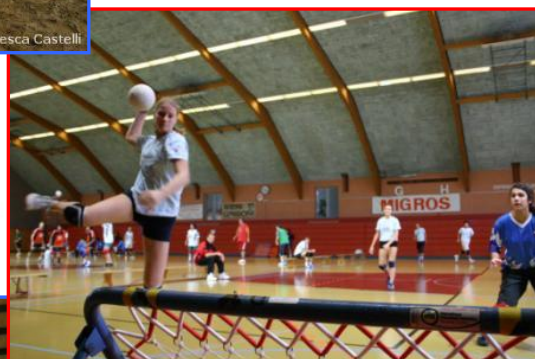


FEDERAZIONE TCHOUKBALL ITALIA

Via Varese, 172
21047 Saronno (Varese)
Tel. 0238595552
Fax 029625552
Email tchoukballitalia@yahoo.it

Il Tchoukball: *una breve presentazione*



www.tchoukball.it

CARTA DEL TCHOUKBALL

Questo gioco esclude ogni ricerca, personale o collettiva, di prestigio. Il giocatore, dal punto di vista personale, deve rispetto agli altri giocatori, siano essi avversari o compagni di squadra, più deboli di lui.

Il gioco è aperto a tutti; le capacità, costituzionali o acquisite, sono molto diverse, ed è dunque inevitabile che vi si incontrino tutti i gradi di qualità sportive. La considerazione e il rispetto dovuti a ciascuno devono spingere il giocatore ad adattare il proprio atteggiamento, tecnico e tattico, alle circostanze del momento.

Dal punto di vista collettivo, un risultato, qualunque esso sia, non dovrebbe mai portare al giudizio sulla persona singola, esso non dà diritto a nessun tipo di discriminazione. Una vittoria può provocare piacere ed anche gioia, ma mai una reazione di orgoglio. La gioia provocata da una vittoria è un incoraggiamento; l'orgoglio del vincitore implica la lotta per il prestigio che noi non approviamo perchè è sorgente di tensioni e di conflitti nelle relazioni umane di ogni tipo.

Il gioco è collaborazione, quindi una sorta di « generosità », bisogna dunque innanzitutto concentrare le proprie azioni, e l' agonismo, sulla palla. Bisogna osservare poi in modo amichevole ogni giocatore. Il dono di sé significa partecipazione collettiva agli avvenimenti in campo: il risultato è quello di "mischiare" le personalità nel confronto reciproco delle reazioni di gioco.

Cioè:

a) senso del rendimento collettivo della squadra: esso unisce i compagni di squadra, li lega gli uni agli altri, insegna a stimare ed apprezzare le loro doti, crea il senso dell'unità e dello sforzo comune in seno del gruppo ristretto.

b) osservazione degli atteggiamenti di un gruppo chiamato "avversario" rispetto al quale bisogna opporre un gioco adeguato ma che non deve mai ispirare dei sentimenti di ostilità, di nessun tipo.

c) la preoccupazione principale di ogni giocatore deve riguardare la ricerca del bel gioco; l'esperienza universale nello sport può riassumersi nella seguente espressione:

"Il bel gioco richiama il bel gioco".

Questo orientamento etico è il cardine dell'azione del Tchoukball: esso permette di dirigersi verso l'atteggiamento sportivo ideale e di evitare, in ogni circostanza, delle azioni negative nei confronti degli "avversari". Tutto ciò è ben più di una semplice regola di gioco : si tratta di una norma permanente che esce dal campo ed entra nella vita, che diventa componente psichica del comportamento e base della personalità sociale.

L'obiettivo è dunque quello dell'eliminazione dei conflitti in una identica prospettiva. L'idea del "Fair play" è così oltrepassata, non si tratta di semplici concessioni fatte all'avversario ma di azioni comuni che legano le squadre l'una all'altra cosicché il bel gioco dell'una richiama e rende possibile il bel gioco dell'altra.

Il gioco, attraverso l'attività fisica, è un esercizio sociale; vi è una comunione nei mezzi di

esecuzione; il migliore ha la responsabilità di "insegnare" ai meno dotati; non esiste dunque il campione nel vero senso della parola, ma una sorta di "una corsa alla competenza che permette di migliorarsi".

Quando si dice : "che vinca il migliore " bisogna riferirsi al fatto che "essere migliore" si acquisisce con una preparazione qualificata. E' giusto dunque che i risultati sanciscano gli sforzi dei giocatori sul piano individuale e su quello collettivo.

Da questo punto di vista, una vittoria può e deve suscitare un normale senso di soddisfazione unito al rispetto dovuto all ' avversario. La vittoria deve provocare negli avversari un senso di emulazione (desiderio di fare altrettanto) non già dell'annientamento o del dominio.

I vincitori devono sforzarsi per favorire tale impressione.

Una sana soddisfazione dei vincitori è la maniera di tendere la mano ai perdenti e di incitarli a continuare a migliorarsi con un allenamento efficace.

Per tutte queste ragioni, la nozione di "campione" deve lasciare il posto a quella, più semplice e adatta, di "vincente".

Giocare per perfezionarsi : ecco il sentimento che ogni attività di gioco deve comportare e sviluppare, ed è verso questa conclusione che l'organizzazione del Tchoukball deve aspirare, dal semplice incontro amichevole fino al confronto più serio delle squadre al vertice.

Bisogna ritornare quindi allo spirito olimpico originario.

IL TCHOUKBALL

COME SI GIOCA

Il TCHOUKBALL si gioca su un campo di 40x20 m. e la sua superficie comprende due aree vietate, antistanti le porte, che hanno un raggio di 3 m. Se praticato in palestra il soffitto deve essere alto almeno 7 m. ed è meglio avere circa 2 m. di spazio libero intorno al campo di gioco.

Le porte sono costituite da pannelli con telaio in metallo (1x1 m.) che hanno al centro una rete in corda (80x80 cm) tenuta ben tesa da tiranti elastici. Questa struttura possiede quindi una grande elasticità ed il pallone che colpisce la rete viene respinto con grande velocità.

Si gioca in nove contro nove e le squadre possono anche essere miste. I giocatori hanno sulla maglia un numero ben visibile da 5 a 20. Se si gioca sul prato sono ammesse calzature con tacchetti in gomma.

Il pallone è sferico e pesa intorno ai 450 g. per gli uomini e 350/400 per le donne. Nelle partite miste si utilizza il pallone femminile, mentre nelle scuole il pallone di pallamano lo sostituisce egregiamente. La partita è suddivisa in 3 tempi da 15' con una pausa di 5' tra un tempo e l'altro. Un giocatore segna un punto per la propria squadra se il pallone dopo aver rimbalzato sulla rete tocca il terreno di gioco prima che un avversario lo recuperi o se quest'ultimo lo devia al suolo fuori dal terreno di gioco.

Viene invece assegnato un punto alla squadra avversaria se il giocatore tira e manca la rete, oppure se dopo il rimbalzo il pallone cade nella zona proibita o all'esterno del campo di gioco.

Uguualmente avviene quando un giocatore entra nella zona vietata o esce dal terreno di gioco al momento della ricezione della palla sul tiro dell'avversario.

Si commettono invece falli quando il giocatore: - tocca il pallone con gli arti inferiori, - effettua più di 3 passi in possesso di palla (come nella pallacanestro) – effettua un 4° passaggio per la sua squadra (sono consentiti al massimo 3 passaggi), - lascia cadere la palla durante un passaggio, - ostacola l'avversario durante le sue azioni di gioco (passaggio, tiro in rete, ricezione o spostamento), - effettua una ricezione dopo un tiro a rete di un proprio compagno di squadra, - entra nella zona vietata durante un tiro un passaggio prima che il pallone abbia lasciato la sua mano, - entra nella zona vietata per difendere.

Nel TCHOUKBALL si può segnare un punto indifferentemente in una delle 2 reti e si possono effettuare fino a 3 attacchi consecutivi nello stesso pannello. Si commette quindi fallo anche quando si porta attacco nella stessa si porta attacco nella stessa rete dopo che sono già stati effettuati 3 tiri in porta. Il fallo è sanzionato da una punizione che viene tirata dal punto dove questo è stato commesso. Dopo una punizione è obbligatorio fare almeno 1 passaggio prima di tirare in rete.

Dopo una rete la squadra che ha perso punto effettua la rimessa in gioco dietro la linea di fondo campo e accanto alla rete dove il punto è stato segnato. Dopo la rimessa in gioco è permesso tirare su qualsiasi rete a condizione che la palla abbia superato la linea mediana. Si ha invece un cattivo rimbalzo quando la palla tocca il telaio del pannello o gli elastici.

Se la squadra in difesa riesce a controllare il pallone nonostante il cattivo rimbalzo, il gioco prosegue. Al contrario la squadra ricevente ottiene punizione che viene effettuata dal punto dove la palla ha toccato il terreno.

Dalla spiegazione il gioco parrebbe complesso ma nella pratica risulta semplice e divertente. Per aiutarvi nella sezione successiva trovate le regole per immagini.

LE REGOLE X IMMAGINI

Le regole complete le trovate sul sito www.tchoukball.it

✓ **GIOCARE A TCHOUKBALL E' MOLTO SEMPLICE, SERVE SOLO:**

- Una palla da pallamano e un campo da gioco grande come quello da pallacanestro;
- 2 squadre da 7 giocatori;
- 2 pannelli da Tchoukball collocati alle estremità del campo.

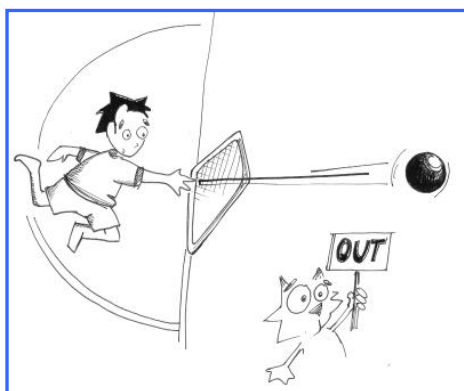
➤ **COME FARE UN PUNTO?**



Un giocatore segna un punto per la sua squadra se la palla, al suo ritorno dal pannello, cade al suolo prima che l'altra squadra la recuperi

➤ **UN GIOCATORE REGALA UN PUNTO ALLA SQUADRA AVVERSARIA...**

1. Se la palla dopo il tiro esce dal campo



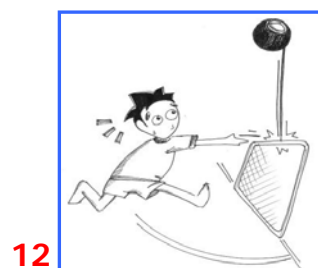
2. La palla dopo il tiro rimbalza direttamente sul giocatore



3. La palla cade dentro la zona vietata dopo il rimbalzo

➤ Un giocatore commette un fallo quando...

1. Si sposta palleggiando con la palla
2. Effettua più di tre contatti al suolo in possesso della palla (la ricezione con uno o due piedi al suolo conta per un contatto)
3. Effettua un quarto passaggio per la sua squadra (si conta un passaggio quando la palla è inviata o deviata da un giocatore verso uno dei suoi compagni)
4. Lascia cadere la palla durante un passaggio
5. Resta in possesso della palla per più di tre secondi
6. Ostacola l'avversario durante l'azione di gioco (passaggio, tiro, ricezione, spostamento,...)
7. Entra in contatto con la zona vietata, su un passaggio o un tiro, prima che la palla abbia lasciato la sua mano (dopo il tiro o il passaggio, il giocatore deve uscire dalla zona vietata il più rapidamente possibile senza ostacolare l'avversario)
8. Quando una parte del corpo al di sotto del ginocchio (compreso) entra in contatto con la palla
9. Prende contatto con il suolo al di fuori del campo di gioco o nella zona vietata avendo la palla fra le mani
10. Lancia il pallone intenzionalmente contro l'avversario
11. Recupera la palla tirata al pannello da un suo compagno
12. Commette cattivo rimbalzo sul tiro. Il cattivo rimbalzo si produce quando la palla tocca il bordo del pannello o non rispetta la regola dello specchio a causa di ganci o degli elastici. Quando la traiettoria è modificata per un cattivo rimbalzo, l'eventuale punto non conta e il gioco riprende da dove è caduto il pallone. Il possesso di palla cambia di squadra.



➤ Le ultime regole importanti da sapere...

1. Il possesso di palla cambia dopo un fallo; il giocatore della squadra che ha subito il fallo si impossessa del pallone dove il fallo è stato commesso e il gioco riprende, appoggiando prima la palla a terra
2. Prima del tiro al pannello, dopo un fallo, deve essere effettuato almeno un passaggio
3. I giocatori non hanno diritto a tirare tre volte consecutive (si contano gli attacchi complessivi indipendentemente dalla squadra) sullo stesso pannello
4. Ogni squadra può tirare indifferentemente su ciascuno dei due pannelli
5. Una partita ufficiale si svolge in tre tempi da 15minuti

Il Tchoukball: *una breve presentazione*