Sisekaitseakadeemia 2021/22. õppeaasta

**RAHVASTEPALLI AV NAISKONDADELE JUHEND**

**I EESMÄRK**

* Teha üheskoos sporti ja valmistuda YLISPORDI võistlusteks.

**II AEG JA KOHT**

* **Kolmapäeval, 08. septembril algusega kell 17.00 pallimängude saalis. (Tallinn, Kase 61)**

**III OSAVÕTJAD**

* Osa võivad võtta akadeemia õppurid, töötajad ja vilistlased, kes on täielikult vaktsineeritud, COVID-19 haiguse viimase 180 päeva jooksul läbi põdenud või kuni 48 tundi varem antigeeni kiirtesti või kuni 72 tundi varem PCR-testi teinud ja negatiivse tulemuse saanud. Võistlema lubamiseks tuleb vastavat staatust pallisaali sisenedes tõendada. Muus osas vastutab iga võistleja ise enda ettevalmistuse ja tervise eest.
* Rahvastepalli naiskonna suurus on kuni 8 mängijat. Korraga on väljakul 6 mängijat (koos kapteniga).
* Saalis võivad viibida vaid võistlejad ja kohtunikud ning registreeritud abilised, pealtvaatajad ei ole lubatud.

**IV VÕITJATE SELGITAMINE**

* Võistluste süsteem selgub võistlustel kohapeal ning see sõltub võistkondade arvust. Kuni 4 naiskonna puhul mängivad kõik turniirisüsteemis omavahel läbi.

**V REEGLID**

1. Palli võivad mängijad hankida oma väljakust väljaspool, kuid seejuures vähemalt üks jalg peab puudutama väljakut seespool piirjooni.

2. Palli võib platsile visata ainult see mängija, kes püüab palli õhust või saab selle maast. Vastasel korral antakse pall üle vastastele.

3. Mängija, kes palli eest põiklemisel väljub kasvõi ühe jalaga oma väljaku piirjoontele või sellest üle, loetakse tabatuks.

4. Kui palli visanud võistkonna mängija astus joonele või sellest üle tabades palliga vastast, siis tabamus ei loe ja pall läheb üle vastasvõistkonnale.

5. Mängijat ei loeta tabatuks kui:

• ta püüab vastaste visatud palli kinni;

• pall puudutab küll mängijat, kuid selle püüab enne maha kukkumist kinni teine sama võistkonna mängija (aga ta ei tohi väljuda oma väljaku piiridest); vastasel korral loetakse tabatuks ainult 1. mängija;

• kui pall puudutab küll mängijat, kuid sama mängija püüab palli enne maha kukkumist kinni oma väljaku piirides

• kui vastase visatud pall enne mängija tabamist puudutab maad;

• kui mängija puudutab oma võistkonna teiste mängijate poolt visatud palli;

6. Kui mängija pärast tema tabamist puudutab palli („surnu puutus palli“), antakse see üle vastastele;

7. Kapten läheb väljakule siis, kui ta seda vajalikuks peab! Teda asendab üks väljavisatud mängijatest kuni geimi lõpuni.

8. Kapten (ja kohamängudes väljavisatud mängijad) peab palli hankimiseks startima küljelt, väljaku mõtteliselt otsajoone pikenduselt;

9. Mäng algab vilega. Iga neljas vise peab olema ründevise. Ründeviskeks loetakse viset, kui pall liigub mängija peast allpool ja mängijast kuni 1 m kauguselt.

10. Mängu tahtliku venitamise korral teeb kohtunik hoiatuse, teistkordse hoiatuse korral antakse pall vastasele.

11. Kui mäng jääb normaalajal viiki, mängitakse lisaaeg esimese väljaviskamiseni, alustab palli valdaja.

12. Väljakumängijat võib vahetada varuga geimi alguses või trauma korral.

13. Kõigil on 1 elu (v.a. kohamängudes, kus kaptenil on 2 elu).

14. Mängitakse pehme palliga

**VI ÜLDKÜSIMUSED**

Võistlustel juhindutakse Ylipall 2020 rahvastepalli juhendist.

**Osalemisest palun teada anda esmaspäevaks, 6. septembriks kella 18:00ks Epp Jalakale** [epp.jalakas@sisekaitse.ee](mailto:epp.jalakas@sisekaitse.ee)**, märkides osalejate nimed ja kolledžid.** Juhul kui tervet naiskonda kokku ei saa, anna endast ka märku, võimaluse korral teeme ühendvõistkonnad.

Epp Jalakas

spordijuht-lektor