Adams 12 Five Star Schools

Manual de deportes de la escuela secundaria

TABLE OF CONTENTS

Deportes de campo traviesa	2-3
Campo traviesa (niños y niñas)	4
Deportes de cancha y campo	5
Baloncesto (niños y niñas)	6-7
Fútbol (niños y niñas)	8-11
Voleibol (niñas)	12-14

Uso general
Fomentar situaciones controladas que ayuden a los alumnos de secundaria a aprender el valor de la competición, la autodisciplina y el orgullo por los logros. Garantizar la coherencia entre todos los centros a la hora de organizar o promover actividades controladas.

Filosofía
La Asociación Deportiva de la Escuela Adams 12 tiene como objetivo ofrecer actividades competitivas y/o no competitivas que fomenten de la mejor manera posible el espíritu deportivo, el carácter, el desarrollo físico, la coordinación y un interés sano por las actividades entre todos los alumnos.

Los centros educativos deben adaptarse de manera eficaz tanto a los intereses como a las capacidades de los alumnos para garantizar la máxima participación en una experiencia educativa significativa. La madurez física y mental de todos los alumnos participantes debe determinar el alcance de cada actividad.

Requisitos de elegibilidad de los jugadores
Para representar a un centro educativo en cualquier competición deportiva interescolar, un alumno debe cumplir los requisitos establecidos en las siguientes normas.

- Los alumnos deben cumplir los requisitos de participación establecidos en las directrices de su distrito escolar de origen.
- Los alumnos deben tener un informe médico completo archivado en el centro.
- Categorización por cursos: Los alumnos de séptimo curso solo podrán participar en las competiciones de séptimo curso. Los alumnos de octavo curso solo podrán participar en las competiciones de octavo curso. (Excepción: salvo que los centros cuenten con equipos de niveles mixtos, previa autorización del director deportivo del distrito).
- Practicar deporte es un privilegio y queremos que nuestros estudiantes-deportistas demuestren un gran carácter tanto en el deporte como en las clases. Se espera que los estudiantes-deportistas sean respetuosos y participen en las clases.
    - Asistencia: Un estudiante-deportista con 3 o más ausencias injustificadas a clases o 6 o más retrasos injustificados a clases no podrá participar en la próxima jornada de competición programada. Se comprobará la asistencia entre las fechas de competición y, si se comprueba que un estudiante tiene más ausencias o retrasos injustificados de los indicados anteriormente, no podrá participar en la próxima jornada de competición programada. Además, los estudiantes-deportistas deben haber asistido a la mitad de la jornada escolar para poder participar en un entrenamiento o una competición. Cualquier excepción deberá ser aprobada por el director deportivo.
    - Conducta: Si un estudiante-deportista es suspendido (ISS u OSS) en cualquier momento de la temporada, no podrá participar en la siguiente jornada de competición programada.

Prácticas mínimas
- La Asociación Deportiva de la Escuela Adams 12 permitirá un máximo de tres entrenamientos a la semana, y estos deberán tener una duración máxima de una hora y media.
- La Asociación Deportiva de la Escuela Adams 12 exige que los deportistas realicen al menos dos entrenamientos antes de participar en una competición de la liga.
- Cada colegio podrá realizar un cuarto entrenamiento adicional las semanas en las que no haya partidos

ni eventos, y tres entrenamientos las semanas en las que haya un partido o evento. Se recomienda que los entrenamientos tengan una duración de entre 1 y 1,5 horas (máximo 1,5 horas).

-

Funcionarios

- Se recomienda que los árbitros de los partidos sean miembros de una asociación arbitral reconocida. Los árbitros que participen en los torneos deben estar inscritos en la asociación arbitral local. En caso de que no haya árbitros disponibles, los centros educativos podrán recurrir a un árbitro suplente, previa autorización del director deportivo del centro, para arbitrar un partido.

Expulsiones de entrenadores

- Un entrenador expulsado de una competición por cometer una falta antideportiva quedará suspendido de sus funciones como entrenador durante el siguiente partido o competición programados. No podrá ejercer de entrenador en ninguna otra competición, sea cual sea su categoría, durante ese periodo.
- Si se expulsa a un Adams 12 , dicho entrenador será el responsable de reunirse con el director deportivo del distrito y con el superintendente.

Expulsiones de jugadores

- De conformidad con el Código de Conducta del Alumno Five Star Adams 12 Five Star , cualquier deportista que sea expulsado de un partido o encuentro por cualquier motivo no podrá participar en el siguiente partido o encuentro.

Fecha de inicio de la liga y calendario

- Los directores deportivos colaborarán con el director deportivo del distrito para acordar la fecha de inicio del próximo año.
- Lo ideal sería que los colegios miembros acordaran los calendarios para el concurso del próximo año a más tardar en la última reunión de junio.

Fechas de la temporada

- Campo a través: agosto-octubre
- Fútbol femenino: agosto-octubre
- Baloncesto masculino: octubre-diciembre
- Voleibol femenino: enero-marzo
- Baloncesto femenino: marzo-mayo
- Fútbol masculino: marzo-mayo

Banquetes y fotos del equipo

- Cada colegio y cada equipo decidirá si celebra una cena de fin de curso para el equipo.
- Cada colegio y cada equipo decidirá si se tomarán fotos de equipo y fotos individuales.

Campo a través (chicos y chicas)
6.º, 7.º y 8.º de ESO

Cumplimiento de los límites/Puntuación

- Cualquier deportista puede participar en cualquier prueba de campo a través de la temporada regular.
- Las pruebas de campo a través de la MS tendrán una distancia de 2 millas.
- Las competiciones constarán de una carrera femenina y una carrera masculina.
- En cada competición se puntuarán los cinco mejores corredores de cada colegio. Al resto de corredores se les cronometrará, pero no se les puntuarán.

Campeonato de distrito y trofeos

- En el encuentro distrital de fin de temporada se llevará a cabo la puntuación y se entregarán los premios.
- Los premios se entregarán de la siguiente manera:
    - Trofeos para los equipos que queden en 1.º, 2.º y 3.º puesto (chicos y chicas)
    - Medallas para los participantes que queden en 1.º, 2.º y 3.º puesto (chicos y chicas)
    - Cintas para los puestos 4.º, 5.º, 6.º, 7.º y 8.º (chicos y chicas)

Deportes de pista y campo
(Baloncesto, voleibol y fútbol)

Distribución de divisiones

- En todos los deportes de pista y campo, las divisiones se determinan en función del número de deportistas inscritos en cada disciplina.

Torneos y trofeos

- Los torneos constarán de una fase de campeonato y una fase de consolación, exclusivas para los equipos A de 7.º y 8.º curso.
- Se entregarán premios a los ganadores del primer y segundo puesto.
- Las plantillas de los torneos no deben superar los 18 jugadores.

Una reflexión sobre los torneos por equipos

- Todos los equipos de la categoría A se clasifican para el torneo
- El torneo se disputará en un formato de eliminación directa.
- Los equipos se clasificarán en función de los puntos obtenidos en la temporada regular. (Véase más abajo)
- Los equipos con mejor clasificación serán designados como equipo local
- Los equipos locales acogerán las rondas 1 y 2 del torneo y se encargarán de todas las tareas relacionadas con los partidos.
- Las jornadas del campeonato se disputarán en estadios de distrito neutrales.

Joyería

- Joyas: es obligatorio quitarse todas las joyas. Se admiten excepciones en el caso de medallas religiosas o médicas. Las medallas religiosas u otros objetos de carácter religioso deben fijarse con cinta adhesiva al cuerpo y llevarse debajo del uniforme. Las alertas médicas deben fijarse con cinta adhesiva y pueden quedar a la vista.

Uniformes

- Los equipos locales decidirán el color de la camiseta; el equipo visitante llevará el color contrario.
- No se permiten modificaciones en el uniforme, ni purpurina, ni pintura facial o corporal, ni accesorios metálicos para el pelo.

Baloncesto (chicos y chicas)
7.º y 8.º curso

Límite de juego

- Cualquier jugador puede participar en cualquier partido de la temporada regular del equipo A o B, siempre que ello no suponga superar el número de partidos permitidos para ese deporte.
- Si un colegio tiene un número reducido de participantes, lo normal es que alinee primero a su equipo A antes de que juegue el equipo B.
- Ningún jugador del equipo A que sea titular debería jugar en el partido del equipo B, a menos que todo el curso cuente con 15 jugadores o menos. En ese caso, los tres mejores jugadores del equipo A no deberían jugar en absoluto en el partido del equipo B.
- Las condiciones de los partidos de la categoría B serán determinadas antes del partido por los responsables y entrenadores del centro local, en colaboración con los responsables y entrenadores del centro visitante, en caso de circunstancias especiales.

Estructura del juego

- **Reloj**
  - Un partido: cuatro cuartos de 6 minutos (el reloj se detiene con cada pitido).
  - Equipo B: cuatro o más cuartos de entre 6 y 8 minutos (según lo determinen los directores deportivos y sin superar los 48 minutos de tiempo de juego); el reloj se detiene en caso de faltas de tiro que den lugar a tiros libres y se detiene con cada pitido en los dos últimos minutos del último cuarto.
- **Faltas**
  - El jugador queda fuera del partido tras cometer su quinta falta.
  - Dos faltas técnicas = expulsión del partido
- **Presión a toda cancha**
  - Partidos por equipos: no se permite la presión a toda cancha si un equipo lleva una ventaja de 20 o más puntos; si esa ventaja se reduce por debajo de los 20 puntos, se puede reanudar la presión a toda cancha.
  - Partidos del equipo B: no se permite la presión a toda la cancha.
- **Regla de la misericordia**
  - Cuando un equipo consiga una ventaja de 20 o más puntos, se aplicará la regla de la misericordia durante el resto del partido. Esto significa que el reloj seguirá corriendo sin interrupciones y no se detendrá en los dos últimos minutos.
- **Prórroga (solo equipos de la categoría A)**
  - Las prórrogas tendrán una duración de 3 minutos. El reloj se detendrá cada vez que suene el silbato.
  - Un salto entre dos determinará quién tiene la posesión.
  - Cada equipo dispone de un tiempo muerto adicional.
- **Plantillas (solo equipos A)**
  - La plantilla de un equipo no debe superar los 15 jugadores.
- **Tiempos muertos**
  - Cada equipo dispone de tres tiempos muertos COMPLETOS (de 1 minuto) y dos tiempos muertos de 30 segundos (igual que en las normas de instituto).
- **Uniformes**
  - Joyas: hay que quitarse todas las joyas. Se admiten excepciones en el caso de medallas religiosas o médicas. Las medallas religiosas u otros objetos religiosos deben fijarse con cinta adhesiva al cuerpo y llevarse debajo del uniforme. Las alertas médicas deben fijarse con cinta adhesiva y

pueden quedar a la vista.

- **Calentamientos**
    - Los calentamientos previos al partido tendrán una duración máxima de 10 minutos, con un descanso de 5 minutos entre las dos partes.

Balones de baloncesto

- Se espera que los equipos locales proporcionen seis balones de baloncesto tanto para el equipo visitante como para el local.
- Los equipos locales también se encargarán de proporcionar el balón del partido.

Desempate en caso de empate entre dos equipos (clasificación)

- Historial de enfrentamientos directos
- Si el empate persiste, se comparará el balance de liga de cada equipo con el del equipo que ocupe el primer puesto en la clasificación final de la liga, luego con el del segundo, y así sucesivamente hasta que se desate el empate.
- Si sigue habiendo empate, se lanzará una moneda al aire para determinar cuál es el cabeza de serie.

Desempate en caso de triple empate (clasificación)

- Se compararán los resultados de los enfrentamientos directos de todos los equipos implicados.
- En caso de empate, se utilizará la diferencia de puntos para desempatar, una vez tenidos en cuenta los resultados entre los equipos implicados.

Fútbol (chicos y chicas)
7.º y 8.º curso

Límite de juego

- Cualquier jugador puede participar en cualquier partido de la temporada regular del equipo A o B, siempre que ello no suponga superar el número de partidos permitidos para ese deporte.
- Si un colegio tiene un número reducido de participantes, lo normal es que alinee primero a su equipo A antes de que juegue el equipo B.
- Ningún jugador del equipo A que sea titular debería jugar en el partido del equipo B, a menos que todo el curso cuente con 15 jugadores o menos. En ese caso, los tres mejores jugadores del equipo A no deberían jugar en absoluto en el partido del equipo B.
- Las condiciones de los partidos de la categoría B serán determinadas antes del partido por los responsables y entrenadores del centro local, en colaboración con los responsables y entrenadores del centro visitante, en caso de circunstancias especiales.

Estructura del juego

- **Cartas**
    - Sanción por expulsión (tarjetas rojas): un jugador expulsado por una tarjeta roja quedará descalificado para el resto de ese partido o encuentro. Además, el jugador quedará suspendido de la competición para el siguiente partido o encuentro programado que se dispute en el mismo nivel. No podrá participar en ningún partido, sea cual sea su nivel, durante ese periodo.
    - Tarjetas amarillas: todos los jugadores que reciban una segunda tarjeta amarilla en un mismo partido quedarán excluidos del resto del partido en curso, así como del siguiente encuentro del mismo nivel, independientemente de que se les haya mostrado o no una tarjeta roja. El deportista no podrá participar en ningún otro partido, sea cual sea su nivel, durante ese periodo.
- **Reloj**
    - Cada partido constará de dos tiempos de 35 minutos con el reloj en marcha. Si el árbitro detiene el partido por una lesión, será él quien decida si se añade tiempo de descuento.
    - El descanso puede durar entre 5 y 10 minutos, según lo acuerden los entrenadores. Si el partido no comienza a la hora prevista, el descanso deberá ser de 5 minutos.
- **Campos**
    - Los partidos se disputarán en campos de 100 yardas de largo por 60 yardas de ancho.
    - Los partidos del campeonato se disputarán en los campos de césped del estadio más grande.
    - Los entrenadores deben dirigir el partido desde fuera del terreno de juego. No pueden estar dentro del terreno de juego.
- **Regla de la misericordia**
    - Una vez que se alcance una diferencia de 7 goles entre ambos equipos, el árbitro informará a los dos entrenadores de que se ha aplicado la «regla de la misericordia», y el árbitro y/o el cronometrador dejarán que el reloj oficial siga corriendo durante las lesiones, los lanzamientos de penalti, tras los goles y durante las acciones disciplinarias del árbitro.
    - Finalización del partido: una vez que se alcance una diferencia de 10 goles y se haya completado la primera mitad del partido, el árbitro dará por finalizado el encuentro, tanto en la temporada regular como en la fase de eliminatorias.
- **Horas extras**
    - Temporada regular: si el partido termina en empate al final del tiempo reglamentario, el resultado se registrará como empate. No hay prórroga en la temporada regular.
    - Fase final (torneo)-
        - Se disputará una prórroga de 10 minutos con la regla del «gol de oro» (victoria

inmediata).

- Se lanzará una moneda al aire para decidir el inicio de la prórroga. El equipo visitante elegirá el lado de la moneda. El ganador del lanzamiento elegirá una portería que defender o desde la que realizar el saque inicial en la prórroga.
- El partido termina cuando cualquiera de los dos equipos marca un gol.
- Si, tras la prórroga, el marcador sigue empatado, todos los entrenadores, árbitros y capitanes de los equipos se reunirán en la línea de medio campo para repasar el procedimiento de los lanzamientos desde el punto de penalti, tal y como se describe a continuación.
    - Mecánica de los «tiros desde el punto de penalti» (KFTPM):
- El árbitro elegirá la portería hacia la que se lanzarán todos los tiros desde el punto de penalti.
- Se realizará un sorteo; el equipo visitante elegirá. El equipo que gane el sorteo podrá elegir si quiere patear primero o segundo. Los equipos se turnarán para designar a los pateadores.
- Cada entrenador designará a cinco jugadores de la plantilla —incluido el portero—, tanto si se encuentran en el terreno de juego como fuera de él al final de la prórroga, que participarán en los cinco primeros lanzamientos. Excepción: cualquier jugador que haya sido sancionado o expulsado durante el partido no podrá participar en el KFTPM.
- Los jugadores deberán permanecer en el círculo central hasta que el árbitro les indique que salgan.
- Cada lanzador deberá presentarse ante el árbitro en el área de penalti. El árbitro anotará el número del jugador y el orden de lanzamiento dentro de la ronda de su equipo.
- El portero encargado de defender el siguiente lanzamiento deberá situarse fuera del terreno de juego, en la intersección de la línea de meta y el límite del área de penalti, detrás del árbitro asistente.
- Una vez que el lanzador se haya presentado ante el árbitro para intentar un lanzamiento, podrá colocar el balón en la marca de penalti.
- El árbitro indica al portero que se coloque en la línea de portería y, a continuación, da la señal con el silbato para que se ejecute el lanzamiento.
- El lanzamiento se da por finalizado cuando el balón deja de moverse, sale del terreno de juego o el árbitro detiene el juego por cualquier infracción de las reglas.
    - Reglas para la victoria inmediata en el KFTPM (en caso de empate tras cinco intentos de cada equipo):
- Pateadores 6-10: cada entrenador seleccionará a cinco jugadores distintos de los cinco primeros que ya hayan pateado.
- En el caso de un empate a 11-15 en los tiros de penalti, si el marcador sigue empatado, se continuará con la tanda de tiros de muerte súbita, y los entrenadores designarán a cinco jugadores cualquiera para que lancen la siguiente serie de tiros alternados.
- Los lanzadores de 16 a 18 años, si el marcador sigue empatado, continuarán con los lanzamientos de muerte súbita, y el entrenador designará a cinco jugadores diferentes, excepto aquellos que participaron en el punto 2 (de 11 a 15 jugadores).
    - Repite los pasos indicados en los puntos 2 y 3 tantas veces como sea necesario.
    - Los «tiros desde el punto de penalti» (KFTPM) se consideran completados cuando:
- Antes de que ambos equipos hayan realizado cinco lanzamientos, uno de ellos ha marcado más goles de los que el otro podría marcar, incluso si este último completara los cinco lanzamientos que le corresponden (por ejemplo, 4-2). En este caso, no se realizan más lanzamientos.

    - Una vez que ambos equipos hayan lanzado cinco penaltis, ganará el equipo que haya marcado más goles (por ejemplo, 5-4).
        - Si el marcador sigue empatado después de que cada equipo haya realizado cinco lanzamientos, el KFTPM pasa a ser una situación de «victoria inmediata» (es decir, si un equipo marca y el otro no, el partido finaliza sin que se realicen más lanzamientos).
- **Plantillas**
    - Los equipos deben contar con una plantilla de al menos 15 jugadores.
    - Los partidos se disputarán con 11 contra 11 jugadores. Un partido debe comenzar con 11 jugadores, pero puede empezar con menos si es necesario. Si un equipo no puede comenzar con 11, que juegue con tantos como pueda. Siempre que un equipo comience un partido con menos de 11 jugadores, se recomienda que el equipo contrario comience con la plantilla al completo y reduzca el número de jugadores según correspond
- Al **margen**
    - Los entrenadores no pueden dar instrucciones desde el terreno de juego; deben permanecer en la banda.
- **Sustituciones**
    - Por lo general, los cambios se realizan antes de un saque de banda, un saque de esquina, tras un gol, en el descanso o debido a una lesión.
- **Partidos suspendidos**
    - Durante la temporada regular, si se ha completado una mitad del partido, este se considerará oficial. Si no se ha completado una mitad del partido, se reanudará desde el momento en que se interrumpió.
- **Tackles**
    - Las entradas deslizantes están prohibidas.
- **Bancos de los equipos**
    - Los entrenadores locales designarán las zonas de los equipos en las que deberán permanecer todos los jugadores y entrenadores durante el transcurso del partido (para ambos equipos). Los banquillos de los equipos deben situarse en el mismo lado del campo. No se permite el acceso de los padres a esta zona. Los padres y los espectadores se sentarán en las bandas opuestas a los banquillos de los equipos. Los entrenadores pueden delimitar esta zona utilizando conos u otros métodos de señalización.
- **Uniformes**
    - Los equipos locales llevarán equipaciones oscuras.
    - Las camisetas de los porteros deben ser de un color distinto al de su equipo. No obstante, los porteros pueden llevar el mismo color. Los porteros deben llevar guantes de portero.
    - Es obligatorio el uso de espinilleras, que deben ser adecuadas a la edad y la talla del jugador para garantizar una protección adecuada y razonable. Deben llevarse debajo de los calcetines y llegar hasta 2 pulgadas por debajo del tobillo (no se admiten espinilleras «mini»).
    - Es obligatorio llevar calcetines del color del equipo.
    - Sin tacos metálicos
    - Es obligatorio quitarse todas las joyas. Se admiten excepciones en el caso de medallas religiosas o médicas. Las medallas religiosas u otros objetos de carácter religioso deben fijarse con cinta adhesiva al cuerpo y llevarse debajo del uniforme. Las alertas médicas deben fijarse con cinta adhesiva y pueden quedar a la vista.
    - No se permiten horquillas, pinzas, pasadores ni otros accesorios para el pelo fabricados con materiales abrasivos o duros. Los tocados que se lleven por motivos religiosos no deberán estar fabricados con materiales abrasivos o duros y deberán ajustarse bien.
- **Calentamientos**
    - Los calentamientos previos al partido tendrán una duración máxima de 10 minutos.
- **Balones de fútbol**

- Usaremos un balón de fútbol de tamaño 5.
- Los equipos traerán sus propios balones de fútbol para el calentamiento y el equipo local proporcionará el balón del partido.

Puntos en la temporada regular:

- Los equipos ganadores recibirán 3 puntos por cada victoria.
- Los empates se puntuarán con un punto para cada equipo.
- Los perdedores no recibirán puntos

Desempate en caso de empate entre dos equipos (clasificación)

- Historial de enfrentamientos directos
- Diferencia de goles: el número de goles que has marcado a otros equipos frente al número de goles que te han marcado a ti.
- Goles marcados: El equipo que haya marcado más goles en la temporada regular obtendrá el mejor puesto en el cuadro, y así sucesivamente.
- Goles encajados: El equipo con menos goles encajados en la temporada regular es el que ocupa el puesto más alto en la clasificación, y así sucesivamente.
- Si sigue habiendo empate, se lanzará una moneda al aire para determinar cuál es el cabeza de serie.

Desempate en caso de triple empate (clasificación)

- Historial de enfrentamientos directos
- Diferencia de goles: el número de goles que has marcado a otros equipos frente al número de goles que te han marcado a ti.
- Goles marcados: El equipo que haya marcado más goles en la temporada regular obtendrá el mejor puesto en el cuadro, y así sucesivamente.
- Goles encajados: El equipo con menos goles encajados en la temporada regular es el que ocupa el puesto más alto en la clasificación, y así sucesivamente.
- Si sigue habiendo empate, se lanzará una moneda al aire para determinar cuál es el cabeza de serie.

Voleibol (femenino)
7.º y 8.º curso

Límite de juego

- Cualquier jugadora podrá participar en cualquier partido de la temporada regular de los equipos A o B, siempre que ello no suponga superar el número de partidos permitidos para ese deporte.
- Si un colegio tiene un número reducido de participantes, lo normal es que alinee primero a su equipo A antes de que juegue el equipo B.
- Ningún jugador del equipo A que sea titular debería jugar en el partido del equipo B, a menos que todo el curso cuente con 15 jugadores o menos. En ese caso, los tres mejores jugadores del equipo A no deberían jugar en absoluto en el partido del equipo B.

Estructura del juego

- Arbitraje
    - Si no hay suficientes árbitros para los partidos de categoría B, los entrenadores pueden ayudar a arbitrar.
    - El equipo local se encargará de proporcionar a los jueces de línea, que podrán ser estudiantes encargados de la gestión del equipo, deportistas universitarios o voluntarios.
    - Para cada set, se necesitarán dos jueces de línea, que deberán situarse en las esquinas opuestas.
    - Si una pelota toca la línea, ¡la pelota está DENTRO!
- Rotaciones/Sustitutos
    - 6 jugadores en la cancha
    - Los equipos se van turnando cuando les toca sacar.
    - Los equipos sirven hasta que pierden un punto O hasta que hayan realizado cinco servicios correctos.
    - Sustituciones:
        - No hay ningún límite en el número de sustituciones.
        - Un servidor no puede servir más de una vez cada seis jugadores.
        - Equipos A: Los mismos jugadores deben sustituir a los mismos jugadores (hasta un máximo de 3 jugadores). Excepción: en caso de lesión, se pueden ajustar las rotaciones, pero deben mantenerse así durante el resto del partido, salvo que se produzcan otras lesiones. Si surge alguna discrepancia, los árbitros resolverán la cuestión con los entrenadores.
        - Equipos B: las sustituciones deben realizarse jugador por jugador o entre jugadores que ocupen la misma posición en la cancha (por ejemplo, delantero derecho, defensa derecho, etc.).

Reglas del juego

- Un jugador de la línea de fondo (situado en la línea de ataque o delante de ella) no puede tocar el balón por encima de la altura de la red y completar un ataque. Siempre que el punto de contacto se produzca completamente por debajo de la altura de la red, se considerará un contacto válido.
- Un jugador puede tocar el suelo más allá de la línea central con uno o ambos pies o manos, siempre que una parte del pie o los pies, o de la mano o las manos, permanezca sobre la línea central o por encima de ella. Es ilegal tocar el suelo más allá de la línea central con cualquier otra parte del cuerpo.
- Las redes deben colocarse a una altura aproximada de 7 pies, que es la altura reglamentaria para las mujeres.
- Los equipos pueden cambiar de lado después de cada set; esto lo decidirán los entrenadores y los árbitros al comienzo del partido.

Puntuación

- En todas las competiciones se utilizará el sistema de puntuación por rally.
- Un equipo juega...
    - Todos los partidos se disputarán al mejor de tres sets; el sistema de puntuación por intercambio hasta 25; se gana por 2 puntos de diferencia, con un máximo de 29.
    - Si fuera necesario un tercer set, este se disputará a 15 puntos, con una ventaja mínima de 2 puntos y un máximo de 19.
- Partidos del equipo B-
    - Todos los partidos se disputarán al mejor de tres sets; el sistema de puntuación será por puntos, hasta 25; con un límite máximo de 29.
    - Los equipos B de los colegios grandes disputarán un tercer set en cualquier caso. Ese set se jugará a 15 puntos, y ganará el primero que alcance los 15. Los equipos B de los colegios pequeños seguirán la regla de «al mejor de tres» para su equipo B.
    - En caso de que un equipo B ya haya ganado el primer y el segundo set, se disputará el tercer set para que más deportistas tengan la oportunidad de jugar; este set no se tendrá en cuenta a efectos de clasificación. En caso contrario, se disputará el tercer set para determinar el ganador del partido.
- Libro oficial-
    - Hay que llevar un registro de la puntuación oficial.
    - Hay que llevar la cuenta de los saques consecutivos e informar a los árbitros cuando el jugador que saca haya alcanzado los 5 saques consecutivos.

Por ración

- Equipos A-
    - Los alumnos tienen derecho a un intento de saque (por cada posesión de saque).
- Equipos B-
    - Los alumnos tienen permitido un solo intento de saque por encima de la cabeza (por cada posesión de saque).
    - Si no pasa por encima de la red, tendrán un segundo intento, pero deberá ser con un lanzamiento por debajo.
    - Si la pelota no pasa por encima de la red en el segundo intento, el otro equipo se lleva el punto.
    - Si el primer servicio es por debajo y no supera la red, el otro equipo se lleva el punto y saca.
- Equipos B-
    - Los alumnos sacarán desde la línea de servicio, pero si la sobrepasan, no se les restará ningún punto por falta de pie.
    - Si la pelota no pasa por encima de la red, el otro equipo se lleva el punto.
- No se permite el contacto de ataque en el primer contacto de la recepción del saque.
- Hay un límite de cinco (5) saques por persona y por equipo. Una vez que el servidor haya realizado con éxito su quinto saque, se concede el punto correspondiente y el saque pasa al otro equipo.
- En los servicios por encima de la cabeza, el servidor puede dejar caer la pelota lanzada una vez por cada turno de servicio.
- Se utilizará el juego de «piedra, papel o tijera» para determinar qué equipo sacará primero en el primer set. El equipo que saque primero en el primer set sacará en segundo lugar en el segundo set. Se utilizará el juego de «piedra, papel o tijera» para determinar quién sacará primero en el tercer set.
- Se admitirá el «let-serve» y el juego continuará siempre que el contacto con la red se produzca

íntegramente dentro de las antenas de la red.
- Si un saque golpea la antena, ¡la pelota está FUERA!

Tiempos muertos
- Cada equipo tendrá derecho a dos tiempos muertos por set, de 30 segundos cada uno, lo que supone un total de seis tiempos muertos si se disputan tres sets. Calentamiento
- Los calentamientos previos al partido consistirán en que cada equipo ocupe toda la pista durante 5 minutos de calentamiento y 2 minutos de saques conjuntos antes del inicio del set. El equipo visitante calentará primero.

Balones de voleibol
- Se espera que los equipos locales proporcionen 11 balones de voleibol para cada uno de los equipos visitante y local (un total de 22 balones de voleibol).
- Los equipos locales también se encargarán de proporcionar el balón del partido.

Desempate en caso de empate entre dos equipos (clasificación)
- Historial de enfrentamientos directos
- Si el empate persiste, se comparará el balance de liga de cada equipo con el del equipo que ocupe el primer puesto en la clasificación final de la liga, luego con el del segundo, y así sucesivamente hasta que se desate el empate.
- Si sigue habiendo empate, se lanzará una moneda al aire para determinar cuál es el cabeza de serie.

Desempate en caso de triple empate (clasificación)
- Se compararán los resultados de los enfrentamientos directos de todos los equipos implicados.
- En caso de empate, se utilizará la diferencia de puntos para desempatar, una vez tenidos en cuenta los resultados entre los equipos implicados.