αρκετές μπάλες χρησιμοποιούμε 4 [τέσσερις] – 5 [πέντε] μπάλες και προτείνουμε να βρείτε ένα αποδοτικό και γρήγορο τρόπο ώστε να επιστρέφουν οι μπάλες στον προπονητή).

B. Δοκιμασία

Οι παίκτες ξεκινούν να τρέχουν από το σημείο του πέναλτι με μέτωπο προς τις μπάλες. Όταν φτάσουν την πρώτη μπάλα, την ελέγχουν και την οδηγούν προς το σημείο του πέναλτι. Στη συνέχεια επιχειρούν ντρίμπλα στο σημείο και στη συνέχεια επιχειρούν σουτ προς την εστία. Σκοπός είναι η επίτευξη τέρματος.

Οι παίκτες μπορούν να επιχειρήσουν προσπάθεια για σουτ από οποιοδήποτε σημείο εντός μεγάλης περιοχής.

Μετά την προσπάθεια για σουτ ο παίκτης πρέπει να επαναλάβει τη διαδικασία από την αρχή.

Με το πέρας 1 (ενός) λεπτού ένα σφύριγμα (σινιάλο) πρέπει να ακουστεί που να σηματοδοτεί την λήξη της δοκιμασίας.

Γ. Βαθμολόγηση

Οι παίκτες βαθμολογούνται με 10 (δέκα) πόντους για κάθε σουτ του οποίου η μπάλα «ταξιδεύει στον αέρα» από το πόδι του παίκτη και καταλήγει μέσα στην εστία και με 5 (πέντε) πόντους για κάθε σουτ του οποίου η μπάλα «ακουμπά στο έδαφος» πριν καταλήξει στην εστία.