



# REGLAMENT DE TENNIS TAULA

*Departament d'Esports Individuals*

*"Aquest Reglament serà d'aplicació en totes les activitats organitzades pel CONSELL DE L'ESPORT ESCOLAR DE BARCELONA, i, per tant, hi queden subjectes totes les persones i entitats que participin en l'esmentada organització."*



## TENNIS TAULA

El tennis taula és un dels esports més populars i coneguts del món. El seu joc és molt complex degut a la rotació de la pilota, a l'efecte Magnus i al joc de la gravetat. La gravetat juga un paper molt important en aquest esport i investigacions de la NASA diuen que és un esport molt difícil de practicar, ja que, la pilota pot arribar a més de 100km/h. Desenvolupa la capacitat de reacció, l'anticipació i l'explosivitat, treballant alhora l'exigència física i mental del jugador.

El Tennis Taula és un esport de raqueta que enfronta dos jugadors, o dues parelles de jugadors, situats cadascun a banda i banda d'una taula dividida transversalment per una xarxa. Consisteix en colpejar la pilota amb una pala i fer-la passar per damunt de la xarxa, fent que boti primer al seu camp i després al camp del contrari, l'objectiu de cada jugador és que el seu adversari no pugui retornar la pilota.

A continuació es concreten una sèrie de regles perquè aquest **esport, resulti formatiu i també divertit**. L'objectiu és permetre que els jugadors gaudeixin de l'esport a la vegada que progressen en el seu joc.

### PRINCIPIES ESPORTIUS DEL CEEB

Aquests principis acordats des de fa temps al CEEB es concreten, a mode d'exemples sintètics, en tres frases que resumeixen la nostra filosofia: La primera parla d'objectius educatius, la segona del nostre compromís esportiu i la tercera dels valors del CEEB.

**“és més important la progressió que el resultat”**

**“vetllar pel Joc net, els comportaments esportius i el respecte als contraris i als seus acompanyants”**

**“el treball de valors complementa el treball esportiu”**

## ÍNDEX

<b>1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (UCEC).....</b>	<b>4</b>
<b>2. REGLAMENT DE COMPETICIÓ.....</b>	<b>4</b>
2.1. La taula i el conjunt de la xarxa.....	5
2.2. La pilota.....	5
2.3. La pala.....	5
2.4. El servei.....	5
2.5. Ensenyar la pilota.....	5
2.6. Net.....	6
2.7. El punt.....	6
2.8. El joc.....	6
2.9. El Partit.....	6
2.10. L'arbitratge.....	7
<b>3. SISTEMA DE COMPETICIÓ INDIVIDUAL</b>	
3.1. Sistema de competició.....	7 i 8
3.2. Fase Final.....	8
3.3. L'acta.....	8
<b>4. SISTEMA COMPETICIÓ DOBLES</b>	
4.1. Sistema de competició.....	9
4.2. Fase Final.....	9
4.3. Reglament joc de dobles.....	9
4.4. L'acta.....	9
<b>5. TROBADA EN FAMÍLIA.....</b>	<b>10</b>
<b>6. DATA LÍMIT D'INSCRIPCIÓ.....</b>	<b>10</b>
<b>7. EL JUGADOR SOLIDARI.....</b>	<b>10 i 11</b>
<b>8. PERSONAL TÈCNIC I PARTICIPANTS</b>	
8.1. Personal Tècnic.....	11
8.2. Participants.....	11
<b>9. GUARDONS.....</b>	<b>12</b>
<b>10. FINALS DELS JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA.....</b>	<b>12</b>
<b>11. RECLAMACIONS I CONTACTE.....</b>	<b>12</b>

## 1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (UCEC)

Tots els esports necessiten unes **regles** que els regeixin i permetin la seva pràctica. Cal un esforç per part de tots els agents implicats, esportistes, personal tècnic, jutges, pares i mares, etc. en la comprensió i aplicació d'aquestes regles. Les regles són les mateixes per a tots i totes: cal respectar-les i fer que la resta de participants les respectin. D'aquesta manera es garanteix que tothom participi en igualtat de condicions.

Per damunt de qualsevol regla està l'**esportivitat**, és a dir, el conjunt de principis ètics exigibles en la pràctica d'un esport que fan referència al reconeixement i el respecte a les regles del joc, la correcció envers els adversaris, el manteniment de la igualtat d'oportunitats, el refús a una victòria obtinguda a qualsevol preu, i el manteniment d'una actitud digna en la victòria i en la derrota.

L'activitat física i l'esport són un medi idoni per a la transmissió de valors individuals i de grup, valors que tracten la concepció d'un mateix, la salut i d'altres relacionats amb les relacions interpersonals.

***Totes les entitats i personal tècnic ha de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als participants donat que accepten el reglament de Tennis Taula i participen, exclusivament, sota la seva responsabilitat.***

## 2. REGLAMENT DE COMPETICIÓ

### 2.1. La taula i el conjunt de la xarxa

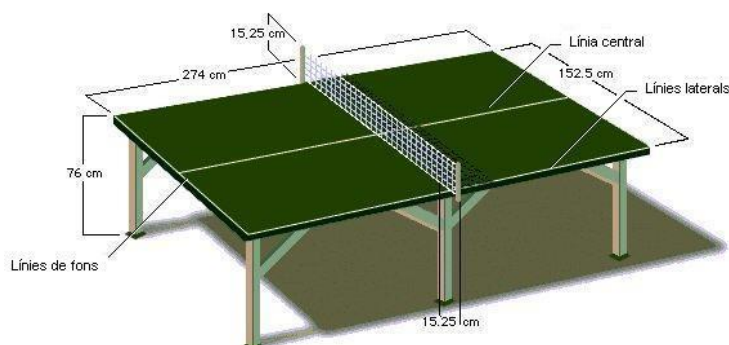
La superfície de joc (superfície superior de la taula) serà rectangular. Les seves mides seran les següents: altura 76 cm, llargada 2,74 mts i amplada 1,52 mts. La xarxa ha de tenir una altura de 15,25 cm i serà vertical i paral·lela a les línies de fons.

El color de la superfície serà fosc, uniforme i mate. Hi haurà tres tipus de línies de color blanc: una línia central, dues línies laterals i dues línies de fons.

La línia central serà de 2cm d'amplada i de 2,74cm de llarg, les dues línies laterals seran de 2,74cm i les dues línies de fons de 152,5cm

La superfície de joc estarà dividida en dos camps iguals per una xarxa vertical i paral·lela a les línies de fons, que serà contínua en tota l'àrea de cada camp.

Pel joc de dobles, cada camp estarà dividit en dos mitjos camps iguals per una línia central blanca i paral·lela a les línies laterals.



## 2.2. La pilota

La pilota serà esfèrica i tindrà un diàmetre de 40mm, pesarà 2,7g i podrà ser de cel·luloide o de plàstic. De color blanc o taronja.

## 2.3. La pala

La pala de tennis taula serà de qualsevol tamany, de forma i pes. Haurà de ser plana i rígida. Les pales hauran de portar dues gomes a cada cara, una de color vermella i l'altre de color negre. En cap cas podran portar dues gomes del mateix color.

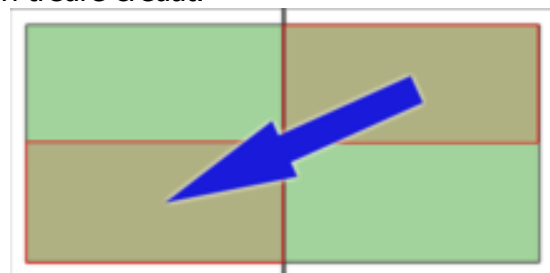
## 2.4. El servei

El jugador que guanyi el sorteig podrà escollir entre ser el primer en servir, el camp que prefereixi o que serveixi o esculli l'altre jugador.

Perquè un servei sigui vàlid, la pilota ha de botar primer al camp del servidor i després al del receptor, sense tocar la xarxa.

**Individual:** el servei sempre és lliure, en cap cas és obligatori treure creuat.

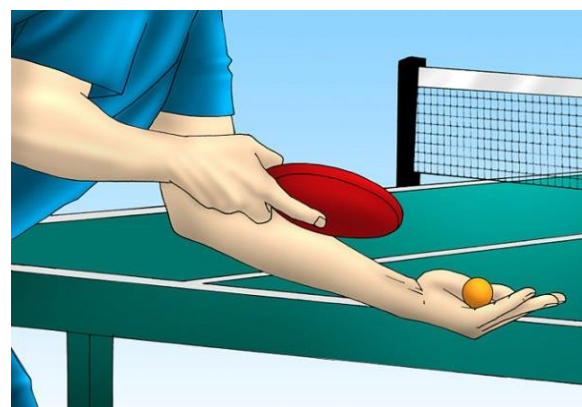
**Dobles:** sempre es servirà en diagonal des de la part dreta de la taula. Si el servei no és creuat i la pilota bota a l'altre camp (passant la línia central de la taula) el punt serà per l'altre parella, donat que es considera falta de servei. Els esquerrans també hauran d'efectuar el seu servei des de la part dreta de la taula.



- No existeix el primer servei. Si el primer servei no entra, el punt és per l'altre.
- El canvi de servei es realitza cada dos punts.
- Si a un joc, dos jugadors/es arriben a 10-10, cada jugador/a passa a servir una vegada.
- Tots els serveis que no siguin clars es repetiran.

## 2.5. Ensenyar la pilota

Abans que un jugador/a vagi a efectuar un servei, haurà de fer visible la pilota a l'àrbitre i al seu contrari posicionant-la a sobre de la palma de la seva mà lliure durant un mínim de 3 segons, fóra de la taula (mai a dintre) i a l'altura de la taula (mai amagant la pilota per sota la taula). Haurà d'eleva-la verticalment i a una alçada aproximada d'uns 16cm i efectuar el servei. Si un jugador/a no fa visible la pilota ni la mantén durant un mínim de 3 segons a sobre de la palma de la mà, el punt es repetirà fins a dues vegades, a la tercera vegada el punt serà pel contrari (els pre-benjamins i benjamins tenen tres avisos i no dos, al quart avís també serà punt per l'adversari).



## 2.6. Net

Un servei es repetirà quan la pilota toqui la xarxa i passi al camp contrari. Si toca la xarxa i va fora és punt per l'altre.

## 2.7. El punt

Un jugador guanyarà un punt:

- Si el seu oponent no fa un servei correcte (\*consultar els punts 1.4.1 i 1.4.2)
- Si l'adversari fa que la pilota passi per sobre de la xarxa i no toqui el camp contrari (directament va fora de la taula).
- Si el seu oponent colpeja la pilota abans que boti al seu camp ("bolear").
- Si el seu oponent colpeja la pilota quan aquesta ha fet dos bots.
- Si l'adversari toca la pilota amb la pala dues vegades consecutives de manera intencionada (si no és intencionat es seguirà el punt).
- Si el seu oponent toca la superfície de joc amb la mà lliure (la mà que no agafa la pala).

**\*En el cas de les categories pre-benjamí i benjamí, durant un set es passarà per alt fins a dues vegades i es seguirà el punt, al finalitzar aquest, l'àrbitre haurà de fer un avís al jugador/a. Si un jugador/a toca la superfície de joc per tercera vegada en un joc/set, no hi haurà avís, es parerà el punt i serà falta i punt per l'adversari.**

- Si en dobles un dels oponents colpeja la pilota fora de l'ordre establert (els jugadors han de tocar la pilota una vegada cadascun).
- Si en dobles una parella fa un servei paral·lel.

## 2.8. Joc

Guanyarà un joc el jugador o parella que arribi primer als 11 punts, excepte quan ambdós jugadors o parelles arribin als 10 punts; en aquest cas, guanyarà el joc el primer jugador/a o parella que posteriorment obtingui 2 punts de diferència.

Si un jugador va guanyant 7-0 no ha guanyat el partit, ha d'arribar a 11 punts.

## 2.9. El partit

Un joc quedarà finalitzat quan un dels dos jugadors arribi a 11 punts sempre amb una diferència de dos punts, canviant el servei cada dos punts. En principi, els partits de la competició individual i de la competició d'equips es disputaran al millor de tres jocs

(2-0 / 2-1). Al finalitzar un joc, els dos jugadors hauran de canviar de camp. Quan dos jugadors vagin empatats de jocs (1-1) i un dels dos arribi a 5 punts, aquests rotaran de camp.

Al finalitzar un partit els dos o quatre jugadors hauran de donar-se la mà com a mostra de reconeixement i valoració. També hauran de donar la mà a l'àrbitre que ha mediat el partit.

*\*El Comitè es reserva el dret de modificar aquesta regla pel bé de la competició.*

## 2.10. L'arbitratge

Tots els partits seran arbitrats pels mateixos jugadors/es. A la competició individual, els àrbitres estan assignats a l'acta. A la competició d'equips, els mateixos jugadors s'hauran de posar d'acord per arbitrar els partits.

Un entrenador/a podrà arbitrar un partit en cas que no es trobi àrbitre.

És responsabilitat dels entrenadors/es ensenyar el reglament i la normativa bàsica als seus jugadors perquè puguin fer un arbitratge net i correcte.

A les fases finals, la Organització assignarà els àrbitres. Quan siguin partits a eliminatòria directe, el jugador/a perdedor, haurà de quedar-se a la taula a arbitrar el partit següent.

A les Jornades de Dobles els àrbitres hauran d'arbitrar drets.

## 3. SISTEMA DE COMPETICIÓ INDIVIDUAL

### 3.1. Sistema de competició

- Estructura de la Competició Individual:
  - Fase Prèvia
  - 4 Fases de Competició Individuals puntuables a rànking
  - Fase Final
- La primera fase s'anomena **FASE PRÈVIA** i és a "random" (per sorteig). Es formaran grups de màxim 6 jugadors/es de manera aleatòria. Aquesta Fase Prèvia serveix per determinar i detectar el color/nivell de cada jugador/a i així, a la 1a Fase posicionar-los dintre del seu color/nivell corresponent. A aquesta jornada els participants puntuaran 10 punts per haver participat.
- Durant les **4 FASES de competició**, s'ajuntaran les categories Benjamí i Aleví (Categoria B-A) i Infantil i Cadet (Categoria I-C). A la **FASE FINAL** cada jugador jugarà la seva categoria real.
- El Sistema de Competició de les 4 fases serà per nivells representats en colors. Dintre de cada categoria hi haurà tres colors:

1r Nivell	Taronja
2n Nivell	Groc
3r Nivell	Blau

- Els jugadors podran pujar, baixar i mantenir-se de color.
- Els grups seran de 6 jugadors/es i els dos primers classificats de grup pujaran al color superior, els dos últims baixaran al color inferior i els tercers i quarts es mantindran en el seu color. Els dos primers jugadors del color Taronja no podran pujar a un color més alt i es mantindran en el seu nivell. El mateix passarà amb els 5èns i 6èns del color blau (3r nivell) no baixaran i es mantindran en el seu nivell.
- En funció del color/nivell que juguin els participants, la puntuació de rànking serà major o menor.

**ÍNDEX**

- El rànking que puntuarà cada jugador/a serà sempre dintre de la seva categoria real (Benjamí, Aleví, Infantil i Cadet-Juvenil).
- La puntuació de rànking es repartirà de la següent manera:

<b>Taronja 1r nivell</b>		<b>Groc 2n nivell</b>		<b>Blau 3r nivell</b>	
Posició	Puntuació	Posició	Puntuació	Posició	Puntuació
1r de grup	27	1r de grup	21	1r de grup	15
2n de grup	26	2n de grup	20	2n de grup	14
3r de grup	25	3r de grup	19	3r de grup	13
4rt de grup	24	4rt de grup	18	4rt de grup	12
5è de grup	23	5è de grup	17	5è de grup	11
6è de grup	22	6è de grup	16	6è de grup	10

### 3.2. Fase Final

Els 16 primers jugadors/es de rànking i de cada categoria passaran directe a Quadre final començant per Octaus. El rànking final servirà per establir els cap de sèrie de la Fase Final. El quadre final és a eliminatòria directe.

Els participants no classificats jugaran partits amistosos o de posicionament (es determinarà en funció de la participació) i seran premiats amb obsequis. A la Fase Final es disputaran totes les categories tant de masculí com de femení, sempre i quan hi hagi un mínim de 4 participants, sinó la competició serà mixta.

La classificació individual s'actualitzarà després de cada una de les Fases i es publicarà a la plana web del Consell la setmana després de cada fase.

### 3.3. L'acta

L'acta de la Fase Individual es penjarà en format PDF a la nostra plana web.

És responsabilitat dels entrenadors/es ensenyar als seus jugadors/es a entendre-la i omplir-la degudament.



## 4. REGLAMENT DE COMPETICIÓ DOBLES

### 4.1. Sistema de competició

Les parelles hauran d'estar formades per dos jugadors/es de la mateixa categoria. La competició serà mixta, sense caldre que ho siguin les parelles. Per tant, poden haver-hi parelles masculines, femenines o mixtes.

En cas que els dos jugadors siguin de diferent categoria, tindran dues opcions:

- Jugar la categoria del jugador/a més gran i estar dintre de la competició.
- Jugar la categoria del jugador/a més jove i estar fóra de competició.

Totes les parelles tindran un número de Dorsal compartit. I si ho volen, podran posar-li un nom al seu equip. El Dorsal de cada jugador/a l'haurà de recollir a Taula d'Organització quan es presenti a confirmar assistència. Aquest Dorsal l'haurà de guardar per tornar a portar-lo a la Fase Final.

La Primera Fase puntuable serà a "ràndom", a sorts. El sorteig es farà abans de donar inici a la Competició i es farà públic a peu de pista. Durant la Primera fase s'elaboraran grups de màxim 6 parelles.

### 4.2. Fase Final

En funció de la participació, la Organització decidirà quines parelles passen directament a Quadre Final. Sempre s'intentarà que passin el màxim nombre de parelles possibles. El quadre final és a eliminatòria directe.

Les parelles no classificades jugaran partits amistosos o de posicionament (es determinarà en funció de la participació) i seran premiats amb obsequis.

### 4.3. Reglament joc de dobles

El servei de tots els jugadors sempre ha de ser en diagonal des de la part dreta de la taula. Serveix un jugador X, el que resta ha de ser un dels jugadors de l'altre parella, el company del servidor tornarà a fer la devolució i el company del que ha restat farà llavors la devolució i així successivament. La devolució no cal que sigui en diagonal, a partir del servei es pot jugar per tota la taula. **El servei tant per dretans com per esquerrans sempre ha de ser des de la dreta de la taula.** Es considera falta si un jugador colpeja la pilota dues vegades seguides, sempre ha de ser un cop cada jugador. Els àrbitres han d'estar drets durant l'arbitratge.

### 4.4. L'acta

L'acta de la Fase de Dobles és exactament la mateixa que l'acta Individual. La trobareu a la nostra pàgina web.

## 5. TROBADA EN FAMÍLIA

La Trobada en Família de Tennis Taula té com a objectiu principal promocionar la pràctica del Tennis Taula i que pares i mares, joves i nens/es comparteixin junts l'experiència de fer esport al costat dels seus familiars. Les trobades incentiven la idea de practicar esport sense pensar en el resultat ni en les puntuacions. Són trobades on s'adapten les normes i en les quals es valora la diversió i l'esforç per damunt de tot. Per això, apostem per la Trobada en família, ja que creiem que és una bona manera de prendre contacte amb l'esport.

Més de 15 taules, pares, mares, fills, filles, partits de dobles, partits individuals i en funció de la participació, hi podria haver una zona lúdica amb inflables pels més joves.

Les inscripcions sempre són en parella. Les parelles estan formades per un **adult** (pare, mare, cosí, tiet, etc) i un **nen/a** (fill, filla, cosí, nebot, etc).

Aquest curs 2016-2017 es celebrarà a les instal·lacions del CEM La Mar Bella el dissabte dia 18 de febrer en horari de matí.

No s'admetrà la inscripció de parelles el mateix dia de la Trobada. El plaç d'inscripció finalitza 10 dies abans de la celebració de la Trobada en Família.

## 6. DATA LÍMIT D'INSCRIPCIÓ

Competició Individual

Plaç d'inscripció: **Dimarts 8 de novembre de 2016**

\*si un jugador/a vol inscriure's a la segona o tercera fase ho haurà de fer 10 dies abans de la celebració d'aquesta/es.

Competició Dobles:

Plaç d'inscripció: **Dimarts 17 de gener de 2017**

Trobada en Família:

Plaç d'inscripció: **Dimarts 7 de febrer de 2017**

## 7. EL JUGADOR SOLIDARI

El **jugador solidari** és aquell jugador/a que durant el seu temps de descans pot ser cridat per la Organització per disputar un partit amistós contra un jugador d'una altra categoria o no, al qual no se li ha presentat el contrincant.

El jugador solidari només jugarà el partit amistós en el seu temps de descans.

El jugador solidari haurà d'estar inscrit a la llista de "Jugadors solidaris" i seran cridats per ordre d'inscripció per la Organització.

El jugador solidari té el deure de no marxar del pavelló durant el seu descans fins que la Organització ho comuniqui per microfonia.

El partit amistós que juguen el jugador solidari i el jugador que ha tingut una baixa del seu contrincant, no seran comptabilitzats al rànking, però sí valorats i registrats per la Organització. Considerem el partit amistós com un esdeveniment esportiu que té com a finalitat que els jugadors als quals no se'ls hi ha presentat el contrincant, puguin jugar el mateix nombre de partits que els seus companys i que al rànking no afecti la baixa del seu adversari. Només afectarà al jugador que no s'ha presentat.

El jugador solidari és voluntari i pot apuntar-se i desapuntar-se de la llista quan ho trobi convenient.

## **8. PERSONAL TÈCNIC I PARTICIPANTS**

### **8.1. El personal tècnic**

Totes les entitats i personal tècnic ha de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als participants donat que accepten el reglament de Tennis taula i participen, exclusivament, sota la seva responsabilitat.

Els entrenadors tenen un minut i mig de rellotge per "fer banda" als seus jugadors. Cada entrenador/delegat podrà demanar temps mort una vegada per partit.

Tots els participants i entrenadors s'han de comportar de manera justa i esportiva durant tota la competició.

### **8.2. Els participants**

Els jugadors canviaran de camp a cada joc. En el cas que un partit s'arribi a jugar el joc del desempat (el tercer o cinquè joc) faran un canvi de camp en el moment que un dels jugadors arribi a cinc punts.

Els encontres seran arbitrats pels mateixos jugadors/es, en l'ordre establert a la pròpia Acta, i per qui designin els responsables de la competició.

Els participants han d'evitar qualsevol comportament indisciplinat.

#### **8.2.1. Uniformitat/equipació**

Tots els participants han de portar vestimenta esportiva. Es demana a les entitats que portin la mateixa equipació (el xandall de l'escola o del club/entitat), calçat adient (bambes esportives) samarreta màniga curta i pantalons curts. A l'hivern podran portar xandall màniga llarga. La Organització facilitarà el material als jugadors que no disposin de pala i/o pilotes. En la Competició de Dobles es demana que les parelles vagin amb la mateixa samarreta.

## 9. GUARDONS

Cada guardonat/da que pugi a pòdium **donarà la mà a la resta de companys guardonats en senyal de reconeixement, respecte i valoració**. La Organització, sempre i quan sigui possible, entregarà a tots els participants un petit obsequi com a record de la competició i un diploma corresponent a la seva participació.

- A la **Competició Individual** es donaran guardons als quatre primers classificats de cada categoria.
- A la **Competició de Dobles** es donaran guardons a les quatre primeres parelles classificades de cada categoria.

## 10. FINALS DELS JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA

A final de curs, la UCEC (Unió de Consells Esportius de Catalunya), organitza les **Finals dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya**.

Primerament es celebra una fase prèvia a cada comarca anomenada **Final Territorial**, on participen els millors jugadors de cada territori. I els classificats d'aquesta Final Territorial, participen a la **Final Nacional** amb els millors jugadors/es de cada Territori de Catalunya (Barcelona, Tarragona, Lleida, Girona i Terres de l'Ebre).

Els jugadors/es classificats/des del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona seran aquells jugadors/es que pugin a pòdium a la nostra **Final Individual** (totes les categories, tant masculí com femení).

Els equips classificats, seran aquells que pugin a pòdium a la nostra **Final de Dobles** (totes les categories, masculí, femení i mixte).

La normativa de les Finals dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya es comunicaran quan surtin publicades a la web de la UCEC, així com la data i horari dels encontres.

*\*Cal tenir en compte, que existeix la possibilitat de que les Finals dels JEEC no es celebrin cada any per un tema pressupostari.*

## 11. RECLAMACIONS I CONTACTE

Els dubtes, qüestions i reclamacions respecte als resultats d'alguna fase, classificació, etc, es podran notificar en un plaç de 10 dies al següent correu electrònic: [eniето@elconsell.cat](mailto:eniето@elconsell.cat)

Per debatre i proposar canvis en el sistema de competició, normativa o reglament, es farà de manera presencial a la reunió d'entitats i entrenadors de principi de curs.