TEMPO DI LETTURA
3 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 UNDER U7 | U8 UNDER U9 | U10 UNDER U11 | U12 UNDER U13

GIOCHIAMO TUTTI

Definiamo le regole delle competizioni in base alle necessità dei giovani giocatori

PARTIAMO DA ALCUNE CONSIDERAZIONI SULLA PRATICA SPORTIVA IN ETÀ GIOVANILE

La pratica regolare di uno sport è un'attività molto comune tra i giovani. Il 58% dei bambini tra 6 e 10 anni, il 60,6% degli 11-14enni e il 50,1% dei 15-17enni praticano sport, con percentuali più alte tra i maschi (Annuario Statistico Italiano, 2021). Tuttavia, l'abitudine a fare sport diminuisce con l'età. Il fenomeno dell'abbandono precoce dello sport, noto come drop-out (Bussmann, 2004), ha diverse cause:

- **Eccessive aspettative:** allenatori, genitori e dirigenti spesso si aspettano prestazioni irrealistiche, creando pressioni che spesso inducono i giovani ad abbandonare.
- **Selezione precoce:** la ricerca del risultato immediato favorisce atleti più maturi fisicamente, escludendo quelli con uno sviluppo più tardivo.
- **Allenamenti noiosi:** spesso gli allenamenti sono ripetitivi e non divertenti, riducendo l'interesse dei giovani praticanti.
- **Difficoltà nella gestione del tempo:** i giovani faticano a conciliare impegni scolastici e sportivi.

ALCUNI NUMERI PER COMPRENDERE LA SITUAZIONE

L'abbandono precoce è evidente anche nel calcio (ReportCalcio 2022). Analizziamo i dati pre-2020 per evitare l'influenza della pandemia COVID-19:

- Il numero di tesserati nei settori giovanili è rimasto stabile (838.259 nel 2009, 839.888 nel 2019), ma il numero dei praticanti adulti è diminuito in modo significativo (da 474.493 nel 2009 a 365.034 nel 2019, -24%)
- Il numero di Club è in calo (da 14.690 nel 2009 a 12.449 nel 2019, -15%).
- La fascia d'età con più tesserati è quella U10/U11, ma il numero diminuisce progressivamente nelle categorie successive.

L'abbandono può essere fisiologico (lavoro, studio, infortuni) o "patologico" (errori e scelte sbagliate dall'ambiente che circonda i giocatori).

Mentre gli aspetti fisiologici dell'abbandono sono difficili da controllare, possiamo fare di più per ridurre le condizioni patologiche. Favorire un'esperienza sportiva positiva può portare i giovani a continuare il loro percorso sportivo o rimanere coinvolti nello sport in altre vesti: allenatori, dirigenti, arbitri o tifosi.

Il regolamento di gioco può contribuire a creare un ambiente ideale per i giovani calciatori, riducendo il rischio di drop-out. Alcune scelte regolamentari adottate dalla FIGC, SGS nell'Attività di Base sono:

- **Cambi obbligatori:** tutti i giocatori in lista giocano almeno un tempo.
- **Risultato azzerato:** al termine di ogni tempo, il risultato riparte da 0-0.
- **Numero ridotto di giocatori e spazi:** le modalità di gioco vengono adattate alle capacità psicofisiche delle diverse fasce d'età.

COME CI AIUTANO LE MODALITÀ DI GIOCO PER L'ATTIVITÀ DI BASE

Le modalità di gioco previste per l'Attività di Base, rinnovate dalla stagione 2023/2024, mirano a contrastare l'abbandono della pratica sportiva:

- **Attività senza punteggio:** *situazioni di gioco, duello* e *multi-partita* permettono di coinvolgere anche i giocatori meno efficaci tecnicamente-
- **Destrutturazione delle partite:** punteggio separato per ogni tempo di gioco, proposte pre-gara e numeri ridotti di giocatori nelle partite sono solo alcune delle regole che permettono di differenziare le modalità di gioco dei giovani da quello degli adulti, aiutando a concentrare l'attenzione sulla formazione e non solo sul risultato.
- **Giocare anche con numeri ridotti rispetto a quelli previsti nella gara della categoria di riferimento (dall' 1 contro 1 al 5 contro 5):** questa soluzione permette di coinvolgere anche giocatori che hanno cominciato in ritardo il loro percorso sportivo attraverso attività più consone alle loro competenze.
- **Aumento della pratica motoria:** il tempo di coinvolgimento motorio in gara può essere raddoppiato (approfondisci i numeri della ricerche nelle sezioni che presentano il regolamento delle modalità di gioco per le categorie U8/U9, U10/U11, U12/U13).

CONCLUSIONE

Uno degli obiettivi delle modalità di gioco per l'Attività di Base è quello di **coinvolgere tutti i giocatori nel contesto di gara**, garantendo un percorso formativo adeguato alle loro esigenze.

Giochiamo tutti!

TEMPO DI LETTURA
5 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 UNDER U7 | U8 UNDER U9 | U10 UNDER U11 | U12 UNDER U13

GIOCHIAMO DI PIÙ

Concediamo più tempo di impegno motorio in partita

PARTIAMO DA ALCUNE ESPERIENZE COMUNI SUL CAMPO

Troppo spesso nelle partite dell'Attività di Base si osservano situazioni come:

- **Lunghe trasferte** per pochi minuti di gioco.
- **Attese prolungate** in panchina.
- Attivazioni **pre-gara a bassa intensità**.
- **Mancato svolgimento del *4° tempo di gioco*** per mancanza di tempo.

L'organizzazione e le scelte metodologiche delle società sportive influiscono significativamente sulle opportunità di gioco e crescita dei giovani atleti.

ALCUNI NUMERI PER CAPIRE IL VALORE DELLE MODALITÀ DI GIOCO

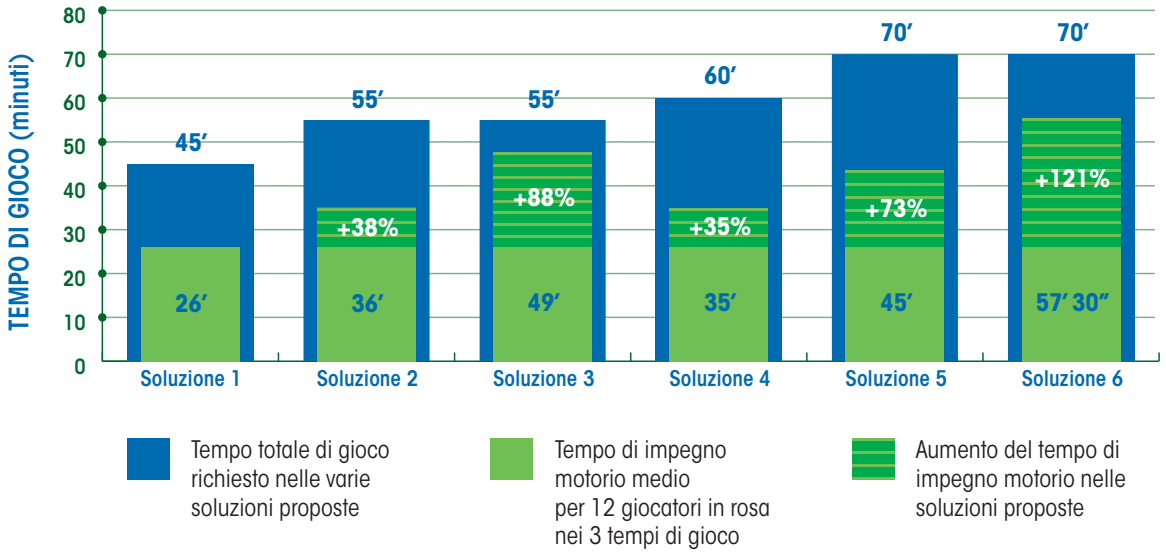
Nelle tabelle 1 e 2 vediamo come le modalità di gioco per l'Attività di Base possano aumentare il tempo di impegno motorio durante le gare. Negli esempi vengono paragonate diverse soluzioni di gioco applicate a seconda delle scelte e disponibilità dei Club.

ESEMPIO 1: Categoria U10 UNDER U11 • modalità 7 contro 7 • 12 giocatori per squadra

Soluzione	Modalità di gioco	Tempo totale	Tempo di gioco medio individuale	Variazione tempo impegno motorio
1	• 3 tempi di gioco da 15'	45 minuti	26 minuti	-
2	• 3 tempi di gioco da 15' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4	55 minuti	36 minuti	+ 38%
3	• 3 tempi di gioco da 15' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4 • 2 tempi di Multi-partita da 15'	55 minuti	49 minuti	+ 88%
4	• 4 tempi di gioco da 15'	60 minuti	35 minuti	+ 35%
5	• 4 tempi di gioco da 15' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4	70 minuti	45 minuti	+ 73%
6	• 4 tempi di gioco da 15' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4 • 2 tempi di Multi-partita da 15'	70 minuti	57 minuti 30 secondi	+ 121%

Tabella 1

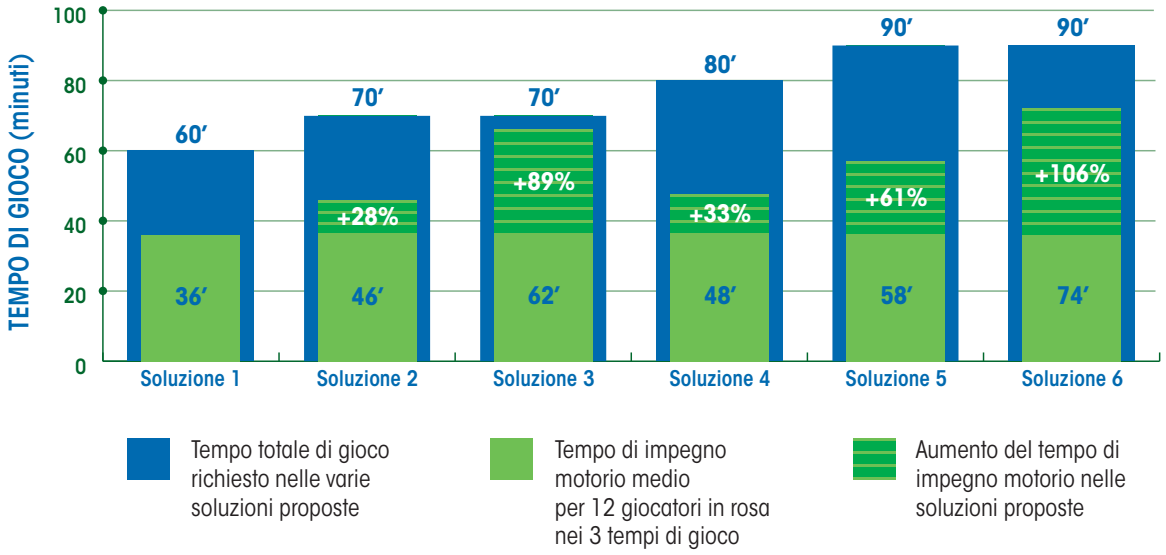
Grafico che rappreseta l'aumento del tempo di impegno motorio nelle diverse soluzioni di gioco – Esempio 1



ESEMPIO 2: Categoria U12 / U13 • modalità 9 contro 9 • 15 giocatori per squadra				
Soluzione	**Modalità di gioco**	**Tempo totale**	**Tempo di gioco medio individuale**	**Variazione tempo impegno motorio**
1	• 3 tempi di gioco da 20'	60 minuti	36 minuti	-
2	• 3 tempi di gioco da 20' • 10' Proposte pre-gara 4 contro 4 / 5 contro 5	70 minuti	46 minuti	+28%
3	• 3 tempi di gioco da 20' • 10' Proposte pre-gara 4 contro 4 / 5 contro 5 • 2 tempi di Multi-partita da 20'	70 minuti	62 minuti	+89%
4	• 4 tempi di gioco da 20'	80 minuti	48 minuti	+33%
5	• 4 tempi di gioco da 20' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4	90 minuti	58 minuti	+61%
6	• 4 tempi di gioco da 20' • 10' Proposte pre-gara 3 contro 3 / 4 contro 4 • 2 tempi di Multi-partita da 20'	90 minuti	74 minuti	+106%

Tabella 2

Grafico che rappreseta l'aumento del tempo di impegno motorio nelle diverse soluzioni di gioco – Esempio 2



Sintesi

I dati riportati nelle due tabelle e nei rispettivi grafici possono essere così riassunti:

- **Ho spazio ma non ho tempo a disposizione**, quindi scelgo la **soluzione** 3 (ricordando che le situazioni di gioco possono essere svolte anche al posto dell'attivazione pre-gara): *proposte pre-gara (situazioni di gioco e duello) + multi-partite*.
- **Ho tempo ma non ho spazio disponibile**, quindi scelgo la **soluzione** *5: proposte pre-gara (situazioni di gioco e duello) + 4° tempo di gioco.*
- **Ho tempo e spazio disponibili**, quindi scelgo la **soluzione** 6: *proposte pre-gara (situazioni di gioco e duello) + multi-partite + 4° tempo di gioco.*

Risultati analoghi a quelli visti nelle tabelle possono essere ottenuti anche con **numeriche di giocatori in rosa diverse** da quelle presentate nei due esempi.

COME CI AIUTANO LE MODALITÀ DI GIOCO PER L'ATTIVITÀ DI BASE

Come visto nei due esempi, **i modelli di gioco proposti permettono un aumento esponenziale del tempo di impegno motorio** di ogni giocatore coinvolto nel contesto di gara. A seconda delle categorie e del numero di giocatori in rosa, la **quantità di esperienze pratiche** può essere facilmente **aumentata di 1/3 fino a oltre il doppio: due stagioni di partite in una!**

In qualità di allenatore, dirigente o genitore, come faccio a far sì che ai miei giocatori venga concessa l'opportunità di raddoppiare il tempo di gioco in contesto di gara?

- **Organizzo** i campi per il *4° tempo di gioco.*
- **Coinvolgo gli avversari** nelle *attività pre-gara*.
- **Libero degli spazi** per le *multi-partite*, coinvolgendo anche i giocatori avversari.
- **Svolgo il 4° tempo di gioco** indipendentemente dal risultato dei primi 3.
- **Richiedo al mio Club** di applicare e valorizzare le modalità proposte.

CONCLUSIONE

Uno degli obiettivi delle modalità di gioco per l'Attività di Base è quello di concedere a tutti i giocatori una maggiore quantità di impegno motorio in contesto di gara, ambiente dove l'avversario rappresenta uno stimolo per giocare ad un livello di intensità superiore.

Giochiamo di più!

TEMPO DI LETTURA
2 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 UNDER U7 | U8 UNDER U9 | U10 UNDER U11 | U12 UNDER U13

GIOCHIAMO MEGLIO

Variamo le esperienze di gara per una formazione completa

SUPERIAMO ALCUNE CONVINZIONI CHE OSTACOLANO LO SVILUPPO DEL CALCIO GIOVANILE:

Alcune abitudini formative radicate e la tendenza a riprodurre il calcio degli adulti nel settore giovanile hanno consolidato dei "miti" che limitano il pieno sviluppo dei giovani calciatori:

1. **"Il calcio si gioca solo 11 contro 11":** si pensa che, poiché gli adulti giocano così, anche i giovani debbano farlo il prima possibile.
2. **"Specializzazione precoce dei ruoli":** si crede che i giovani debbano specializzarsi subito nei ruoli, secondo le attitudini individuali.

Queste convinzioni derivano spesso da consuetudini e non da dati ricavati dalla ricerca, basandosi sull'idea che "si è sempre fatto così".

ALCUNI NUMERI PER COMPRENDERE MEGLIO

La ricerca nell'apprendimento motorio e studi sulle modalità di gioco a spazi ridotti dimostrano l'importanza di un percorso formativo adattato alle diverse età. La FIGC, SGS vuole creare un percorso graduale che adegui numeri, spazi e complessità alle esigenze dei giovani calciatori, per sviluppare al meglio il loro potenziale. Ecco alcuni esempi:

1) **Numero di giocatori:** il numero di giocatori in campo condiziona la distribuzione spaziale e i compiti svolti (Bruno et. al. 2020). Il 9 contro 9 o l'11 contro 11 favoriscono la stabilità della posizione, mentre il 5 contro 5 e il 7 contro 7 favoriscono l'occupazione di aree più ampie e interazioni varie. Un percorso graduale e variato (dall'1 contro 1 all'11 contro 11) sfrutta i valori formativi di ogni modalità di gioco.

2) **Interazioni e coinvolgimento:** partite con meno giocatori permettono più interazioni con la palla e scelte che determinano il gioco (tiri, parate, difesa, passaggi chiave). Alcuni esempi:

- Nel 9 contro 9 rispetto all'11 contro 11 aumentano le conclusioni in porta e i contatti con la palla per giocatore (Guida tecnica per le scuole di calcio, 2006).
- Nel 7 contro 7 aumentano passaggi e collaborazioni efficaci, mentre i parametri fisiologici rimangono simili (Capranica et. al. 2001).
- Nel 5 contro 5 ci sono più conclusioni in porta e maggiore varietà di azioni offensive e difensive (Angulo et. al. 2020).

Nel corso degli anni sono state realizzate alcune ricerche che riguardano le nuove modalità di gioco proposte da FIGC, SGS per l'Attività di Base. Accedendo a questo link puoi scoprirne i risultati.

Abbinare le partite a modalità di gioco a numeri ridotti (*duello* 1 contro 1, *situazioni di gioco* con numeriche variabili a seconda delle categorie, *multi-partite* con formati diversi) **aumenta quantità e qualità delle esperienze formative**.

COME CI AIUTANO LE MODALITÀ DI GIOCO PER L'ATTIVITÀ DI BASE

La realizzazione delle proposte pre gara, delle multi-partite e del 4° tempo di gioco permette di aumentare in modo esponenziale la frequenza di eventi tecnici significativi (tiri, dribbling, contrasti) che si svolgono qui con maggiore frequenza rispetto ai tempi della partita. Approfondisci i risultati delle ricerche effettuate nelle sezioni che presentano il regolamento del modello di gioco per le categorie U8/U9, U10/U11, U12/U13.

CONCLUSIONE

Uno degli obiettivi delle modalità di gioco per l'Attività di Base è **migliorare l'efficacia dell'esperienza formativa in contesto di competizione**, trovando modalità di gioco adatte a ogni età per offrire stimoli di alta densità e qualità.

Giochiamo meglio!

TEMPO DI LETTURA
4 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 U7 | U8 U9 | U10 U11 | U12 U13

SEI UN ALLENATORE?

Approfondisci regole, struttura e varianti delle proposte pre-gara

La scelta delle nuove proposte pratiche da abbinare alle partite dell'Attività di Base è stata fatta seguendo quattro linee guida:

1) Semplicità di svolgimento

- **Regole semplici:** le regole di gioco sono facili da comprendere e gli obiettivi riconoscibili (finalizzare verso una porta, conquistare uno spazio, trasmettere palla a un compagno, condurre palla in uno spazio).
- **Soluzioni che si ripetono:** le modalità per effettuare calci d'angolo, rimessa laterale, rimessa dal fondo, falli e scorrettezze si ripetono in modo uguale in quasi tutte le proposte.

2) Velocità realizzativa dei campi di gioco

- **Spazi semplici:** gli spazi per le attività sono di facile realizzazione e sfruttano dimensioni e riferimenti già utilizzati per il campo di gioco della partita.
- **Misure standard:** le misure dei campi riprendono alcune dimensioni dell'area di rigore del campo regolamentare: ad esempio, la profondità dell'area di porta (5,5 metri), il dischetto del rigore (11 metri), la profondità dell'area di rigore (16,5 metri). La larghezza dell'area di rigore è il doppio della profondità per ogni categoria (U8/U9=11 metri, U10/U11=22 metri, U12/U13=33 metri).

3) Complessità progressiva delle proposte tra le varie categorie

- **Incremento progressivo**: le *situazioni di gioco* si sviluppano in complessità e numero di giocatori: 2 contro 2 e 3 contro 3 negli U8/U9; 3 contro 3 e 4 contro 4 negli U10/U11; 4 contro 4 e 5 contro 5 negli U12/U13. Anche i *duelli* e le *multi-partite* seguono questo principio di progressività.

4) Coinvolgimento attivo e contemporaneo di tutti i giocatori in lista

- **Impiego di tutti i giocatori coinvolti nella gara:** le attività pratiche coinvolgono tutti i giocatori in lista. Nelle fasi pre-partita si alternano *situazioni di gioco* e *duelli* che impegnano contemporaneamente tutti i giocatori. Le *multi-partite* garantiscono il raggiungimento dello stesso obiettivo durante i tempi di gara.



RISORSE DISPONIBILI ALL'INTERNO DI QUESTO DOCUMENTO:

- **Documenti e video esplicativi sulle *situazioni di gioco*:** cliccando sulle immagini dei campi, puoi accedere ai documenti di spiegazione delle regole delle 6 *situazioni di gioco* (presentate anche attraverso brevi video esplicativi).
- **Suggerimenti per la realizzazione delle *multi-partite*:** approfondisci le indicazioni per realizzare *multi-partite* con spazi e numeri corretti.
- **Varianti delle *situazioni di gioco*:** scopri alcune varianti da proporre in allenamento. >

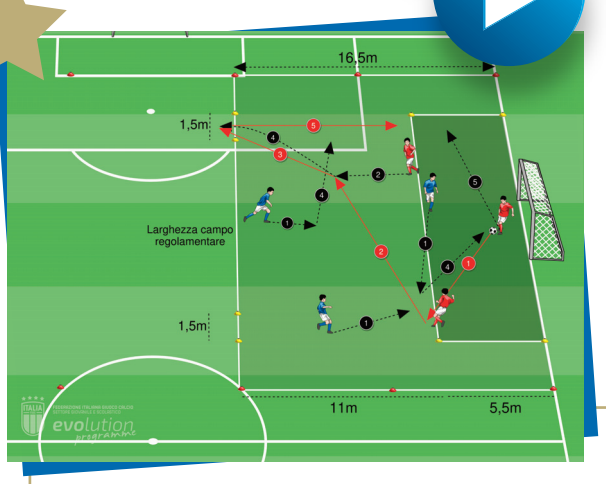
U8 UNDER U9

CLICCA E GUARDA IL VIDEO



SITUAZIONE DI GIOCO 2 CONTRO 2 U8/U9

CLICCA E GUARDA IL VIDEO



SITUAZIONE DI GIOCO 3 CONTRO 3 U8/U9

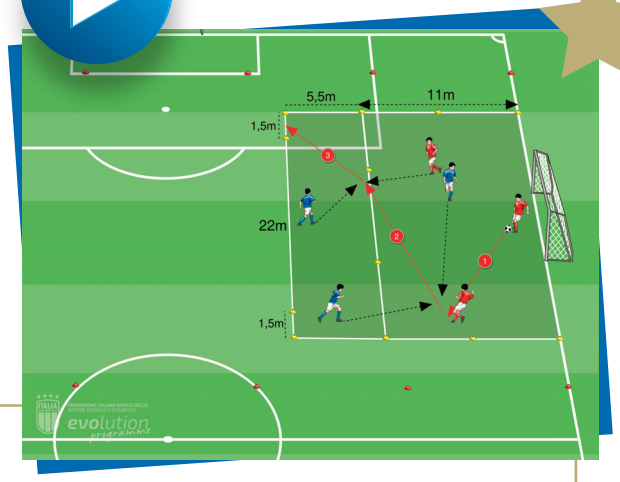
CLICCA QUI PER LE INDICAZIONI DI GIOCO *MULTI-PARTITA* U8/U9



CLICCA QUI PER IL DOCUMENTO CON LE REGOLE DELLE MODALITÀ DI GIOCO U8/U9

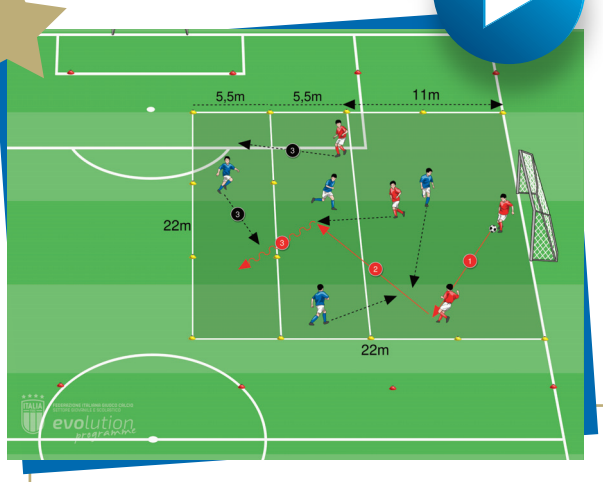
U10 UNDER U11

CLICCA E GUARDA IL VIDEO

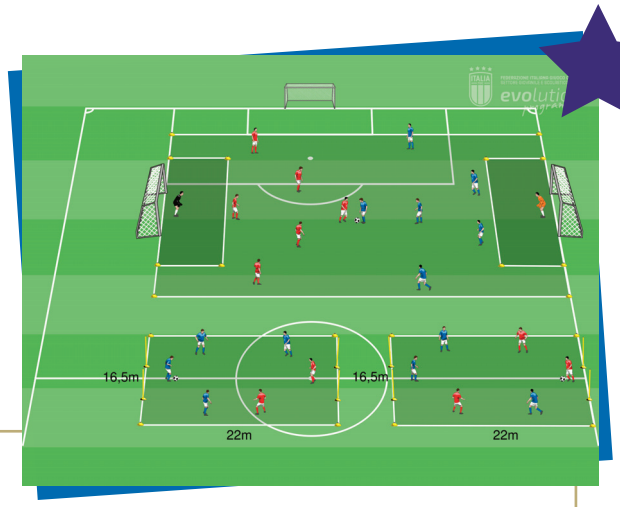


SITUAZIONE DI GIOCO 3 CONTRO 3 U10/U11

CLICCA E GUARDA IL VIDEO



SITUAZIONE DI GIOCO 4 CONTRO 4 U10/U11



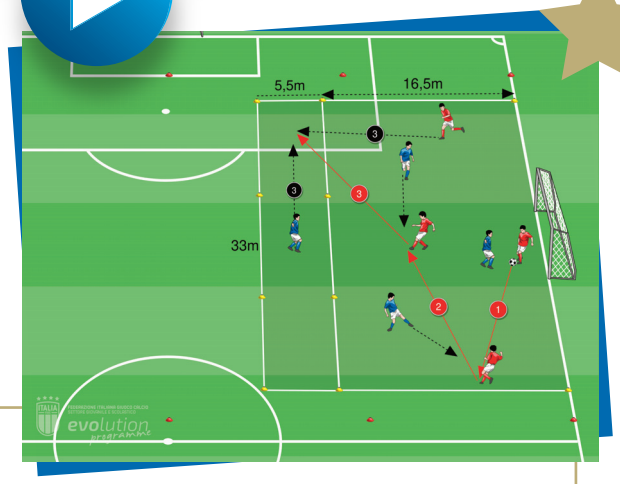
CLICCA QUI
PER LE INDICAZIONI DI GIOCO
***MULTI-PARTITA* U10/U11**



CLICCA QUI
PER IL DOCUMENTO
CON LE REGOLE
DELLE MODALITÀ
DI GIOCO
U10/U11

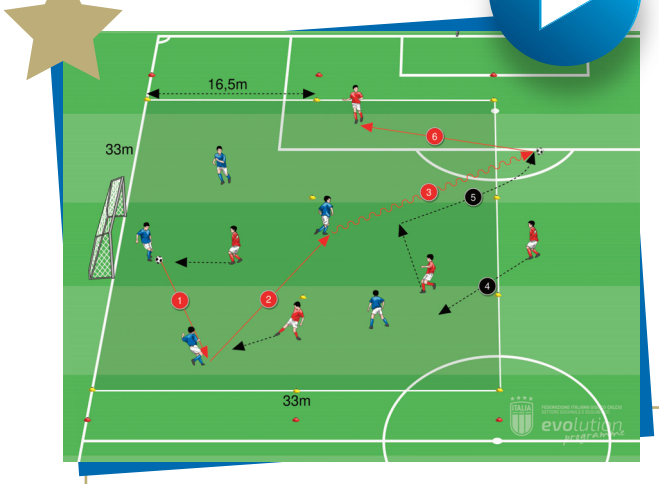
U12 UNDER U13

CLICCA E GUARDA IL VIDEO

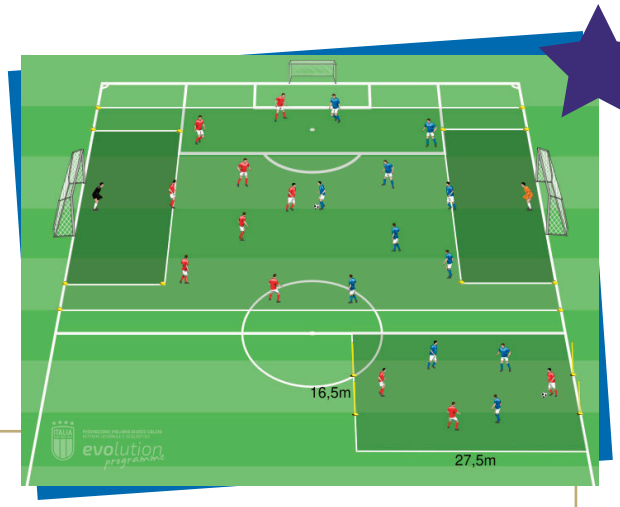


SITUAZIONE DI GIOCO 4 CONTRO 4 U12/U13

CLICCA E GUARDA IL VIDEO



SITUAZIONE DI GIOCO 5 CONTRO 5 U12/U13



CLICCA QUI
PER LE INDICAZIONI DI GIOCO
***MULTI-PARTITA* U12/U13**



CLICCA QUI
PER IL DOCUMENTO
CON LE REGOLE
DELLE MODALITÀ
DI GIOCO
U12/U13

MODALITÀ DI REALIZZAZIONE DELLE *MULTI-PARTITE* CATEGORIA U8/U9

Per la categoria U8/U9 non è previsto uno svolgimento codificato delle *multi-partite*. La struttura dei "raggruppamenti", che rappresenta la modalità di gioco prevista per le categorie U6/U7 e U8/U9, rende complessa la definizione di un modello unico che si sostituisca a quello attuale. Tuttavia, qualora le *multi-partite* vengano realizzate, si consiglia di seguire alcune linee guida:

- **Ruolo del portiere**: prevedere, laddove possibile, il ruolo del portiere.
- **Ranghi misti**: giocare possibilmente con modalità a "ranghi misti".
- **Regolamento di gioco**: rispettare il regolamento di gioco per la categoria di riferimento.
- **Coinvolgimento attivo**: prevedere le multi-partite per coinvolgere tutti i giocatori non impegnati direttamente nella gara.

MODALITÀ DI REALIZZAZIONE DELLE *MULTI-PARTITE* CATEGORIA U10/U11

Le attività di *multi-partita*, così come le proposte di *duello*, hanno un **regolamento ed una struttura più flessibile** rispetto alle *situazioni di gioco*.

Anche queste attività **non prevedono un punteggio** e, dovendo svolgersi al di fuori dei rettangoli di gioco delimitati per le partite, hanno **misure flessibili** che si adattano a dimensioni e disponibilità dei vari campi di gioco.

Alcune **indicazioni di gioco** per aiutare allenatori e dirigenti nell'organizzazione di queste partite includono:

- **Modalità di gioco:** nella tabella 1 vengono proposte diverse modalità di confronto, che si adattano al numero di giocatori che eccedono i 14 schierati nei tempi della partita.
- **Portiere e porte:** giocare sempre con il portiere e con porte di dimensioni minime 3x2 metri, realizzate con i materiali disponibili (paletti, coni, delimitatori, ecc.).
- **Tempistiche:** le *multi-partite* vengono realizzate in contemporanea ad almeno i primi due tempi di gioco della partita regolamentare.
- **Ripresa del gioco:** la ripresa del gioco, dopo l'uscita della palla dal campo o dopo un goal, segue il regolamento del calcio.
- **Ranghi misti:** giocare a "ranghi misti", mescolando i giocatori delle due squadre.
- **Auto-arbitraggio:** giocare le partite utilizzando il metodo dell'auto-arbitraggio.
- **Autonomia organizzativa:** favorire l'autonomia organizzativa dei giocatori coinvolti nell'attività, stimolandone la proposta di regole e il confronto tra pari.

NUMERO GIOCATORI DISPONIBILI	MULTI-PARTITE
0-5 giocatori in panchina	Non vengono svolte attività di *multi-partita*. Si suggerisce di predisporre degli spazi per i giochi di *duello* previsti nell'*attività pre-gara*
6 giocatori	Uno Small Sided Game 3 contro 3
7 giocatori	Uno Small Sided Game 3 contro 3 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
8 giocatori	Uno Small Sided Game 4 contro 4
9 giocatori	Uno Small Sided Game 4 contro 4 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
10 giocatori	Uno Small Sided Game 5 contro 5
11 giocatori	Uno Small Sided Game 5 contro 5 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
12 giocatori	Uno Small Sided Game 6 contro 6; uno Small Sided Game 4 contro 4 ed uno 2 contro 2; due Small Sided Game 3 contro 3; tre Small Sided Game 2 contro 2
13 giocatori	Uno Small Sided Game 6 contro 6 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra; due Small Sided Game 3 contro 3 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
14 giocatori	Uno Small Sided Game 7 contro 7; uno Small Sided Game 4 contro 4 ed uno 3 contro 3

Tabella 1

DIMENSIONI DEL CAMPO DI GIOCO

Nella *figura 1* sono rappresentate le dimensioni dei campi suggerite per le diverse modalità di gioco previste:

- **3 contro 3**: 16,5x22 metri (linea gialla)
- **4 contro 4** e **5 contro 5**: 22x33 metri (linea rossa)
- **6 contro 6** e **7 contro 7**: 33x44 metri (linea nera)

I campi di gioco sono **modulari** e le misure sono proposte riprendendo **multipli delle dimensioni dell'area di rigore.** Queste dimensioni permettono lo svolgimento di più partite all'interno dello spazio creato per la modalità successiva (ad esempio, due campi 4 contro 4 e 5 contro 5 all'interno dello spazio del 6 contro 6 e 7 contro 7; due campi 3 contro 3 all'interno dello spazio del 4 contro 4 e 5 contro 5).

Le misure dei campi sono indicative e non vincolanti, adattabili alle necessità degli spazi disponibili e del numero di giocatori coinvolti.

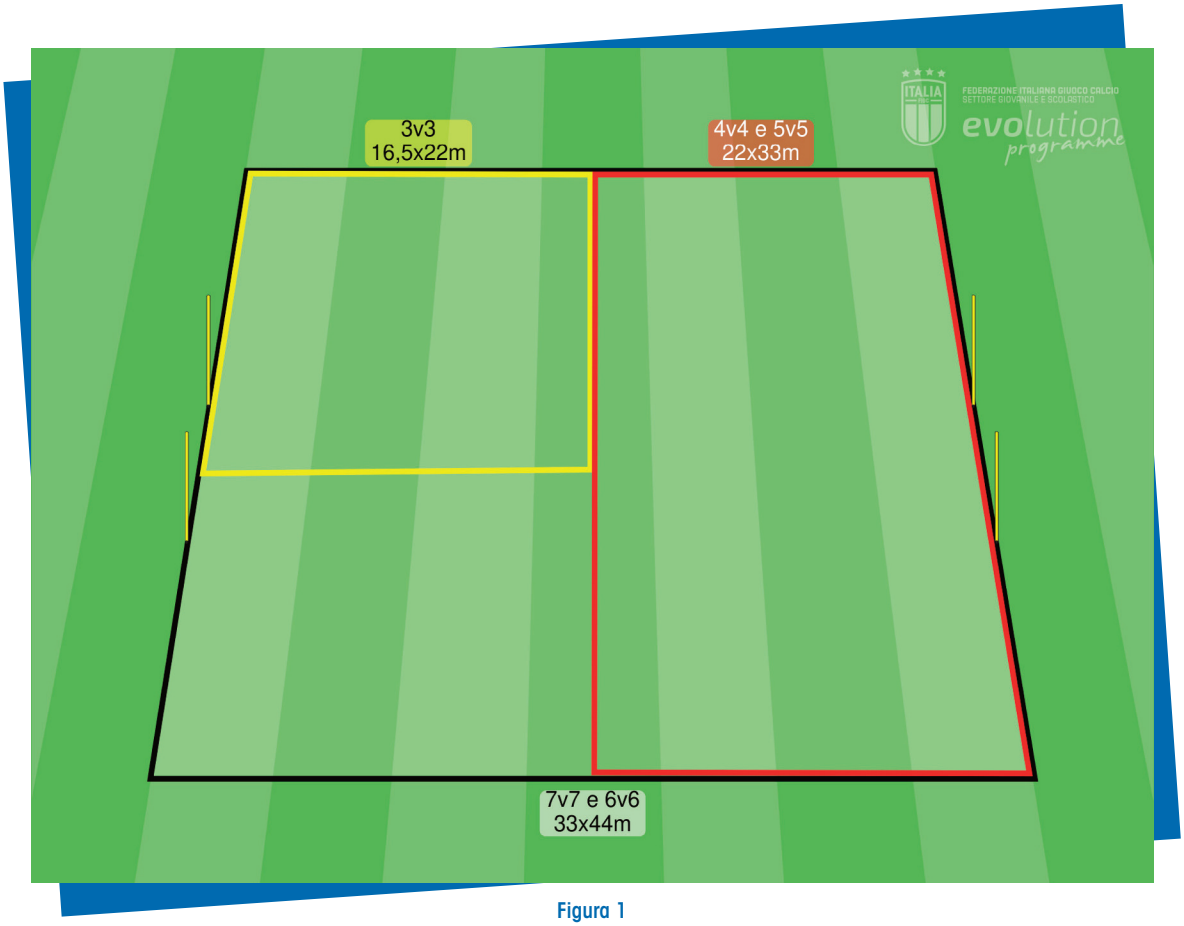


Figura 1

ESEMPI DI REALIZZAZIONE DEI CAMPI PER LA MULTI-PARTITA NELLE GARE U10/U11

Di seguito vengono proposti due esempi di realizzazione dei campi per la *multi-partita*. A seconda del numero di giocatori partecipanti alla gara e degli spazi a disposizione, possono essere applicate soluzioni organizzative che si adattino a tutte le situazioni possibili.

CLICCA E GUARDA IL VIDEO

ESEMPIO 1 (figura 2)

Squadra A (blu): 14 giocatori
Squadra B (rossa): 12 giocatori

- Oltre alla partita 7 contro 7, i giocatori di riserva di entrambe le squadre svolgono due partite 3 contro 3 a ranghi misti, realizzate a cavallo della linea di centrocampo.
- La squadra A, blu, schiera 14 giocatori: 7 impegnati nella partita 7 contro 7 e gli altri 7 suddivisi nei due campi previsti per le *multi-partite* 3 contro 3.
- La squadra B, rossa, schiera 12 giocatori: 7 impegnati nella partita 7 contro 7 e gli altri 5 suddivisi nei due campi previsti per le *multi-partite* 3 contro 3.

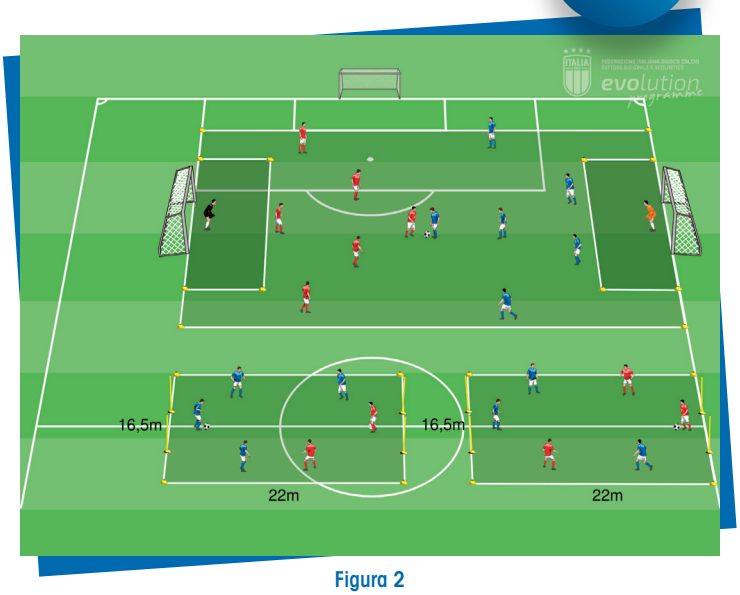


Figura 2

ESEMPIO 2 (figura 3)

Squadra A (blu): 12 giocatori
Squadra B (rossa): 12 giocatori

- Oltre alla partita 7 contro 7, i giocatori di riserva di entrambe le squadre svolgono una partita 5 contro 5 a ranghi misti, realizzata lateralmente rispetto al campo delimitato per la gara ufficiale.
- La squadra A, blu, schiera 14 giocatori: 7 impegnati nella partita 7 contro 7 e gli altri 7 suddivisi nel campo previsto per la *multi-partita* 5 contro 5.
- La squadra B, rossa, schiera 12 giocatori: 7 impegnati nella partita 7 contro 7 e gli altri 5 suddivisi nel campo previsto per la *multi-partita* 5 contro 5.

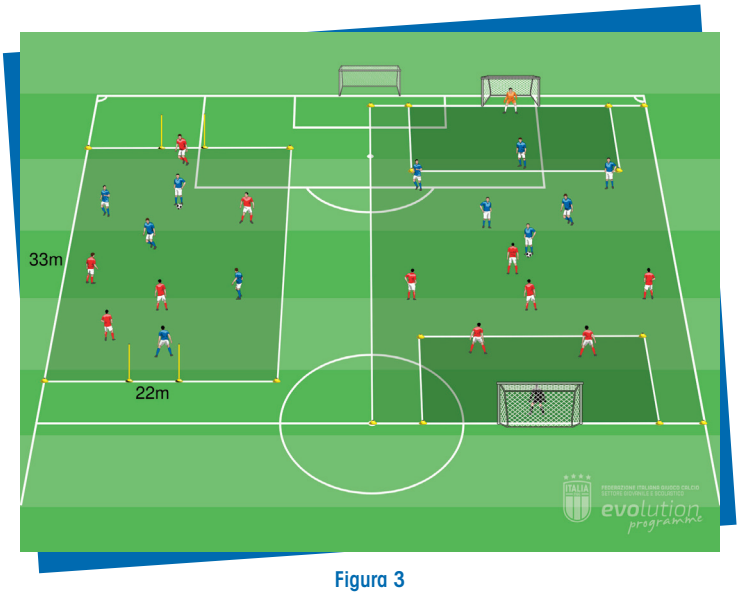


Figura 3

CONCLUSIONE

Queste linee guida sono progettate per facilitare l'organizzazione delle *multi-partite* nella categoria U10/U11, garantendo che tutti i giocatori partecipino attivamente alla gara e che l'esperienza di gioco sia formativa e divertente.

MODALITÀ DI REALIZZAZIONE DELLE *MULTI-PARTITE* CATEGORIA U12/U13

Le attività di *multi-partita*, così come le proposte di *duello*, hanno un **regolamento ed una struttura più flessibile** rispetto alle *situazioni di gioco*.

Anche queste attività **non prevedono un punteggio** e, dovendo svolgersi al di fuori dei rettangoli di gioco delimitati per le partite, hanno **misure flessibili** che si adattano a dimensioni e disponibilità dei vari campi di gioco.

Alcune **indicazioni di gioco** per aiutare allenatori e dirigenti nell'organizzazione di queste partite includono:

- **Modalità di gioco:** nella tabella 2 vengono proposte diverse modalità di confronto che si adattano al numero di giocatori che eccedono i 9 schierati nei tempi della partita.
- **Portiere e porte:** giocare sempre con il portiere e con porte di dimensioni minime 3x2 metri, realizzate con i materiali disponibili (paletti, coni, delimitatori, ecc.).
- **Tempistiche:** le *multi-partite* vengono realizzate in contemporanea ad almeno i primi due tempi di gioco della partita regolamentare.
- **Ripresa del gioco:** la ripresa del gioco dopo, l'uscita della palla dal campo o dopo un gol segue il regolamento del calcio.
- **Ranghi misti:** giocare a "ranghi misti", mescolando i giocatori delle due squadre.
- **Auto-arbitraggio:** giocare le partite utilizzando il metodo dell'auto-arbitraggio.
- **Autonomia organizzativa:** favorire l'autonomia organizzativa dei giocatori coinvolti nell'attività, stimolandone la proposta di regole e il confronto tra pari.

NUMERO GIOCATORI DISPONIBILI	MULTI-PARTITE
0-5 giocatori in panchina	Non vengono svolte attività di *multi-partita*. Si suggerisce di predisporre degli spazi per i giochi di *duello* previsti nell'*attività pre-gara*
6 giocatori	Uno Small Sided Game 3 contro 3
7 giocatori	Uno Small Sided Game 3 contro 3 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
8 giocatori	Uno Small Sided Game 4 contro 4
9 giocatori	Uno Small Sided Game 4 contro 4 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
10 giocatori	Uno Small Sided Game 5 contro 5
11 giocatori	Uno Small Sided Game 5 contro 5 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
12 giocatori	Uno Small Sided Game 6 contro 6; uno Small Sided Game 4 contro 4 ed uno 2 contro 2; due Small Sided Game 3 contro 3; tre Small Sided Game 2 contro 2
13 giocatori	Uno Small Sided Game 6 contro 6 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra; due Small Sided Game 3 contro 3 + 1 giocatore che subentra ad ogni gol realizzato o subito dalla propria squadra
14 giocatori	Uno Small Sided Game 7 contro 7; uno Small Sided Game 4 contro 4 ed uno 3 contro 3
18 giocatori	Una partita 9 contro 9; uno Small Sided Game 4 contro 4 ed uno 5 contro 5; tre Small Sided Game 3 contro 3

Tabella 2

DIMENSIONI DEL CAMPO DI GIOCO

Nella *figura 4* sono rappresentate le dimensioni dei campi suggerite per le diverse modalità di gioco previste:

- **3 contro 3:** 16,5x27,5 metri (linea viola)
- **4 contro 4:** 16,5x33 metri (linea gialla)
- **5 contro 5:** 27,5x33 metri (linea rosa)
- **6 contro 6** e **7 contro 7**: 33x44 metri (linea rossa)
- **8 contro 8** e **9 contro 9**: 33x55 metri (linea nera)

I campi di gioco sono **modulari** e le misure sono proposte riprendendo **multipli delle dimensioni dell'area di rigore**. Queste dimensioni permettono lo svolgimento di più partite all'interno dello spazio creato per la modalità successiva (ad esempio, due campi 4 contro 4 e 5 contro 5 all'interno dello spazio del 6 contro 6 e 7 contro 7; due campi 3 contro 3 all'interno dello spazio del 4 contro 4 e 5 contro 5).

Le misure dei campi sono indicative e non vincolanti, adattabili alle necessità degli spazi disponibili e del numero di giocatori coinvolti.

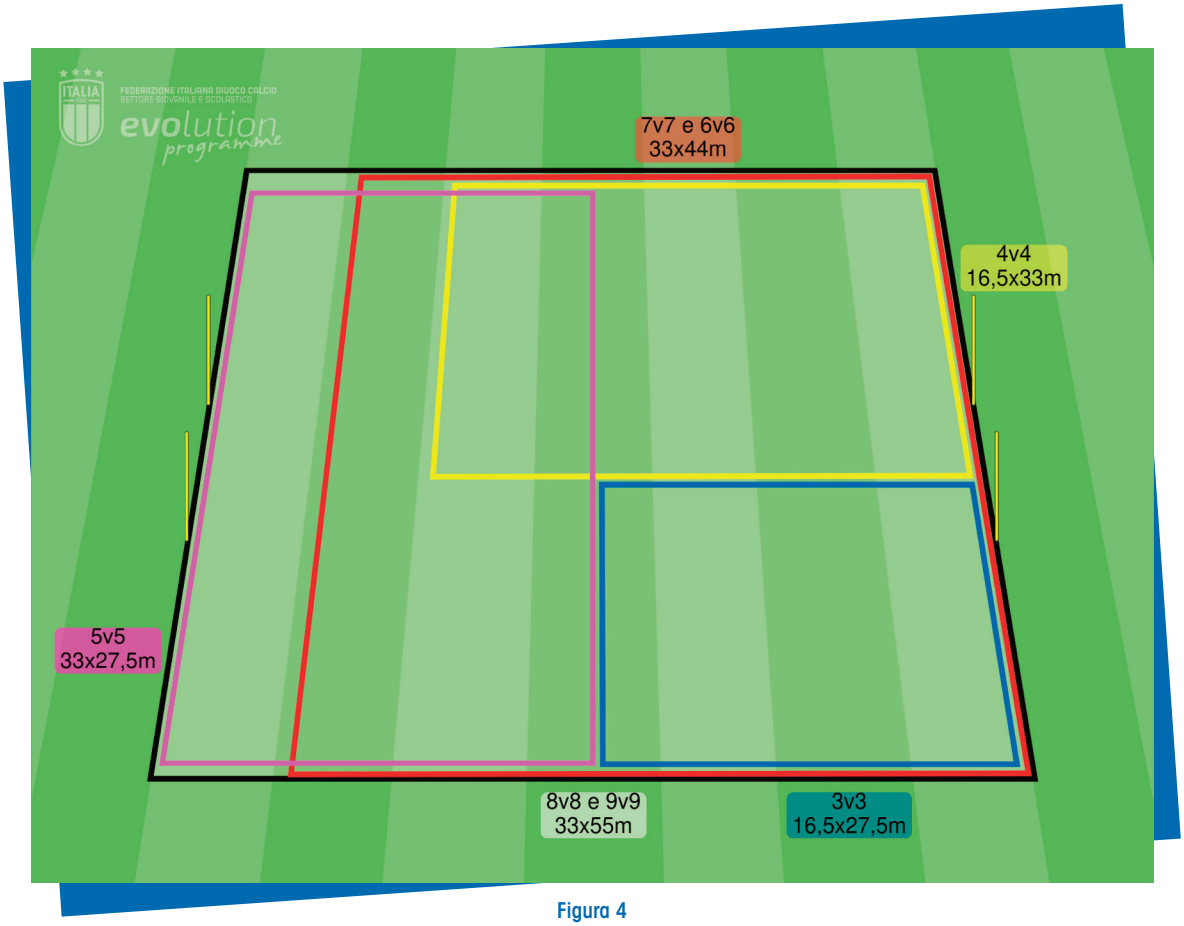


Figura 4

ESEMPI DI REALIZZAZIONE DEI CAMPI PER LA MULTI-PARTITA NELLE GARE U12/U13

Di seguito vengono proposti due esempi di realizzazione dei campi per la *multi-partita*. A seconda del numero di giocatori partecipanti alla gara e degli spazi a disposizione possono essere applicate soluzioni organizzative che si adattino a tutte le situazioni possibili.

CLICCA E GUARDA IL VIDEO

ESEMPIO 1 (figura 6)

Squadra A (blu): 12 giocatori
Squadra B (rossa): 12 giocatori

- Oltre alla partita 9 contro 9, i giocatori di riserva di entrambe le squadre svolgono una partita 3 contro 3 a ranghi misti, realizzata a ridosso della linea di centrocampo.
- La squadra A, blu, schiera 12 giocatori: 9 impegnati nella partita 9 contro 9 e gli altri 3 nel campo previsto per la *multi-partita* 3 contro 3.
- La squadra B, rossa, schiera 12 giocatori: 9 impegnati nella partita 9 contro 9 e gli altri 3 nel campo previsto per la *multi-partita* 3 contro 3.

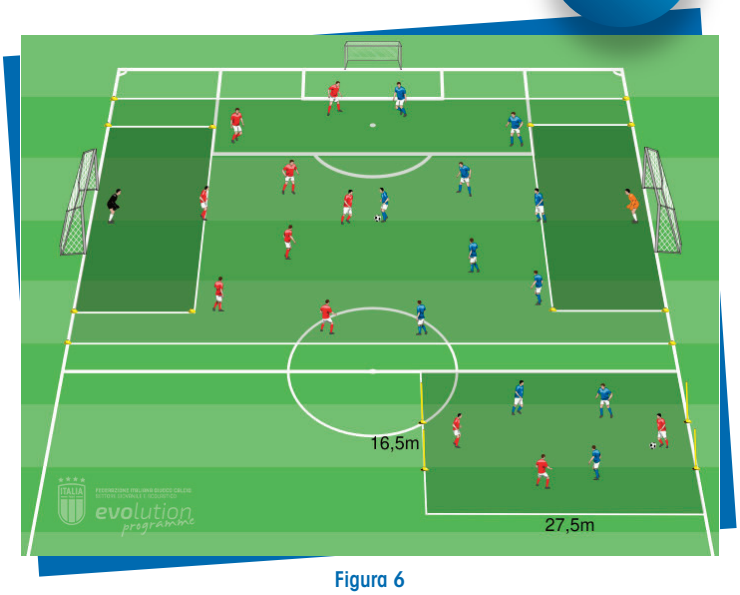


Figura 6

ESEMPIO 2 (figura 7)

Squadra A (blu): 15 giocatori
Squadra B (rossa): 11 giocatori

- Oltre alla partita 9 contro 9, i giocatori di riserva di entrambe le squadre svolgono una partita 4 contro 4 a ranghi misti, realizzata nello spazio di fondo campo.
- La squadra A, blu, schiera 15 giocatori: 9 impegnati nella partita 9 contro 9 e gli altri 6 nel campo previsto per la *multi-partita* 5 contro 5.
- La squadra B, rossa, schiera 11 giocatori: 9 impegnati nella partita 9 contro 9 e gli altri 2 nel campo previsto per la *multi-partita* 5 contro 5.

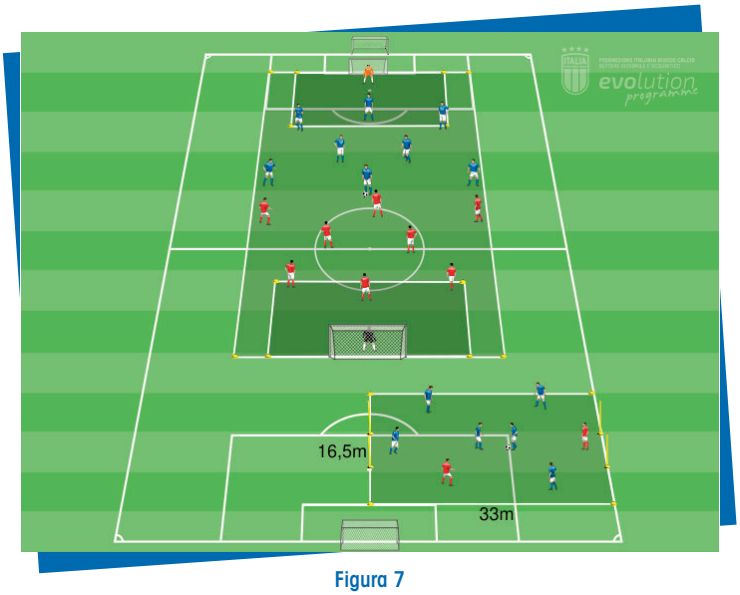


Figura 7

CONCLUSIONE

Queste linee guida sono progettate per facilitare l'organizzazione delle *multi-partite* nella categoria U12/U13, garantendo che tutti i giocatori partecipino attivamente alla gara e che l'esperienza di gioco sia formativa e divertente.

VARIANTI DELLE *SITUAZIONI DI GIOCO* DA PROPORRE IN ALLENAMENTO

Le *situazioni di gioco* sono state elaborate per essere applicate in un contesto di competizione dove le regole non possono essere interpretabili e si devono utilizzare spazi riconoscibili e già disponibili. Accedi nell'apposita sezione per approfondire regole e modalità di svolgimento.

Al fine di sottolineare il valore formativo di queste attività pratiche è stata aperta una sezione che ne presenta alcune varianti da poter applicare in contesto di allenamento.

Le modifiche alle *situazioni di gioco* presentate nei link sottostanti permettono di avere circa 30 soluzioni diverse, che possono adattarsi a numeri, spazi e necessità differenti (clicca sulla variante e scopri le soluzioni proposte):

1) Varianti *situazione di gioco* U8/U9
2) Varianti *situazione di gioco* U10/U11
3) Varianti *situazione di gioco* U12/U13

VUOI APPROFONDIRE LA MODALITÀ DI COSTRUZIONE DEI CAMPI DI GIOCO DELLE MODALITÀ DI GIOCO E CAPIRE LE MOTIVAZIONI DEL REGOLAMENTO DELL'ATTIVITÀ DI BASE?

RITORNA ALLA HOME PAGE ATTRAVERSO L'APPOSITO PULSANTE INTERATTIVO E APPROFONDISCI I CONTENUTI RIVOLTI AD ALLENATORI E GENITORI.

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

SCARICA L'APP UFFICIALE

Scarica su App Store

DISPONIBILE SU Google Play



TEMPO DI LETTURA
2 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 UNDER U7 | U8 UNDER U9 | U10 UNDER U11 | U12 UNDER U13

SEI UN DIRIGENTE?

Ottimizza i tempi nella costruzione dei campi da gioco

La scelta delle proposte pratiche pre-gara da abbinare alle partite dell'Attività di Base è stata fatta cercando di favorire la **semplicità realizzativa dei campi di gioco**. Gli spazi utilizzati per lo svolgimento delle attività pratiche **sfruttano, laddove possibile, dimensioni, linee e riferimenti già utilizzati per delimitare il campo di gioco della partita**.

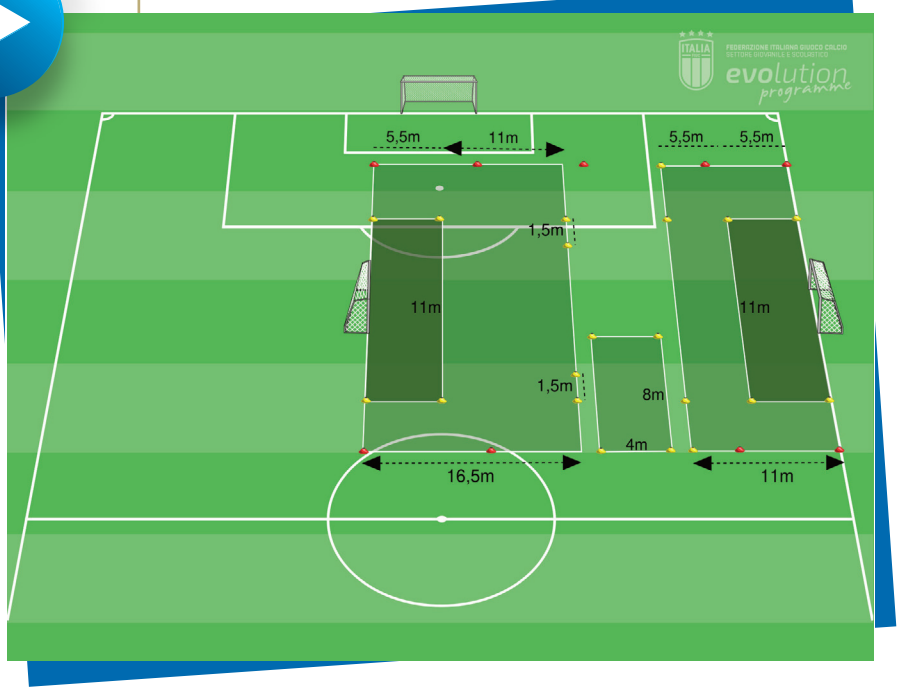
Le misure dei campi riprendono alcune dimensioni **dell'area di rigore** del campo regolamentare, con particolare riferimento:

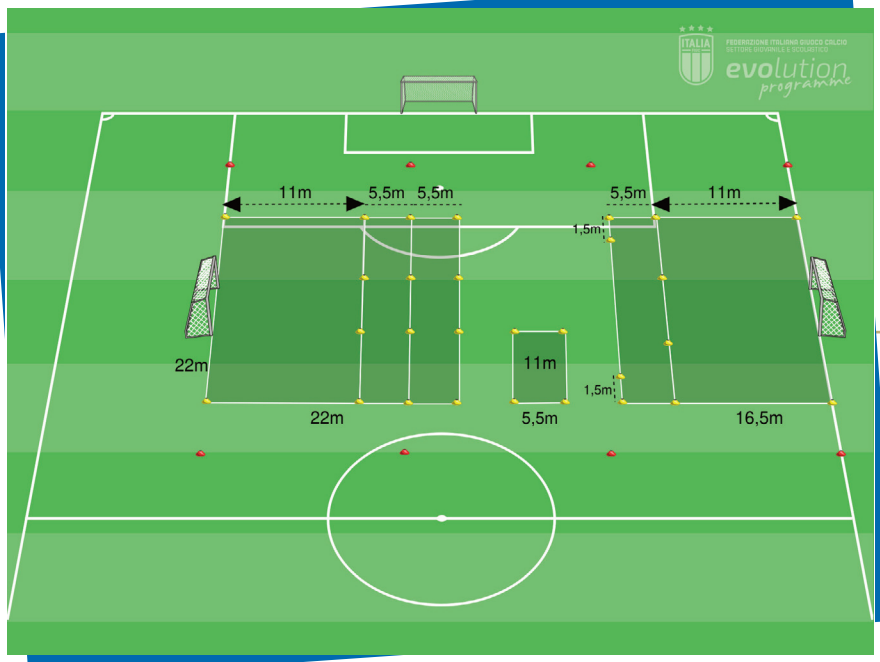
- Ai 5,5 metri di profondità dell'area di porta.
- Agli 11 metri di distanza dalla linea di porta del dischetto del rigore.
- Ai 16,5 metri di profondità dell'area di rigore.

La realizzazione dei campi di gioco, che è stata riportata nelle immagini sottostanti, richiede circa due minuti (qualora desideri vedere come vengono realizzati i campi di gioco clicca sulle immagini per accedere ai video dimostrativi).

CATEGORIA
U8 UNDER U9

CLICCA E GUARDA IL VIDEO

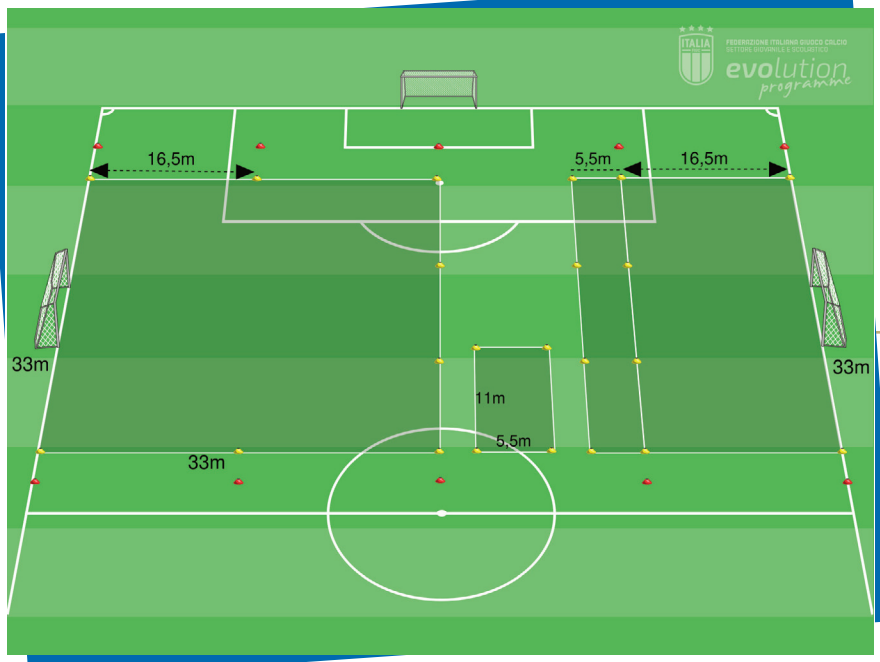




CLICCA E GUARDA IL VIDEO

CATEGORIA

U10 UNDER U11



CLICCA E GUARDA IL VIDEO

CATEGORIA

U12 UNDER U13

VUOI APPROFONDIRE LA MODALITÀ DI COSTRUZIONE DEI CAMPI DI GIOCO DELLE MODALITÀ DI GIOCO E CAPIRE LE MOTIVAZIONI DEL REGOLAMENTO DELL'ATTIVITÀ DI BASE?

RITORNA ALLA HOME PAGE ATTRAVERSO L'APPOSITO PULSANTE INTERATTIVO E APPROFONDISCI I CONTENUTI RIVOLTI AD ALLENATORI E GENITORI.

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

SCARICA L'APP UFFICIALE

Scarica su App Store

DISPONIBILE SU Google Play



TEMPO DI LETTURA
4 MINUTI

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
evolution programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6 UNDER U7 | U8 UNDER U9 | U10 UNDER U11 | U12 UNDER U13

SEI UN GENITORE?

Scopri il valore delle modalità di gioco per tuo figlio. Alcune risposte alle domande più comuni.

A COSA SERVONO LE PROPOSTE DI GIOCO PRE-GARA, LE *MULTI-PARTITE* E IL 4° TEMPO DI GIOCO?

Prevedere più opportunità di gioco come le proposte pre-gara, le multi-partite e il 4° tempo di gioco, permette a ogni ragazzo di avere più pratica calcistica, fino al doppio rispetto ai soli 3 tempi "classici". Queste attività aumentano il tempo di impegno motorio di tuo figlio.

Per approfondire: ritorna alla pagina principale e accedi ai contenuti intitolati **Giochiamo di più**.

Scegli un contesto che conceda a tuo figlio un elevato tempo di impegno motorio.

PERCHÉ SONO PREVISTI CAMBI OBBLIGATORI TRA UN TEMPO DI GIOCO E L'ALTRO?

L'efficacia prestativa in queste fasce d'età è dettata da molti fattori destinati a cambiare con la crescita: sviluppo anticipato nell'accrescimento; maggiore quantità di pratica calcistica; maggiore interesse nei confronti della disciplina; ecc. Permettere a tutti i giocatori di essere impiegati in partita concede pari opportunità di crescita ed il rispetto dei tempi di sviluppo di ognuno.

Per approfondire: ritorna alla pagina principale e accedi ai contenuti intitolati **Giochiamo tutti**.

Scegli un ambiente che favorisca la formazione ed il coinvolgimento di tutti

PERCHÉ IL RISULTATO SI CONTEGGIA "PER TEMPI" E NON PER "GOL COMPLESSIVI REALIZZATI"?

Ripartire dallo 0-0 all'inizio di ogni tempo di partita permette, sia ai giocatori della squadra che sta vincendo che a quelli in svantaggio, di avere un ulteriore stimolo per impegnarsi con rinnovata intensità anche durante la frazione successiva. Inoltre, sostituire alcuni giocatori in contesti gara con numeri ridotti è come avere nuove squadre che si affrontano ad ogni tempo di gioco.

Per approfondire: Cerca i regolamenti di gioco per la stagione in corso e scopri altri dettagli.

Scegli un ambiente che insegni il rispetto del regolamento e condivida la linea formativa FIGC, SGS.

QUAL È L'UTILITÀ DELL'AUTO-ARBITRAGGIO?

L'auto-arbitraggio, supervisionato da un adulto formato alla gestione di tale modalità di gioco, permette ai giocatori di conoscere e vivere il regolamento, favorendo la loro autonomia. L'idea è quella di tornare al calcio di strada, ma con l'aiuto di una persona appositamente istruita per svolgere il ruolo di supervisione.

Per approfondire: Video esplicativo sull'auto-arbitraggio.

Scegli una realtà dove correttezza e regole rappresentano il carburante della prestazione di ogni giovane atleta.

PERCHÉ NON È PREVISTA UNA CLASSIFICA NELLE CATEGORIE DELL'ATTIVITÀ DI BASE?

Gli allenatori e i Club devono poter sviluppare il proprio percorso formativo senza che il giudizio sul loro intervento si basi sul numero di punti ottenuti in classifica. Livello e quantità delle competenze acquisite e dei miglioramenti ottenuti non sempre sono collegate al risultato sportivo. Permettere a tutti i giocatori di sperimentare ruoli diversi, accettare l'errore come parte del percorso di apprendimento, assumersi la responsabilità di giocate significative come un dribbling, un tiro o un passaggio filtrante sono solo alcuni dei comportamenti che favoriscono un percorso di apprendimento a lungo termine, basato sulla ricerca del massimo potenziale individuale di ogni singolo atleta, indipendentemente da quale questo sia.

Per approfondire: Il giocatore del 2030 secondo FIGC, SGS.

Scegli una Società dove il principale risultato è rappresentato dalla crescita personale e di gruppo.

COME E PERCHÉ VIENE UTILIZZATA LA "GREEN CARD"?

La "Green Card" premia i gesti positivi di fair play dei giovani calciatori, gratificando comportamenti corretti e leali che aiutano l'arbitro nelle sue decisioni.

La "Green Card" è un cartellino verde che, affiancato a quello giallo (per l'ammonizione) e a quello rosso (espulsione), vuole invece premiare i gesti positivi dei giovani calciatori che partecipano alla gara, ovvero quelle azioni che l'arbitro valuta come azioni sintomatiche di gioco onesto e giusto (Fair Play), utili quindi a valorizzare i comportamenti di particolare significato: per la correttezza, la lealtà, lo spirito di gioco, specialmente nelle occasioni in cui tali comportamenti aiutano l'arbitro nelle decisioni prese durante la partita.

Le situazioni in cui assegnare la "Green Card" possono essere di diversa natura e vengono evidenziate dall'arbitro su indicazione di qualsiasi soggetto partecipi alla gara.

La Green Card in questo caso può essere assegnata al giovane calciatore o alla squadra nel suo complesso.

Scegli di sostenere valori che possano influenzare positivamente la crescita sportiva di tuo figlio e dei suoi compagni.

VUOI APPROFONDIRE LA MODALITÀ DI COSTRUZIONE DEI CAMPI DI GIOCO DELLE MODALITÀ DI GIOCO E CAPIRE LE MOTIVAZIONI DEL REGOLAMENTO DELL'ATTIVITÀ DI BASE?

RITORNA ALLA HOME PAGE ATTRAVERSO L'APPOSITO PULSANTE INTERATTIVO E APPROFONDISCI I CONTENUTI RIVOLTI AD ALLENATORI E GENITORI.

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

SCARICA L'APP UFFICIALE

Scarica su App Store

DISPONIBILE SU Google Play



CLICCA O INQUADRA
I QRCODE PER
APPROFONDIRE

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

CONSULTA I DETTAGLI
DEL REGOLAMENTO
DI GIOCO

REGOLAMENTO DI GIOCO

U6 UNDER U7

REGOLE BASE

- 2 CONTRO 2 o 3 CONTRO 3 (con o senza portieri)
- 2 o 3 TEMPI PER INCONTRO: DA MIN 5'A MAX 10'
- PALLONE: N°3 (cuoio o gomma doppio strato)
- MODALITÀ DI GIOCO: Raggruppamenti con partite e giochi. I Club di Calcio e Futsal giocano insieme con le stesse modalità.





IL PUNTEGGIO NON SI CALCOLA
E NON VIENE REGISTRATO SUL REFERTO GARA.

N.B. PRIMA DELL'INIZIO DELLA PARTITA GLI ALLENATORI DECIDONO SE GIOCARE O MENO CON IL PORTIERE.

CALCI DI PUNIZIONE
Sì, solo diretti.

DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE
Sì, 3 metri.

CALCIO DI RIGORE
No.

RIMESSE LATERALI
Con le mani o con i piedi (anche partenza in conduzione palla, senza obbligo di passaggio).

RIMESSA DA FONDO CAMPO
Il portiere può effettuarla con le mani o con i piedi.

PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO
Concessa.

RETROPASSAGGIO AL PORTIERE
Concesso, il portiere può prendere la palla con le mani.

RILANCIO CON LE MANI E CON I PIEDI
Nel minor tempo possibile.

ARBITRAGGIO
Dirigente arbitro che supervisiona anche più partite gestite da allenatori.

CARTELLINI
Non previsti.

SOSTITUZIONI
Chi non ha giocato il 1° tempo, gioca tutto il 2°. 3° tempo sostituzioni libere.

ABBIGLIAMENTO
Non è previsto l'utilizzo di scarpe con tacchetti di ferro.

EXTRA GIOCATORE
Previo accordo tra gli allenatori può essere inserito un giocatore in più in una sola delle 2 squadre.

TIME OUT
Non necessario.

SALUTI
Obbligatori ad inizio e fine gara.

FUORIGIOCO
Non presente.

PER CONOSCERE IL REGOLAMENTO DI GIOCO NELLA CATEGORIA U6/U7 DEL FUTSAL, CONSULTA I POSTER DEDICATI.

DISPONIBILE SU Google Play

SCARICA L'APPLICAZIONE EVOLUTION PROGRAMME PER ACCEDERE AI CONTENUTI DELLA METODOLOGIA FIGC - SGS

Scarica su App Store

VERSIONE 1

CLICCA O INQUADRA
I QRCODE PER
APPROFONDIRE

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

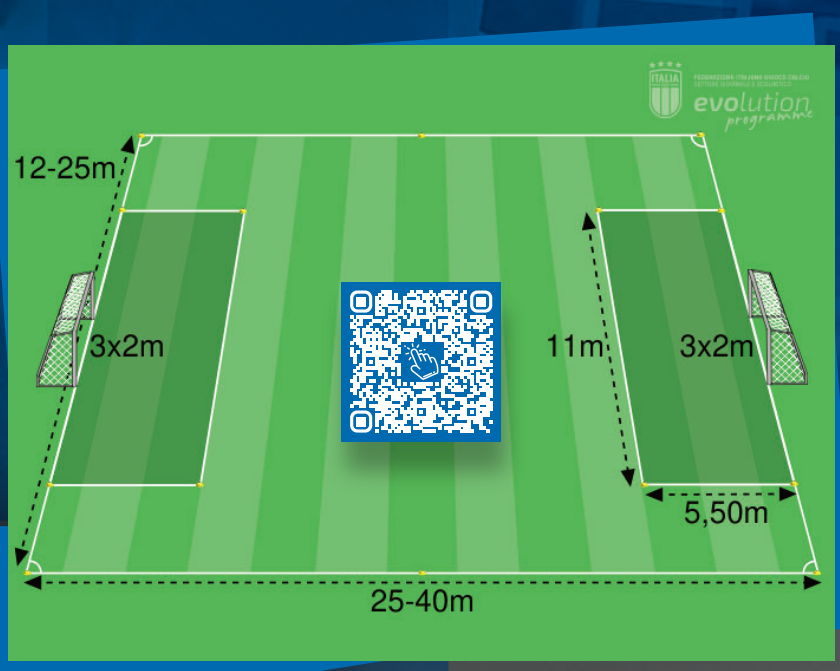
CONSULTA I DETTAGLI
DEL REGOLAMENTO
DI GIOCO

REGOLAMENTO DI GIOCO UNDER 8 UNDER 9

REGOLE BASE

- 4 CONTRO 4 o 5 CONTRO 5
- 2 o 3 TEMPI PER INCONTRO: DA MIN 8'A MAX 12'
- PALLONE: N°3 (cuoio o gomma doppio strato)
- MODALITÀ DI GIOCO: "GIOCHIAMO TUTTI, DI PIÙ, MEGLIO". Raggruppamenti con attività pre-gara, multi-partita. I Club di Calcio e Futsal giocano insieme con le stesse modalità.





IL PUNTEGGIO SI CALCOLA PER TEMPI DI GIOCO:
1 punto per tempo vinto o pareggiato,
0 punti per tempo perso.
I punti non si registrano sul referto gara.

CALCI DI PUNIZIONE
Sì, solo diretti.

DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE
Sì, 5 metri.

CALCIO DI RIGORE
Sì, distanza 5 metri.

RIMESSE LATERALI
Con le mani o con i piedi (passaggio, no conduzione palla).

RIMESSA DA FONDO CAMPO
Il portiere può effettuarla con le mani o con i piedi.

PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO
Concessa.

RETROPASSAGGIO AL PORTIERE
Concesso, il portiere può prendere la palla con le mani.

RILANCIO CON LE MANI E CON I PIEDI
Nel minor tempo possibile.

ARBITRAGGIO
Dirigente arbitro che supervisiona anche più partite gestite da allenatori.

CARTELLINI
Non previsti.

GREEN CARD PER AZIONI DI FAIR PLAY

SOSTITUZIONI
Chi non ha giocato il 1° tempo, gioca tutto il 2°. 3° tempo sostituzioni libere.

ABBIGLIAMENTO
Obbligo parastinchi. Non è previsto l'utilizzo di scarpe con tacchetti di ferro.

EXTRA GIOCATORE
Con scarto di 5 gol, si può aggiungere un giocatore fino alla differenza di + 3.

TIME OUT
Possibile 1 time out di 1' per tempo per ogni squadra.

SALUTI
Obbligatori ad inizio e fine gara.

FUORIGIOCO
Non presente.

PER CONOSCERE IL REGOLAMENTO DI GIOCO NELLA CATEGORIA U8/U9 DEL FUTSAL, CONSULTA I POSTER DEDICATI.

DISPONIBILE SU Google Play

SCARICA L'APPLICAZIONE EVOLUTION PROGRAMME PER ACCEDERE AI CONTENUTI DELLA METODOLOGIA FIGC - SGS

Scarica su App Store

VERSIONE 1

CLICCA O INQUADRA
I QRCODE PER
APPROFONDIRE

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

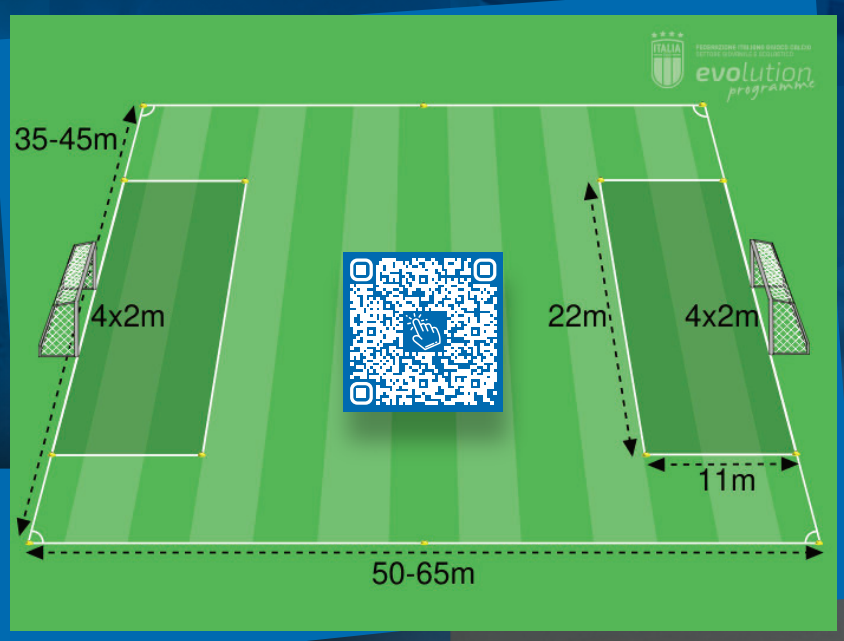
CONSULTA I DETTAGLI
DEL REGOLAMENTO
DI GIOCO

REGOLAMENTO DI GIOCO
U10 UNDER U11

REGOLE BASE

- ✔ 7 CONTRO 7
- ✔ 3 TEMPI DA 15'
- ✔ PALLONE: N°4
- ✔ MODALITÀ DI GIOCO:
  "GIOCHIAMO TUTTI, DI PIÙ, MEGLIO".
  Partita con attività pre-gara,
  4° tempo, multi-partita.





IL PUNTEGGIO SI CALCOLA PER TEMPI DI GIOCO:
1 punto per tempo vinto o pareggiato,
0 punti per tempo perso.
I punti si registrano sul referto gara.

CALCI DI PUNIZIONE
Sì, sia diretti che indiretti, *come da regolamento del gioco del calcio.*

DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE
Sì, 7 metri.

CALCIO DI RIGORE
Sì, distanza 7 metri.

RIMESSE LATERALI
Sì, *come da regolamento del gioco del calcio* (ripetizione in caso di errore).

RIMESSA DA FONDO CAMPO
Come da regolamento del gioco del calcio.

PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO
Concessa dopo i 6 secondi di possesso palla oppure fuori dall'area di rigore.

RETROPASSAGGIO AL PORTIERE
Concesso, *come da regolamento del gioco del calcio.*

RILANCIO CON LE MANI E CON I PIEDI
Entro 6 secondi dal possesso della palla.

ARBITRAGGIO
Dirigente arbitro.
Modalità dell'auto-arbitraggio.
Guarda il video.

CARTELLINI
Sì ammonizioni, sì espulsioni.
Espulsioni solo in casi gravi con sostituzione immediata del giocatore.
GREEN CARD PER AZIONI DI FAIR PLAY

SOSTITUZIONI
Chi non ha giocato il 1° tempo, gioca tutto il 2°.
3° tempo sostituzioni libere.
Se 4° tempo, tutti devono giocarne almeno 2.

ABBIGLIAMENTO
Obbligo parastinchi.
Non è previsto l'utilizzo di scarpe con tacchetti di ferro.

EXTRA GIOCATORE
Con scarto di 5 gol, si può aggiungere un giocatore fino alla differenza di + 3.

TIME OUT
Possibile 1 time out di 1' per tempo per ogni squadra.

SALUTI
Obbligatori ad inizio e fine gara.

FUORIGIOCO
Non presente.

PER CONOSCERE IL REGOLAMENTO DI GIOCO NELLA CATEGORIA U10/U11 DEL FUTSAL, CONSULTA I POSTER DEDICATI.

DISPONIBILE SU Google Play

SCARICA L'APPLICAZIONE EVOLUTION PROGRAMME PER ACCEDERE AI CONTENUTI DELLA METODOLOGIA FIGC - SGS

Scarica su App Store

VERSIONE 1

CLICCA O INQUADRA I QRCODE PER APPROFONDIRE

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution programme

CONSULTA I DETTAGLI DEL REGOLAMENTO DI GIOCO

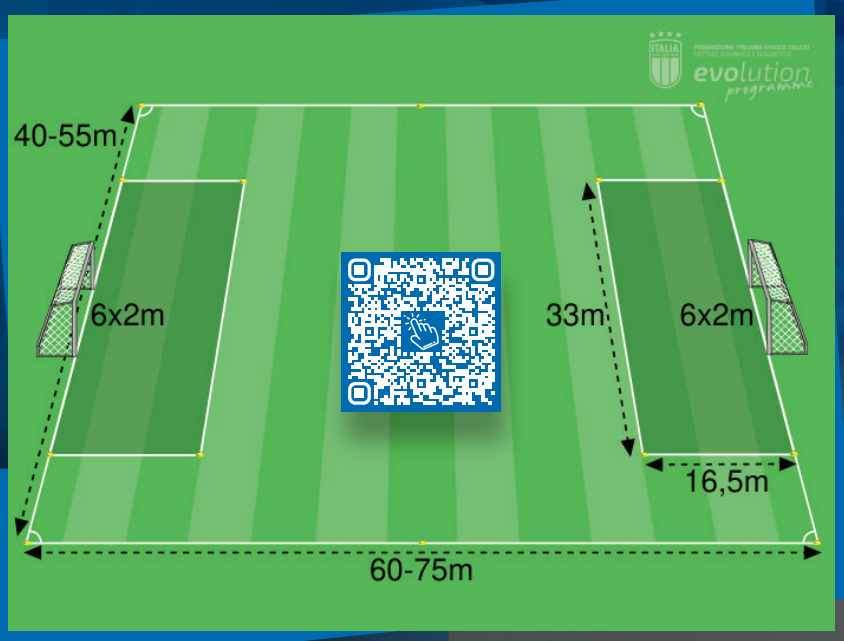
REGOLAMENTO DI GIOCO

U12 UNDER U13

REGOLE BASE

- 9 CONTRO 9
- 3 TEMPI DA 20'
- PALLONE: N°4
- MODALITÀ DI GIOCO: "GIOCHIAMO TUTTI, DI PIÙ, MEGLIO". Partita con attività pre-gara, 4° tempo, multi-partita.





IL PUNTEGGIO SI CALCOLA PER TEMPI DI GIOCO:
1 punto per tempo vinto o pareggiato,
0 punti per tempo perso.
I punti si registrano sul referto gara.

CALCI DI PUNIZIONE
Sì, sia diretti che indiretti, *come da regolamento del gioco del calcio.*

DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE
Sì, 9 metri.

CALCIO DI RIGORE
Sì, distanza 9 metri.

RIMESSE LATERALI
Sì, *come da regolamento del gioco del calcio* (ripetizione in caso di errore).

RIMESSA DA FONDO CAMPO
Come da regolamento del gioco del calcio.

PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO
Concessa, *come da regolamento del gioco del calcio.*

RETROPASSAGGIO AL PORTIERE
Concesso, *come da regolamento del gioco del calcio.*

RILANCIO CON LE MANI E CON I PIEDI
Come da regolamento del gioco del calcio.

ARBITRAGGIO
Dirigente arbitro (consigliata anche modalità auto-arbitraggio con aiuto per il fuorigioco).

CARTELLINI
Sì ammonizioni, **sì** espulsioni. Espulsioni solo in casi gravi con sostituzione del giocatore al termine della frazione di gioco.
GREEN CARD PER AZIONI DI FAIR PLAY

SOSTITUZIONI
Chi non ha giocato il 1° tempo, gioca tutto il 2°. 3° tempo sostituzioni libere. Se 4° tempo, tutti devono giocarne almeno 2.

ABBIGLIAMENTO
Obbligo parastinchi. Non è previsto l'utilizzo di scarpe con tacchetti di ferro.

EXTRA GIOCATORE
Non previsto.

TIME OUT
Possibile 1 time out di 1' per tempo per ogni squadra.

SALUTI
Obbligatori ad inizio e fine gara.

FUORIGIOCO
All'altezza del limite dell'area di rigore (negli ultimi 16,5 metri).

PER CONOSCERE IL REGOLAMENTO DI GIOCO NELLA CATEGORIA U12/U13 DEL FUTSAL, CONSULTA I POSTER DEDICATI.

DISPONIBILE SU Google Play

SCARICA L'APPLICAZIONE EVOLUTION PROGRAMME PER ACCEDERE AI CONTENUTI DELLA METODOLOGIA FIGC - SGS

Scarica su App Store

VERSIONE 1