



Lliga BBVA
HOCKEY
PLS

REGLAMENT DE HOCKEY PLUS

Regles i notes orientatives per aplicar als
partits de jugadors amb discapacitat
intel·lectual

Basat en el Reglament [PARA HOCKEY \(LD\)](#) www.eurohockey.org

Per a una explicació de la terminologia o qualsevol altra qüestió no prevista en aquest reglament, consulteu el [reglament d'Hockey herba](#) (www.fchockey.cat/wp-content/uploads/Reglamento-hockey-hierba-2014.pdf)



REGLA 1 – EQUIPS

- a) El joc es juga entre 2 equips. Cada equip tindrà un màxim de 10 jugadors.
- b) Cada equip pot jugar amb un màxim de 7 jugadors en el terreny de joc, consistent en 6 jugadors de camp i un porter.
- c) Els jugadors restants podran ser substituïts
- d) Cada equip ha de jugar amb un porter al camp durant tot el partit

REGLA 2 – SUBSTITUCIONS

- a) Les substitucions s'han de fer per la línia central del camp i es permeten en qualsevol moment.
- b) El temps no s'atura per a substitucions excepte per la substitució d'un porter lesionat o expulsat.

REGLA 3 - DURADA DEL JOC

- a) 2 meitats de 25 minuts cadascuna, amb un interval de temps mitjà de no més de 5 minuts.
- b) Després de la mitja part els equips canvien de costat.

REGLA 4 – CAPITANS

- a) Els capitans escullen camp o la possessió de la pilota en l'inici del joc.
- b) Cada capità és responsable de la conducta de tots els jugadors del seu equip, incloent els substituïts.

REGLA 5 - EL CAMP DE JOC (la meitat d'un camp d'Hockey normal)

Longitud - 55metres

Amplitud - 43 metres

Àrea - 11 metres de la línia de cada línia de gol.

Punt de stroke - 6 metres de la línia de gol.

Centre del Camp - Marca que indica on s'inicia el joc, es reinicia després dels gols i des d'on surten pels shoot-outs.



REGLA 6 - PORTERIA

- a) Amplada de 3,6 metres. Ha de ser col·locat a la vora exterior de la línia de fons en línia amb el centre del camp.
- b) Les porteries utilitzades són les mateixes que per un partit d'11 jugadors .

REGLA 7 - LA BOLA

- a) S'utilitza la mateixa bola que per un partit d'11 jugadors.

REGLA 8 – L'STICK

- a) L'stick serà l'estàndard per jugar a Hockey herba.
- b) Ha de disposar d'un costat de la cara plana i una cara arrodonida.
- c) La pilota pot ser jugada amb la cara plana i les vores del pal.

REGLA 9 – PROTECCIÓ DELS JUGADORS I ROBA

- a) És molt recomanable que tots els jugadors de camp portin espinilleres i protector bucal durant tot el partit.
- b) Cap jugador ha de portar objectes que puguin ser perillosos per a ell mateix o per altres. Això inclou gorres amb ala rígida i joies.
- c) L'ús de calçat adequat per al tipus de superfície que està sent utilitzat evita lesions.

REGLA 10 - EQUIP DE PORTER





Per assegurar seguretat els porters han de dur l'equip de porter complet que inclou:

- a) El casc pel cap (amb protector de coll recomanat)
- b) Protecció del cos
- c) Guants protectors per a les mans
- d) Guardes per les cames
- e) Protecció dels peus
- f) Protector de la pelvis

REGLA 11 - INICI I REINICI DESPRÉS DE LA MITJA PART

- El joc s'inicia amb un xut, push, flick o scoop des del punt central. Els àrbitres xiulen per iniciar el joc al començament de cada meitat i després de marcar gol.
- Cada equip s'ha de col·locar a la seva pròpia meitat del terreny de joc i l'equip contrari ha d'estar a un mínim de 4 metres de la bola fins que s'iniciï la primera passada.
- La bola es pot jugar cap enrere, cap als costats o cap endavant.
- El jugador que comença pot fer-se un auto-passi, és a dir, el jugador que efectua el servei inicial continua jugant la bola.

REGLA 12 - MARCAR UN GOL

Es marca un gol quan la bola es juga dins de l'àrea per un atacant i no ha sortit fora de l'àrea abans de travessar completament la línia de gol i per sota del travesser. La bola pot ser jugada per un jugador o que toqui el seu cos abans o després d'haver jugat dins l'àrea per un atacant.

REGLA 13 - BOLA FORA DEL CAMP DE JOC

Fora per línia de banda:

- Quan la bola passa completament de la línia de banda, s'ha de posar en joc usant un xut, push, flick i scoop o auto-passe per un jugador de l'equip contrari al que ha tocat la bola abans que sortís fora de joc. Això es diu treure de banda lateral.
- Fins que es treu la falta tots els jugadors ha d'estar a 4 metres de la bola.



Fora de línia de fondo:

- Si en una jugada del defensor o el porter la bola surt de manera no intencionada per la línia de fons, el joc comença amb un corner de l'equip atacant. La bola pot ser de xut, push, flick i scoop o auto-passe.
- El corner es treu a 15 metres de la línia de fons, en línia des de la bola que ha sortit de fons.
- Cap jugador, que no sigui el que treu el corner, ha d'estar a 4 metres de la bola.
- Si un jugador tira la bola intencionadament per la línia de fons, excepte si la desvia el porter, el joc es reinicia amb un shoot-out de l'equip atacant.

REGLA 14 – JOC NET

- No es permetrà el joc perillós, ni qualsevol comportament que, en opinió de l'àrbitre sigui mala conducta. Els àrbitres poden xiular un penalty a qualsevol jugador que persisteixen en mala conducta.
- Els jugadors no han d'utilitzar intencionadament cap part del seu cos per jugar la bola (excepte la mà per protegir-se a si mateixos en una situació perillosa).
- Els jugadors no han d'eleva la bola intencionadament al xutar excepte si tiren a porteria.
- Els jugadors poden jugar la bola que estigui per sobre de l'alçada de l'espatlla. sempre i quan no sigui perillós ni es pugui crear perill.
- Els jugadors no han d'usar el costat arrodonit de l'stick quan es juga la pilota.
- Cap jugador ha de fer servir l'stick per causar perill o intimidar un rival.
- Els jugadors (excepte el porter) no ha de xutar la bola amb els peus.
- Els jugadors no han d'obstruir a un contrari que intenta jugar la bola, ja sigui interferint físicament amb l'stick o amb el cos, protegint la bola d'una entrada amb els seu stick o movent-se cap endarrere contra un contrari.
- Els jugadors no han d'entrar, empènyer o ensopegar intencionalment contra qualsevol jugador o àrbitre.



REGLA 15 – TIR LLIURE

Es xiula un tir lliure a l'equip contrari per:

- Una falta d'un jugador entre les zones d'11 metres.
- Una falta d'un atacant dins de l'àrea de 11 metres defensada pels seus oponents.

El tir lliure:

- S'ha de treure just a on s'ha produït la falta. La bola es pot treure de xut, push, flick, scoop o auto-passe. La bola pot ser aixecada però això no ha de suposar perill.
- La bola haurà d'estar immòbil.
- Cap jugador, que no sigui el que treu la falta, ha d'estar, al menys a 4 metres de la bola.
- Si un contrari està a menys de 4 metres de la bola, no pot interferir, ni jugar o intentar jugar la bola.
- Cal realitzar un passe abans que es pugui jugar dins de l'àrea .

REGLA 16 – SHOOT-OUTS

Es concedeix shoot-out si:

- Un defensor comet una infracció no intencionada dins l'àrea.
- Un defensor comet una infracció intencionada fora de l'àrea, però dins de la meitat del camp que estan defensant.
- Un defensor tira intencionadament la bola per la línia de fons des de qualsevol lloc en el terreny de joc.

Llançament dels shoot-outs:

- Els shoot-outs comencen a 22m de porteria (punt central).
- El jugador atacant es situa a prop de la bola per treure-la.
- El porter de l'equip defensor ha de començar de peu a la porteria amb 1 peu tocant la línia de gol.
- Tots els altres jugadors han d'estar dins de la zona 11 metres que no s'utilitza per defensar el shoot-out.
- Quan es sent el xiulet l'atacant ha de córrer amb la pilota per la zona d'11 metres i tractar de marcar.



- Després que l'atacant ha jugat la pilota, el porter pot avançar dins de la zona de tir dels 11 metres i tractar de defensar l'atac.
- Després de sentir el xiulet per iniciar el shoot-out, es reprèn el joc, i tots els altres jugadors de tots dos equips han d'esperar 12 segons a sortir de la zona de tir d'11 metres.

REGLA 17 – PENALTY STROKE

Un penalty stroke es concedeixin per:

- Una infracció d'un defensor dins de l'àrea que impedeix la probable consecució d'un gol.
- En el cas d'una falta intencionada d'un defensor a l'àrea contra un oponent que té la possessió de la bola o l'oportunitat de jugar la bola.

Llançament d'un penalty stroke:

- Tots els jugadors del camp a excepció del llançador i el porter defensor ha de romandre dins de la zona de l'àrea que no s'usa per defensar l'stroke.
- La bola es col·loca a 6 metres davant de la porteria.
- El jugador que llança el tir ha d'estar darrera i a distància de jugar la bola abans d'iniciar el llançament.
- El porter ha d'estar amb els 2 peus sobre la línia de la porteria i no pot abandonar-la ni moure els peus fins que la bola ha estat jugada.
(Es segueixen les Regles les Hockey per llançar els Strokes)

REGLA 18 - INCIDENT

- Es realitza una sacada neutral (bulling), per reiniciar un partit quan s'ha parat el temps o el joc a causa d'una lesió o per qualsevol altra raó, i no s'ha assenyalat sanció.
- La pilota es posa entre un jugador de cada equip que es posa enfront del seu contrari amb la porteria que defensa a la seva dreta.
- Tots els jugadors no implicats han de romandre a un mínim de 4 metres de distància de la pilota.
- El bully es treu prop d'on es trobava la bola en el moment en que es va aturar el joc, però no a menys de 15 metres de la línia de fons.
- Els jugadors que es tallen i sagnant ha d'abandonar el terreny de joc i no se'ls permetrà tornar fins que el sagnat s'ha detingut o ha estat tapat.

REGLA 19 - SANCIONS PERSONALS



Hi ha quatre tipus de sancions:

- Una advertència verbal.
- Una targeta verda - 2 minuts de suspensió.

Si un porter rep una targeta verda, l'equip pot nominar a un jugador per substituir al porter.

- Una targeta groga - un mínim de 5 minuts de suspensió
- Una targeta vermella - suspensió permanent d'aquest partit

REGLA 20 – ÀRBITRES

- El Hockey plus està arbitrat per 1 àrbitre.
- Els àrbitres són responsables de totes les decisions i sancions.
- La clau del Hockey Plus, igual que pel Hockey 11, és que els àrbitres ajudin a que flueixi el joc.

Creat Octubre 2016

Actualitzat Setembre 2017

Actualitzat Octubre 2018