

CLICCA O INQUADRA  
I QR CODE PER  
APPROFONDIRE



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution  
programme

CONSULTA I DETTAGLI  
DEL REGOLAMENTO  
DI GIOCO



# REGOLAMENTO DI GIOCO

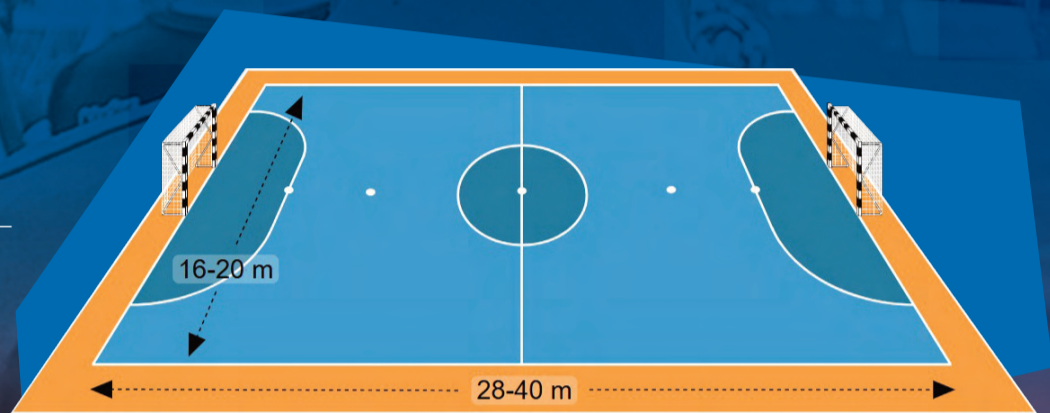


FUT5AL

U12 UNDER U13

## REGOLE BASE

- ✓ 5 CONTRO 5
- ✓ 3 TEMPI DA 20'
- ✓ PALLONE: N°3 a rimbalzo controllato
- ✓ MODALITÀ DI GIOCO: "GIOCHIAMO TUTTI, DI PIÙ, MEGLIO". Partita con attività pre-gara.



★ 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 a 5.

### DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE

Sì, 5 metri.

### RIMESSA DA FONDO CAMPO

Come da regolamento  
del gioco del calcio a 5,  
con zona di no pressing  
nei 10 metri.

### PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO

Concessa,  
come da regolamento  
del gioco del calcio a 5.

### CALCIO DI RIGORE

Sì, distanza 6 metri.

### RIMESSE LATERALI

Sì, come da regolamento  
del gioco del calcio a 5  
(ripetizione in caso di errore).

### RETROPASSAGGIO AL PORTIERE

Concesso in maniera  
illimitata.

### RILANCIO

Con le mani entro 4 secondi  
nella propria metacampo,  
con i piedi come da  
regolamento del gioco  
del calcio a 5.

### ARBITRAGGIO

Dirigente arbitro  
(consigliata anche  
modalità auto-arbitraggio).

### CARTELLINI

Sì ammonizioni, sì espulsioni.  
Espulsioni solo in casi gravi  
come da regolamento del gioco  
del calcio a 5.

### GREEN CARD PER AZIONI DI FAIR PLAY

### FALLI CUMULATIVI

In ogni tempo, dal 6° fallo  
subito in poi, si ha diritto  
ad un tiro libero.

### TIME OUT

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

### SOSTITUZIONI

A metà di ciascuno  
dei primi 2 tempi chi non ha  
giocato deve entrare in campo.  
3° Tempo sostituzioni libere.

### ABBIGLIAMENTO

Obbligo parastinchi.  
Scarpe adeguate alla  
superficie di gioco.

### SALUTI

Obbligatorie ad inizio  
e fine gara.

### TIRO LIBERO

Sì, dai 10 metri.

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



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

