

OLYMPICS
GAMES
N 2023

Melisa, PHAPA

2 0 2 0

1 1 0 0

Score, OFFICIAL
11:55

11:55



SPECIAL OLYMPICS
WORLD GAMES
BERLIN 2023

Ghid de antrenament: BOCCE



1. REGULI DE REGLEMENTARE

Federația Internațională pentru Bocce este Special Olympics Inc., prin urmare, Regulile Oficiale Special Olympics Sport pentru Bocce vor governa toate competițiile Special Olympics.

În România, practicarea acestei discipline sportive de către persoanele cu dizabilități a fost introdusă în anul 2005. În cadrul Jocurilor Prieteniei Special Olympics desfășurate la Constanța, Fundația Special Olympics România a organizat o primă competiție de bocce, urmând ca practicarea acestui sport să se răspândească în mai multe zone ale țării.

2. EVENIMENTE/PROBE OFICIALE

Gama de evenimente este menită să ofere oportunități de competiție pentru sportivi de toate abilitățile.

Antrenorii sunt responsabili pentru asigurarea antrenamentului și a selecției evenimentelor adecvate abilităților și interesului fiecărui sportiv.

Următoarea este o listă a evenimentelor oficiale disponibile la Special Olympics.

- Simplu (un jucător per echipă)
- Dublu (doi jucători per echipă)
- Dublu mixt (doi jucători per echipă)
- Competiție pe echipe (patru jucători per echipă)
- Competiție pe echipe mixte (patru jucători per echipă)
- Unified Sports® Bocce Dublu (doi jucători per echipă)
- Unified Sports® Bocce Mixed Dublu (doi jucători per echipă)
- Unified Sports® Bocce Team (patru jucători per echipă)
- Unified Sports® Bocce Mixed Team (patru jucători per echipă)
- Rampa de simplu (un jucător per echipă folosind o rampă)

Scopul jocului: lansarea pallinei într-un spațiu regulamentar al terenului de joc, urmând ca mai apoi să se lanseze câte o bilă cât mai aproape de țintă – pallina.

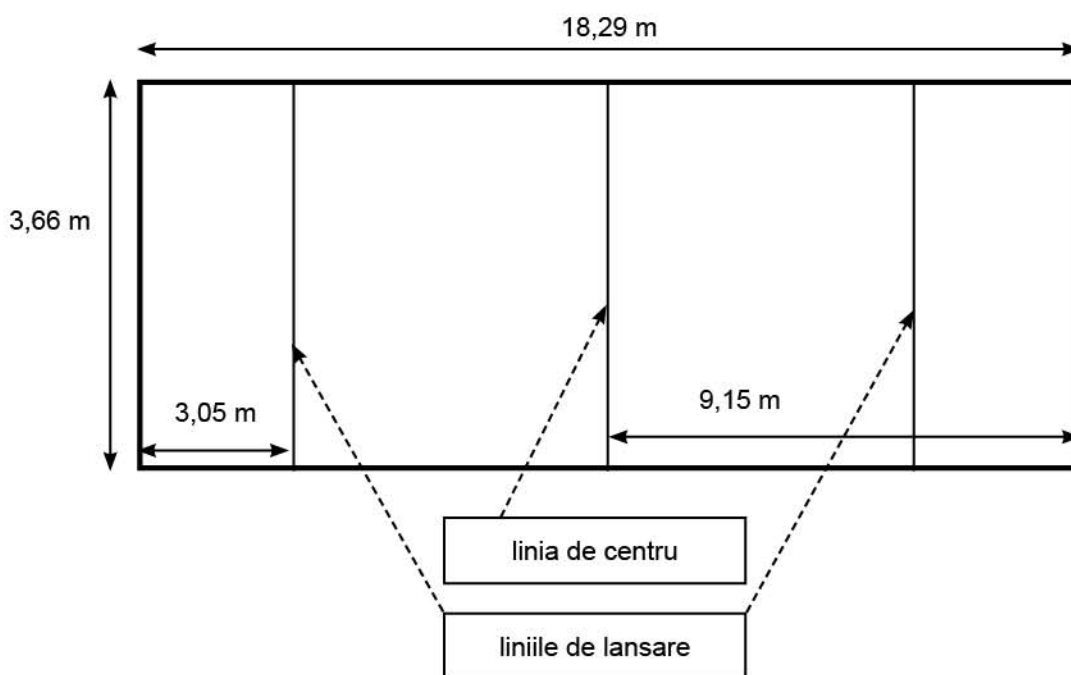




3. TERENUL ȘI ECHIPAMENTUL NECESAR

3.1 Terenul

- Se poate juca pe orice tip de suprafață plană (iarbă, asfalt, material sintetic, nisip etc.), cu condiția să nu existe niciun element temporar sau permanent pe suprafața terenului care să împiedice deplasarea bilei pe o traiectorie dreaptă, lansată din orice punct al terenului destinat lansării.
- Lungimea terenului trebuie să fie de 18.29 m, iar lățimea de 3.66 m.
- Suprafața de joc se împarte cu două linii de lansare aflate la 3.05 m de marginile terenului și o linie de centru care se află la 9.15 m de linia din spate a terenului. Marginile terenului de bocce sunt fixe, realizate dintr-un material rezistent (PVC, lemn etc). Înălțimea șipșilor care constituie limitele terenului trebuie să fie cel puțin la fel de mare ca și mingea de joc pentru a nu permite acestuia să părăsească terenul.
- Pe partea interioară a capetelor terenului se va aplica o bandă dintr-un material elastic care va facilita întoarcerea mai ușoară a bilei la impactul acestuia cu marginea respectivă a terenului.



3.2 Bilele de joc

- Au greutatea de 900 grame și diametrul între 107-110 mm. Setul de bile este constituit din 4 bile de culoare roșie, 4 bile de culoare verde și o bilă de culoare albă numită pallină.
- Pallina nu trebuie să fie mai mare de 63 de milimetri sau mai mică de 48 mm în diametru și ar trebui să aibă o culoare vizibilă, distinctă de culorile bilelor de bocce ale ambelor echipe.
- Site de unde se pot achiziționa:
<https://www.perfetta.it/>





3.3 Echipamentul sportivului

- Sportivul trebuie să poarte haine cât mai comode: pantalon de trening, bluză de trening, tricou sau pantalon scurt.

3.4 Materiale necesare arbitrului

- Arbitrul are nevoie de 2 stegulețe de culoare verde și roșu, ruletă, tablă de scor și foaie de arbitraj.

4. TEHNICA JOCULUI

- În timpul jocului, bilele sunt plasate într-o parte și alta a terenului.
- Sportivul preia bila cu degetele depărtate. În cazul în care jucătorul are o dizabilitate severă, bila îi este înmănată.
- Persoanele care au mâna mică pot ține și lansa bila cu ambele mâini.
- Lansarea se efectuează dintr-o ușoară poziție de fandare a piciorului opus mâinii cu care sportivul efectuează aruncarea. Greutatea trebuie să fie echilibrată pe ambele picioare și poziția corpului să fie cât mai dreaptă.
- Pentru amplasarea corectă a picioarelor, puteți folosi un covoraș cu amprente sau marcați locul unde trebuie poziționate picioarele. Pe măsură ce jucătorul se obișnuiește cu poziția corectă, scoateți covorașul.



Priza bilei – mâna în supinație
(după Szocs, 1971, p. 25)

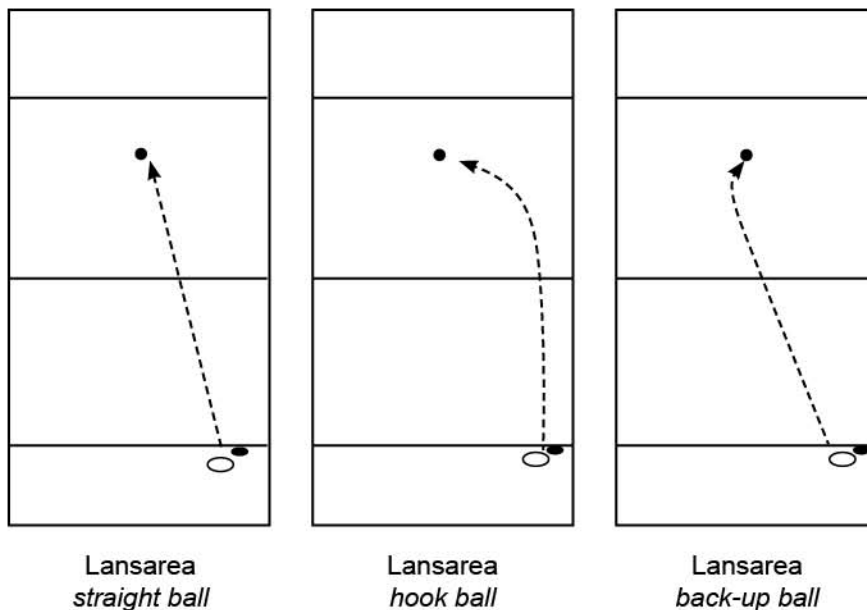


Priza bilei – mâna în pronație
(după Szocs, 1971, p. 25)

4.1 Lansarea bilei

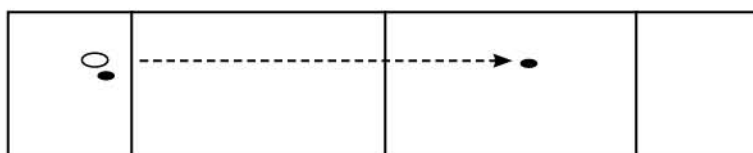
Există trei tipuri de lansare în jocul de bocce:

- *Lansarea liberă (la distanță)* - accentul este pus pe modul în care se face lansarea, nefixându-se spațiul sau locul unde se oprește bila.
- *Lansarea dirijată la țintă* - accentul se pune pe intensitatea și precizia execuției, locul în care bila trebuie să se oprească este delimitat cu ajutorul diferitelor semne. Ținta este așezată în plan orizontal.
- Pentru traiectorie se folosesc următoarele tipuri de lansări:
- *Lansarea straight ball* - bila se rostogolește drept, urmând direcția dorită de jucător. Degetele trebuie poziționate astfel: degetul mare la ora 12:00, iar celelalte degete la ora 6:00.
- *Lansarea hook ball* - acest tip de lansare prezintă avantajul schimbării direcției, deoarece inițial traiectoria bilei este dreaptă, fiind urmată de o schimbare a direcției de deplasare, traiectoria bilei fiind în sensul invers acelor de ceasornic. Degetele trebuie poziționate astfel: degetul mare este poziționat la ora 10:00, iar celelalte degete la ora 4:00.
- *Lansarea back-up ball* - acest tip de lansare este dificil de controlat, de aceea nu se recomandă începătorilor. Se solicită rotația externă a brațului, bila având o traiectorie mai spre stânga. Degetele trebuie poziționate astfel: degetul mare la ora 1:00, iar celelalte degete la ora 7:00.



Tipuri de lovituri:

- *The pointing shot*- este o lovitură folosită atunci când sportivul lansează bila ușor. Se folosește pentru ca bila să ajungă cât mai aproape de pallină, pentru a acumula puncte.
- *The hitting shot* - este o lovitură puternică, folosită de sportiv pentru a îndepărta bila/bilele adversarului de pallină sau pallina de bilele adversarului.
- În ceea ce privește lansările, acestea se pot face din spatele liniei de lansare **în linie dreaptă**: jucătorul se poziționează în dreptul pallinei, lansează bila direct spre aceasta sau **în diagonală**: jucătorul se poziționează în diagonală cu pallina.



Lansarea în linie dreaptă



Lansarea în linie diagonală

Legendă

○ – jucătorul echipei care are bila
-----> – deplasarea bilei

⊕ – bila de bocce
◇ – pallina



5. REGULAMENTUL JOCULUI

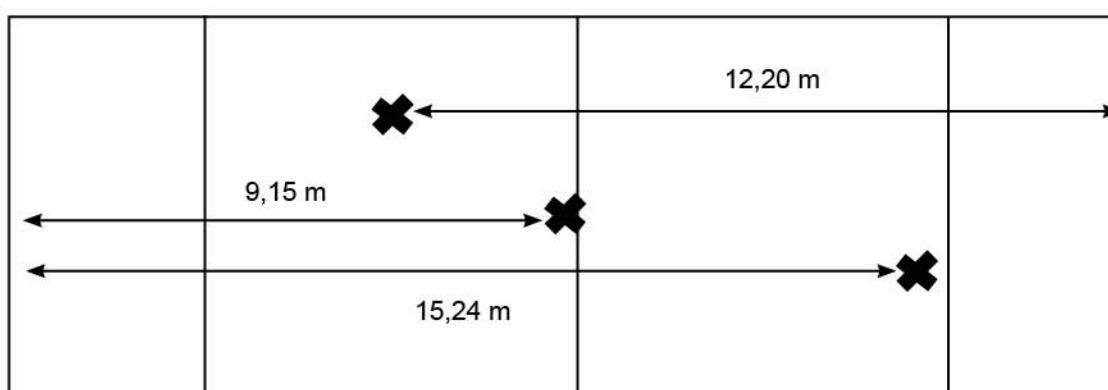
5.1 Etapa de divisioning

În urma unei etape de clasificare sau divisioning, sportivii sunt împărțiți pe niveluri de abilități. Astfel cei cu abilități mai ridicate concurează împotriva celor cu abilități înalte și invers.

Jocul de divisioning constă în plasarea pallinei de către arbitru în trei puncte diferite: 9.15 m de linia din spate a terenului, 12.20 m și 15,24 m.

Sportivul are la dispoziție toate cele 8 bile pentru fiecare distanță. După lansarea lor, arbitrul măsoară distanța dintre cele mai apropiate 3 bile pentru fiecare distanță în parte. Valorile obținute sunt adunate și rezultatul este luat în calcul pentru alcătuirea grupelor finale.

5.2 Reguli de lansare: se lansează de două ori dintr-o parte a terenului pentru pallinele aflate la distanțele de 9.15 m și 15,24 m și de două ori pentru pallina plasată la 12.20 m de la linia din spate a terenului.



6. COMPETIȚIA

- La începutul competiției, fiecare jucător, pereche sau echipă primește un set de bile de o culoare (roșu sau verde).
- Arbitrul are de asemenea două stegulețe în culorile bilelor (roșu și verde) specifice fiecărei echipe/ pereche sau jucător.
- Competiția începe cu tragerea la sorți pentru câștigarea pallinei, care este lansată prima, în așa fel încât să ajungă între linia de centru și linia de lansare din partea cealaltă a terenului.
- Sportivul care lansează bila nu trebuie să calce linia anterioară de 3 m și trebuie să o plaseze exact în limitele menționate anterior, în caz contrar se va relua lovitura.
- Sportivul are dreptul la 3 încercări de a plasa pallina, după care aceasta va fi acordată echipei adverse care va avea o singură încercare. Dacă nici astfel încercarea nu este validată, arbitrul va plasa pallina în mijlocul suprafeței respective (zona delimitată de linia centrală și linia posterioară).
- Pallină corect amplasată în zona menționată anterior presupune ca distanța între marginea terenului și ea să fie de cel puțin 1 pas - în cazul unei distanțe mai mici lovitura este anulată.
- Jucătorul lansează o bilă care trebuie să ajungă cât mai aproape de pallină. Celălalt jucător lansează și el o bilă, urmând ca arbitrul să măsoare distanța dintre bile și pallină. După măsurare, arbitrul decide cine va arunca următoarea bilă, ridicând stegulețul echipei care are bila mai îndepărtată de pallină, urmând ca fiecare jucător să efectueze câte o lansare, arbitrul stabilind mereu cine începe runda, măsurând distanța dintre cea mai depărtată bilă și pallină.
- După ce au fost lansate toate bilele, arbitrii stabilesc cine acumulează cele mai multe puncte. Bilele de aceeași culoare care sunt cel mai aproape de pallină primesc câte un 1 punct. Meciul este câștigat de cei care acumulează cel mai repede 12 puncte sau 16 puncte.



- Scorul poate fi astfel pentru următoarele categorii de echipe:
 - O echipă de 4 jucători, care lansează o bilă per jucător – 16 puncte
 - O echipă cu 2 jucători care lansează 2 bile per jucător – 12 puncte
 - Un jucător care lansează toate cele 4 bile – 12 puncte
- Un sportiv poate avea mai aproape de pallină decât adversarul său 1, 2, 3 sau toate cele 4 bile – în acest caz el a făcut 4 puncte în respectivul joc (putând exista cazul în care un sportiv să realizeze 4 puncte consecutiv în 3 jocuri, astfel câștigând meciul de bocce prin acumularea celor 12 puncte necesare). Un sportiv poate puncta într-un joc: ex. 1-0 ; 2-0; 3-0 sau 4-0.
- În cazul în care două bile opuse sunt echidistante de pallină, echipa care a aruncat ultima va continua să lanseze până la „ruperea” egalității. Exemplu: Echipa A aruncă o bilă spre pallină și stabilește punctul. Apoi echipa B își lansează bila spre pallină, iar arbitrul stabilește că sunt amândouă exact la aceeași distanță de pallină. Echipa B trebuie să continue să lanseze până când are bila mai aproape decât cea a echipei A. Dacă echipa B lansează până într-un anumit punct și Echipa A lovește acea bilă, restabilind egalitatea, Echipa A trebuie să continue să lanseze până când una dintre cele doua echipe marchează prima bilă mai aproape de pallină.
- În cazul în care cele două bile, cele mai apropiate de pallină aparțin echipelor adverse și sunt la egalitate, nu se vor acorda puncte. Pallina se întoarce la echipa care a lansat-o ultima dată. Jocul se reia de la capătul terenului din care s-a jucat ultima dată meciul.

7. Numărul de mingi jucate de un sportiv

- Echipa cu un jucător — jucătorului i se permite să joace patru mingi.
- Echipa cu doi jucători — fiecărui jucător îi este permis să joace două mingi.
- Echipa de patru jucători — fiecărui jucător îi este permis să joace o minge.





8. Divizarea rolurilor într-o echipă

Căpitanul - În orice echipă, căpitanul trebuie să fie desemnat înainte de a începe jocul. Căpitanul nu poate fi schimbat pe parcursul jocului, dar poate fi schimbat în timpul unui turneu.

Rotația jucătorilor - Jucătorii oricărei echipe pot alege să-și lanseze mingile în orice rotație, cu condiția ca cel care aruncă pallina să lanseze prima bilă de bocce. Rotația poate varia de la un jucător la altul; cu toate acestea, niciun jucător nu poate lansa mai mult decât numărul de bile alocat per jucător.

Atenție!

- Pe tot parcursul jocului, în spațiul destinat competiției stă doar sportivul care efectuează lovitura/lansarea.
- Stați în spatele sportivului și asigurați-vă că stă în poziția corectă.
- Jucătorii nu au voie să atingă bilele până când arbitrul nu măsoară și stabilește care sunt cele mai apropiate bile de pallină, respectiv jucătorul/ perechea sau echipa câștigătoare.
- Managerul competiției/Directorul de turneu va avea posibilitatea să facă anumite modificări ale regulilor tehnice actuale, dacă în competiție participă sportivi cu anumite dizabilități fizice. Decizia va fi solicitată și luată înainte de participarea sportivului la competiție și nu va oferi avantaje altor sportivi. Aceste modificări se referă la modul în care sportivul poate lansa bila.
- Sunt interzise discuțiile dintre sportivi și antrenor sau spectatori în momentul în care aceștia pășesc în teren, exceptând:
 - în timpul etapei de divisoning, antrenorul poate vorbi cu jucătorii după lansarea primelor două bile „de antrenament” jucate pentru fiecare distanță;
 - în timpul competiției, managerul competiției poate permite antrenorului să vorbească cu jucătorul în timpul time-outului oficial (ale cărui durată, proces și protocoale vor fi comunicate antrenorilor înainte de începerea competiției).

