



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
Via Po, 35 - 00198 - ROMA

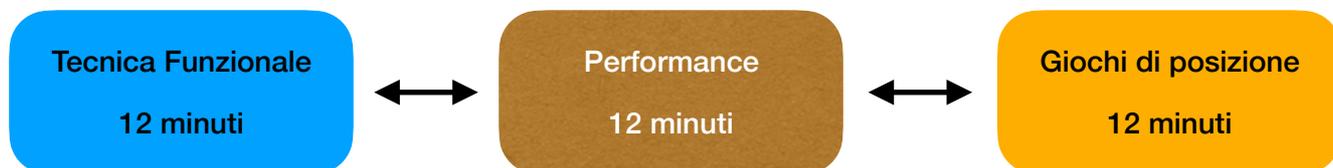
9° ALLENAMENTO CFT

STAGIONE 2022-2023
28 NOVEMBRE 2022

STRUTTURA DELL'ALLENAMENTO

90 Minuti	60 giocatori	28 Novembre 2022 U13/U14
Pre-allenamento	Attivazione Tecnica portieri	24 minuti

FASE 1: Stazioni 1, 2, 3



Stazione 1	12 minuti
Stazione 2	12 minuti
Stazione 3	12 minuti
Pausa 4 minuti	

FASE 2: Stazioni 4, 5, 6



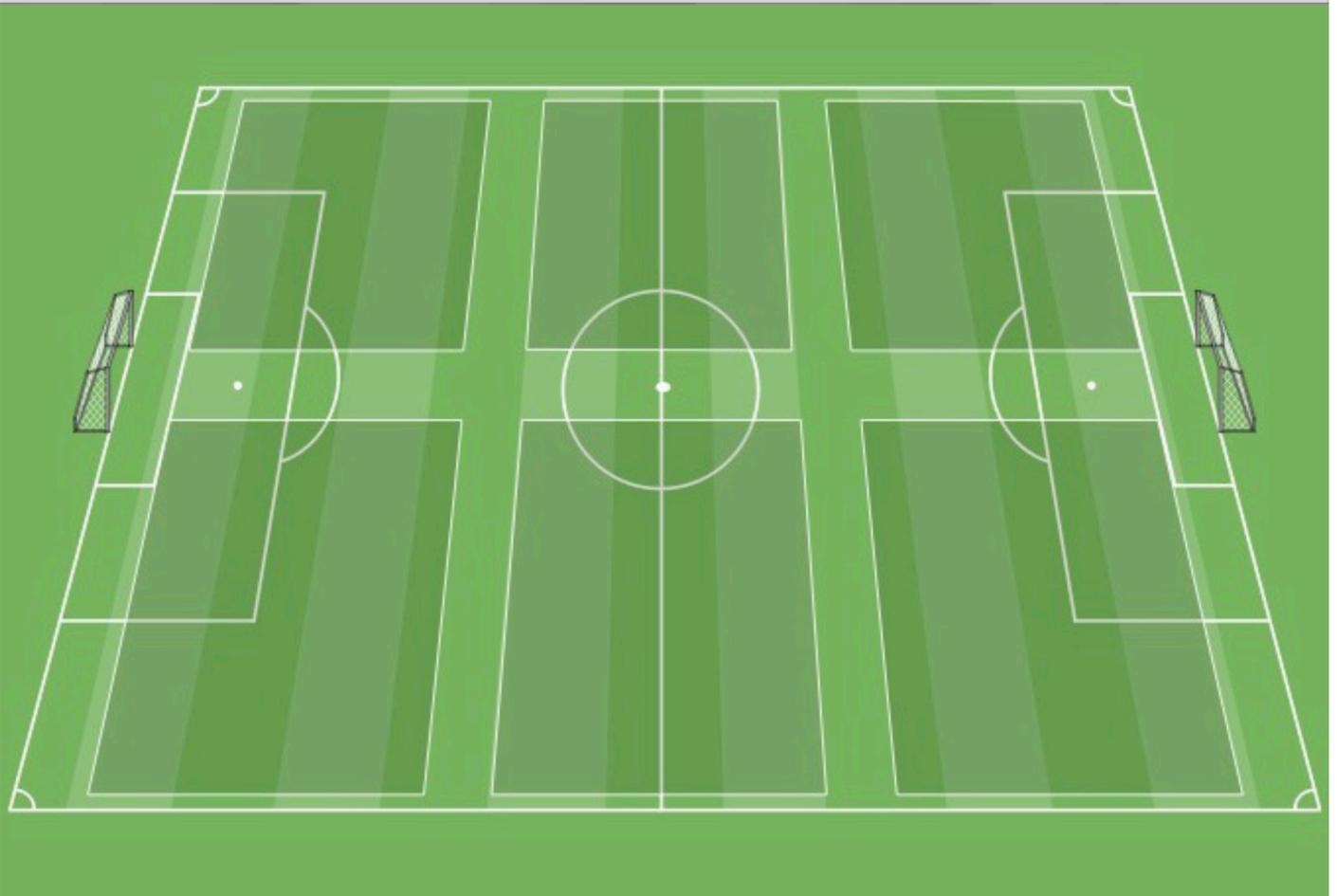
Stazione 4	15 minuti
Stazione 5	15 minuti
Stazione 6	15 minuti

Attivazione portieri: 3 stazioni da 8 minuti ciascuna.

Riunione post allenamento: Intelligenza, so cosa fare?

I ragazzi riconoscono con continuità la zona Luce?! Sanno cosa è la zona Luce?! Ricevono il pallone orientando ed orientandosi nella direzione del gioco desiderata?! Se no, è un problema tecnico o di lettura?! Riconoscono i tempi d'inserimento e di attacco porta?! Quali esercizi, quali feedback, cosa guardare, quali strategie possiamo adottare per una tecnica del 2030?!

FASE 1 - ORGANIZZAZIONE DEL CAMPO



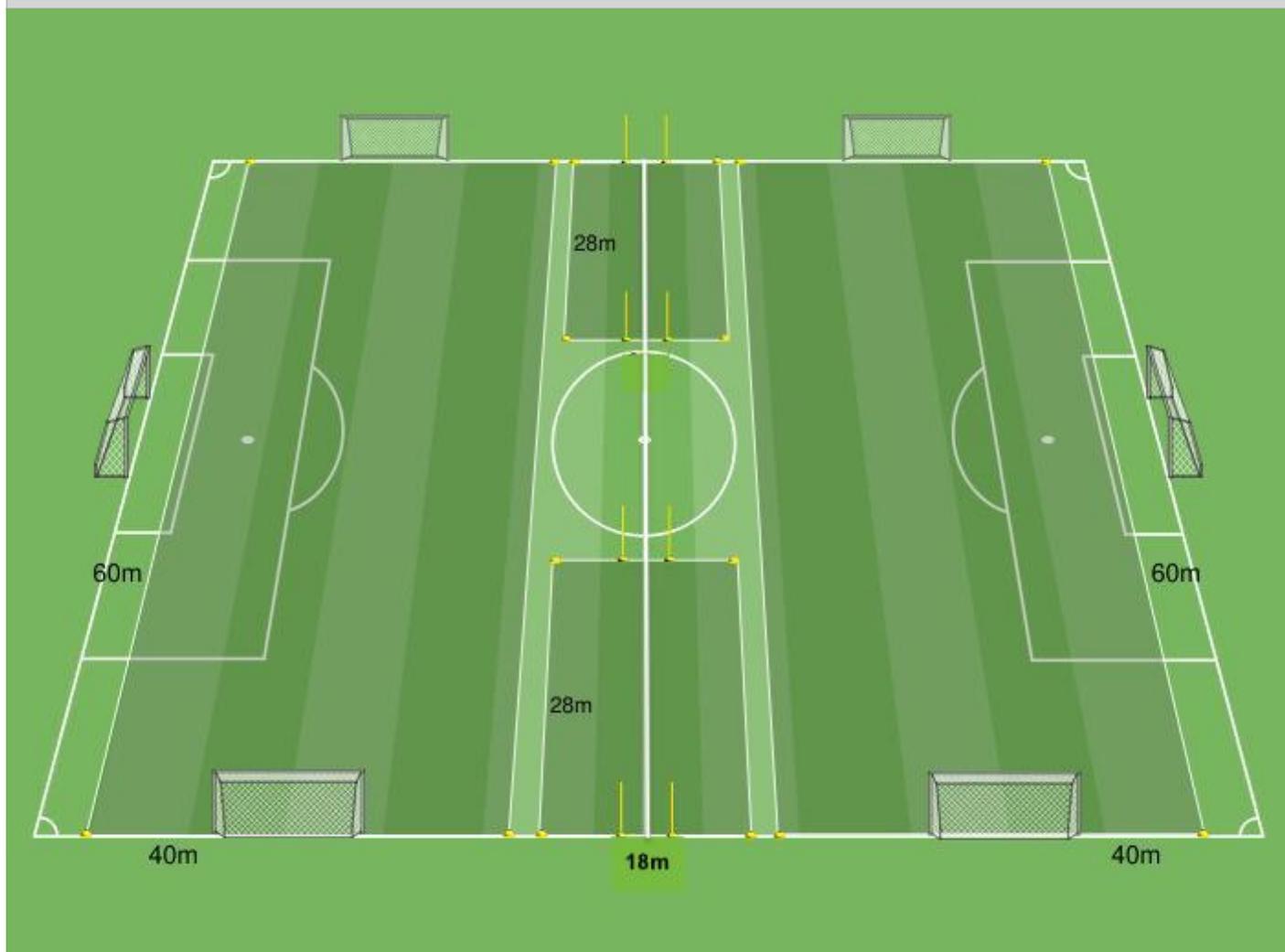
ORGANIZZAZIONE DELLA FASE 1

GENERALI	SINGOLO CAMPO	
2 Campi di gioco	Tecnica Funzionale	16 x 16 metri
2 Campi di gioco	Performance	30 x 30 metri
2 Campi di gioco	Giochi di Posizione	Non definito

FASE 1 - ORGANIZZAZIONE DEL CAMPO

Giocatori per singolo campo	Da 8 a 10
Sequenza stazioni	Randomizzata
Durata singola stazione	12 minuti
Attivazione portieri	3 stazioni da 8 minuti ciascuna

FASE 2 - ORGANIZZAZIONE DEL CAMPO



ORGANIZZAZIONE DELLA FASE 2

GENERALI	SINGOLO CAMPO	
2 Campi di gioco	Partita a Tema /Partita CFT	40 x 60 metri
2 Campi di gioco	Partita 5 contro 5	18 x 28 metri

IN CASO DI 6 SQUADRE

Sequenza rotazioni	<p><u>Turno 1:</u> A e B giocano 9 contro 9 partita CFT; C e D giocano 5 contro 5; E e F giocano 9 contro 9 partita CFT</p> <p><u>Turno 2:</u> E e F giocano 9 contro 9 a tema; A e B giocano 5 contro 5; C e D giocano 9 contro 9 partita CFT</p> <p><u>Turno 3:</u> C e D giocano 9 contro 9 a tema; E e F giocano 5 contro 5; A e B giocano 9 contro 9 partita a tema</p>
---------------------------	--

IN CASO DI 5 SQUADRE

Sequenza rotazioni	<p><u>Turno 1:</u> A e B giocano 9 contro 9 partita CFT; C gioca 5 contro 5; D e E giocano 9 contro 9 partita CFT</p> <p><u>Turno 2:</u> A e C giocano 9 contro 9 a tema; B gioca 5 contro 5; D e E giocano 9 contro 9 partita a tema</p> <p><u>Turno 3:</u> C e B giocano 9 contro 9 partita CFT; A gioca 5 contro 5; D e E giocano 9 contro 9 partita CFT</p>
---------------------------	---

IN CASO DI 4 SQUADRE

Durata singola stazione	<p><u>Turno 1:</u> A e B giocano 9 contro 9 partita CFT; C e D giocano 9 contro 9 partita CFT</p> <p><u>Turno 2:</u> A e C giocano 9 contro 9 partita a tema; B e D giocano 9 contro 9 partita a tema</p> <p><u>Turno 3:</u> A e D giocano 9 contro 9 partita CFT; C e B giocano 9 contro 9 partita CFT</p>
--------------------------------	---

ATTIVAZIONE TECNICA PORTIERI



Obiettivo:
Uscita in tuffo



24 minuti

Prima proposta

8 minuti

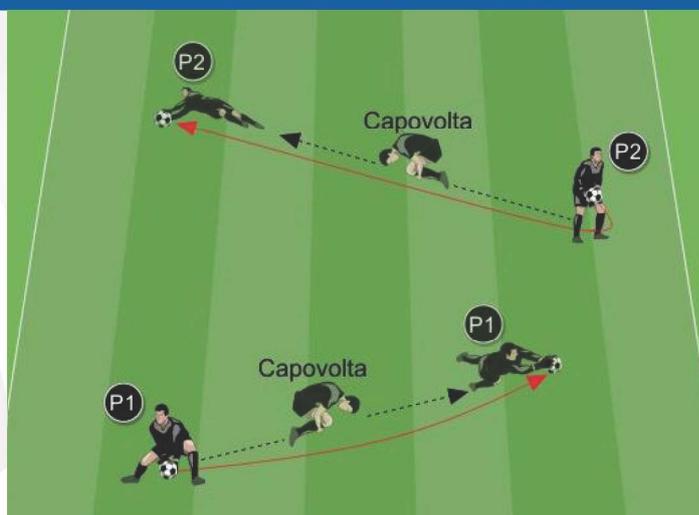
1 - Globale/esplorativo

Descrizione

I portieri si muovono liberamente all'interno di uno spazio definito. Ogni portiere è in possesso di una palla. Si esegue un'attività di uscita bassa.

Regole

- Il portiere deve far passare la palla in mezzo alle proprie gambe (da avanti a dietro) ed eseguire una capovolta prima di effettuare un'uscita in tuffo.
- La capovolta viene eseguita in direzione della palla.



Comportamenti privilegiati

- Riuscire a dosare la forza del lancio della palla permettendo di eseguire l'azione prevista in uno spazio ridotto.
- In seguito alla capovolta rialzarsi in modo efficace per intervenire in tuffo sulla palla.

Seconda proposta

8 minuti

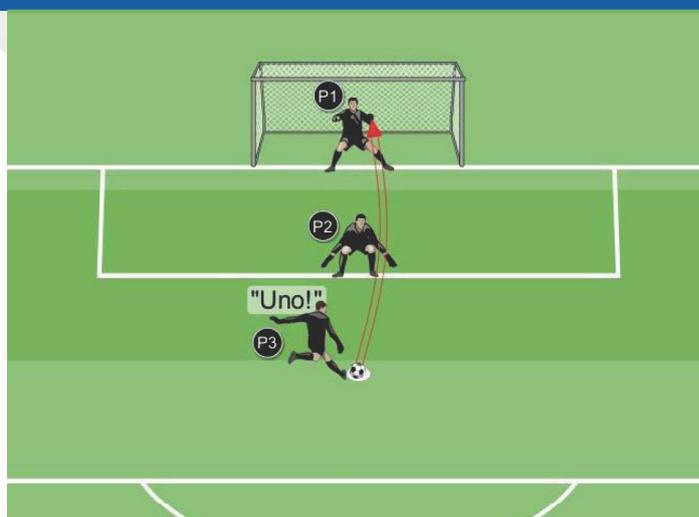
2 - Analitico

Descrizione

P1 si posiziona al centro della porta mentre P2 si colloca sulla linea dell'area del portiere in postura di parata. P3 si posiziona in prossimità del dischetto del rigore con una palla nei piedi. Si effettua un'attività di calcio e parata con difficoltà visiva.

Regole

- P3 calcia la palla chiamando il numero del portiere che deve effettuare l'intervento: P1 o P2, a seconda della sua scelta.
- Dopo 5 esecuzioni ruotare i ruoli dei portieri.



Comportamenti privilegiati

- Capire velocemente quando è necessario effettuare l'intervento e quando lasciar passare la palla senza farsi colpire dalla stessa.
- Effettuare le respinte o deviazioni dei tiri effettuati da P3 verso l'esterno del campo.

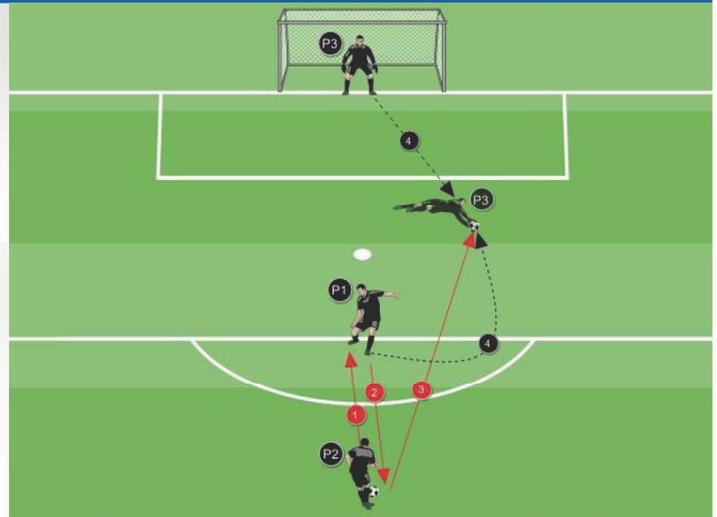
3 - Situazionale

Descrizione

P2 e P3 si posizionano, uno di fronte all'altro, all'esterno dall'area di rigore (come da figura), i due giocatori sono in possesso di una palla. P1 comincia l'attività in prossimità del limite dell'area piccola.

Regole

- P1 e P2 si trasmettono palla rasoterra, di prima intenzione, al limite dell'area di rigore.
- P2, quando lo desidera, effettua un passaggio leggermente spostato al fine di permettere al compagno di effettuare un movimento a semi-luna per andare a calciare in porta oppure eseguire un uno contro uno con il portiere. P1 e P2 sono attivi sull'eventuale respinta di P3.
- P3 sceglie se effettuare un'uscita ad intercettare la palla oppure aspettare in posizione per giocarsi il duello con P2.
- Dopo due uscite si cambiano i ruoli dei giocatori impegnati nell'attività.
- La direzione e la modalità del passaggio che danno il via all'azione vengono scelte da P2.



Comportamenti privilegiati

- Capire quando uscire in tuffo intercettando il passaggio di P2 oppure attendere la conclusione o l'uno contro uno con P1.
- P3 esegue gli spostamenti in modo rapido, con il baricentro basso ed il busto sbilanciato in avanti.

Ambito DOMINIO DEL GIOCO

Contenitore GIOCO DI POSIZIONE

DENTRO/FUORI



12 minuti



non definito



8 giocatori

Chiavi della conduzione

Come difendiamo lo spazio centrale?



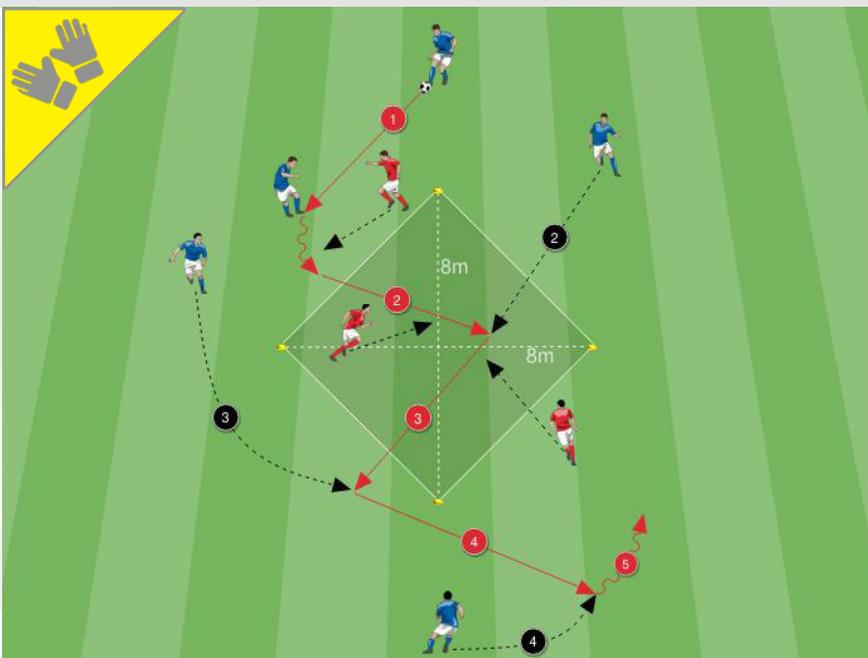
Orientamento utile

Descrizione

I giocatori si dividono in 2 squadre di 3 giocatori ciascuna, altri 2 giocatori ricoprono il ruolo di vertici collocandosi all'esterno rispetto all'area di gioco (uno in direzione opposta rispetto all'altro). Al centro del campo viene delimitato un rombo (diagonali di 8 metri). L'attività consiste in un gioco di posizione 5 contro 3 nel quale, per totalizzare un punto, la palla deve essere portata da un vertice all'altro passando all'interno della figura che definisce il centro del campo di gioco.

Regole

- La squadra in possesso di palla realizza un punto se, nel far pervenire il pallone da un vertice a quello opposto, riesce a sviluppare una delle 2 seguenti situazioni:
 - Trasmettere palla ad un giocatore all'interno del rombo che a sua volta la passa ad un esterno prima di farla arrivare al vertice opposto.
 - Condurre palla dall'esterno all'interno del rombo, trasmetterla nuovamente all'esterno dello stesso e farla infine pervenire al vertice opposto.
- Qualora un'azione di gioco si sviluppi da un vertice all'altro senza che avvenga una delle 2 situazioni appena presentate, il possesso di palla rimane alla squadra che lo sta gestendo senza tuttavia modificare il punteggio di gioco. Il cambio di possesso della palla tra le 2 squadre avviene solo qualora questa venga riconquistata dagli avversari in modo chiaro (non attraverso un semplice tocco).
- Il campo non ha delimitazioni esterne tuttavia, qualora durante lo svolgimento del gioco la palla termini troppo lontano dal campo stesso, i vertici possono decidere di interrompere l'azione in corso di svolgimento cominciandone autonomamente un'altra (si consiglia di predisporre alcuni palloni nei pressi dell'area di gioco, a disponibilità dei vertici, senza che questi intralcino la loro azione di gioco).
- Alcune indicazioni di gioco rivolte ai vertici:
 - Possono muoversi liberamente in campo rimanendo tuttavia sempre "oltre" l'ultimo giocatore delle 2 squadre coinvolte nel Gioco di Posizione.
 - Seguono lo sviluppo dell'azione accorciando o dilatando gli spazi di gioco in base alle dinamiche dello stesso.
 - Possono trasmettersi la palla tra di loro, senza tuttavia totalizzare alcun punto per la squadra in possesso del pallone.
 - Ogni 3 minuti si cambiano i ruoli di gioco sostituendo i 2 vertici con un giocatore per squadra.



Comportamenti privilegiati

- Mentre il compagno fornisce una soluzione all'interno del rombo centrale si effettua già un movimento a ricerca dell'ampiezza che conceda linee di trasmissione pulite in direzione del vertice di arrivo dell'azione.
- In fase di non possesso rimanere aggressivi sul portatore palla portando una pressione che indirizzi lo stesso verso l'esterno del campo.

Comportamenti privilegiati del portiere impiegato come giocatore di movimento

- Ricevere palla all'interno del rombo già orientato verso il possibile sviluppo dell'azione.
- Capire il momento più opportuno per trasmettere palla "dentro", riconoscere le opportunità di filtrante e quando il posizionamento degli avversari non permettono sconsigliano di forzare la giocata interna.



RICERCA DEL TERZO

12 minuti

16x16 metri

8 giocatori

Chiavi della conduzione
A chi voglio trasmettere palla?


Ridurre tempi tecnici

Descrizione

I giocatori si dispongono inizialmente come da figura: 3 sui lati del rombo ed uno all'interno dello stesso. Su ogni spazio di gioco interagiscono 2 gruppi da 4 giocatori ciascuno (ognuno dei quali gioca per conto proprio). Ogni gruppo utilizza un solo pallone, dato inizialmente ad uno dei 3 giocatori posizionati all'esterno del rombo. Si svolge una ripetizione ciclica di gestualità tecniche con l'obiettivo di ricercare la corretta postura di ricezione e trasmissione palla all'esterno dello spazio di gioco.

Regole

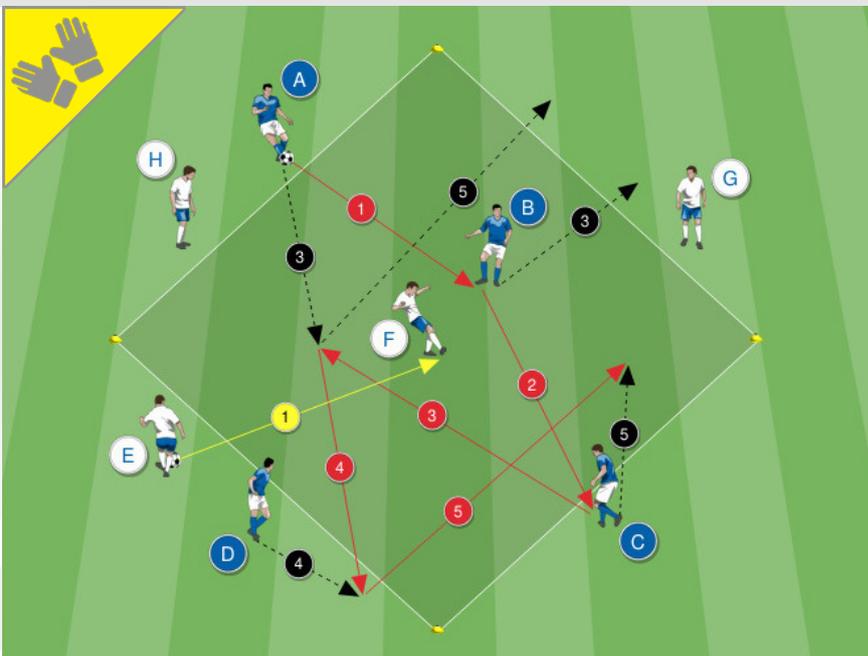
- La combinazione di gestualità tecniche si svolge attraverso una sequenza predefinita come segue:
 - Il giocatore "A", in possesso di palla, effettua un passaggio verso il compagno "B" all'interno del rombo.
 - "B" ha il compito di trasmettere il pallone (nel modo più efficiente possibile) ad uno dei due compagni all'esterno dello spazio di gioco, definito giocatore "C".
 - "A", una volta trasmessa palla ed atteso il completamento dell'azione tecnica prevista da "B", entra in campo per ricevere palla da "C" e dare così continuità all'azione di gioco.
- Il giocatore che riceve palla all'interno del campo non ha obblighi di trasmissione della stessa ad un compagno codificato ma deve realizzare l'azione tecnica prevista seguendo una serie di indicazioni:
 - esecuzione rapida senza un numero imposto di tocchi o di tempo predefinito di possesso della palla;
 - va incentivato lo sviluppo di una combinazione semplice e fluida ("do palla dove vedo" non costituisce un obbligo ma solo un suggerimento);
 - sono auspicabili movimenti senza palla da parte dei giocatori all'esterno dello spazio di gioco con la finalità di favorire la "diagonalità" delle linee di passaggio tra interno ed esterno della figura.
- Il giocatore che entra nel rombo dopo aver trasmesso la palla segue una linea di corsa che gli permette di avere angoli di trasmissione aperti che favoriscano un passaggio rapido ed efficace (con meno tocchi possibile) nella direzione desiderata.
- Riguardo le rotazioni:
 - Il giocatore che trasmette palla all'esterno del campo effettua una corsa orientata (mantenendo quindi lo sguardo sempre rivolto verso la palla) uscendo da un lato qualsiasi del rombo (che tuttavia non sia quello verso il quale ha effettuato il passaggio).
 - Fuori dallo stesso lato del rombo possono quindi trovarsi anche due giocatori della stessa squadra.

Nota

- Le combinazioni di passaggi tra i giocatori dei due gruppi coinvolti nello spazio di gioco delimitato avvengono in contemporanea, una complessità dell'attività proposta è rappresentata dall'interferenza data dai giocatori dell'altro gruppo.

Comportamenti privilegiati

- Durante la corsa d'ingresso del giocatore che entra nel rombo, questi guarda anche il posizionamento del compagno al quale vuole trasmettere la palla ricercando un posizionamento utile ad una trasmissione efficace.
- Il giocatore che riceve palla all'esterno del campo effettua, qualora necessario, un controllo orientato che permette al compagno all'interno del rombo di avere il tempo per prendere la posizione desiderata rispetto al giocatore al quale ha scelto di effettuare il passaggio successivo.



Comportamenti privilegiati del portiere impiegato come giocatore di movimento

- Essere in grado di ricevere con postura aperta orientando il gioco dalla parte opposta rispetto alla direzione di provenienza della palla.
- Riconoscere e correggere eventuali errori di postura nella ricezione del pallone da parte dei compagni aiutando una maggiore comprensione dell'attività da parte dei giocatori.



ATTACCA E RINCORRI



Capacità coordinative



12 minuti



30x30 metri



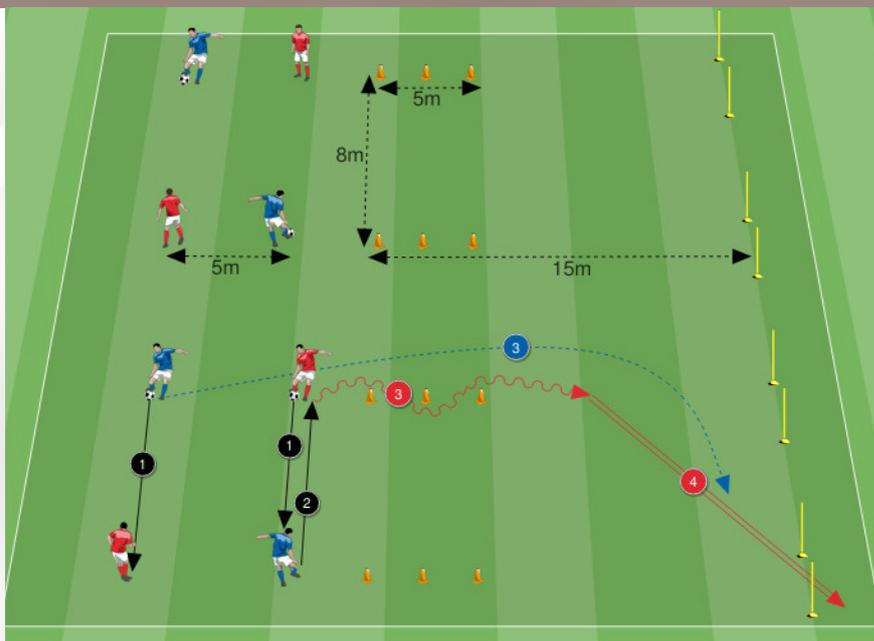
8 giocatori

Descrizione

In due stazioni omologhe si trasmettono liberamente palla 4 calciatori (2 per squadra), nel momento in cui il calciatore in prossimità dei coni decide di condurre palla tra di essi per calciare nella porta in diagonale, il calciatore avversario dell'altra coppia, che stava a propria volta trasmettendo il pallone, correndo verso la propria porta deve andare ad intercettare il tiro in diagonale, evitando che la palla possa entrare in porta. Il punto è guadagnato se la palla entra in porta o se, il giocatore che deve intercettare la palla, riesce a rimanerne in possesso.

Regole

- **3 FASI da 4':**
 - **Fase Esplorativa** (gioco proposto)
 - **Fase Didattica: PROGRESSIONE SULL'ACCELERAZIONE**
 - Il giocatori partono affiancati su uno dei lati del quadrato grande, eseguono contemporaneamente in avanzamento verso il lato opposto il movimento evidenziato di seguito. Ognuna delle 4 varianti viene svolta per 3 ripetizioni, con tempo di lavoro 10 secondi e uguale tempo di recupero. Distanza di azione almeno 20 metri.
 1. Partenza da fermo, sbilanciamento del tronco in avanti e accelerazione.
 2. Partenza da fermo, sbilanciamento del tronco in avanti e accelerazione con richiamo avanti dell'arto di spinta e del piede.
 3. Partenza in movimento e accelerazione con focus sulla frequenza degli appoggi.
 4. Partenza in movimento e accelerazione con focus sull'ampiezza degli appoggi.
 - **Fase Situazionale** (stesso gioco della fase esplorativa)



Comportamenti privilegiati

- Durante l'accelerazione lo spostamento degli arti inferiori deve avvenire da dietro a in avanti, senza disperdere il piede posteriormente.
- Ricercare grande scioltezza nei movimenti evitando le rigidità.
- L'azione delle braccia deve essere ampia e decisa evitando movimenti rotatori.

VARIANTI NUMERICHE

ALLE PROPOSTE PRATICHE DELLA FASE 1

Il numero dei giocatori presenti all'allenamento CFT potrebbe variare costringendo a creare gruppi con numeriche diverse tra di loro. Al fine di aiutare gli staff a trovare gli adattamenti più adatti per ogni situazione vengono di seguito proposte delle varianti che permettono di rispettare le dinamiche delle attività pratiche anche con 9 o 10 giocatori coinvolti contemporaneamente in ogni stazione.

GIOCHI DI POSIZIONE: *DENTRO/FUORI*

Variante per 9 giocatori: si aggiunge un vertice da una delle 2 parti del campo creando quindi una doppia superiorità numerica su di un lato.

Variante per 10 giocatori: si aggiunge un giocatore per ogni squadra.

TECNICA FUNZIONALE: *RICERCA DEL TERZO*

Variante per 9 giocatori: ad una squadra viene aggiunto un giocatore.

Variante per 10 giocatori: ad ognuna delle 2 squadre viene aggiunto un giocatore.

PERFORMANCE: *ATTACCA E RINCORRI*

Variante per 9 giocatori: viene aggiunto un giocatore alla coppia più esterna. Questo giocatore ha il compito di inseguire il compagno che parte in conduzione verso la porta.

Variante per 10 giocatori: in una delle due situazioni di gioco viene aggiunta una coppia di giocatori, questa situazione permette una rotazione più rapida e l'aumento della frequenza delle azioni di conduzione e rincorsa.

Ambito
GARAContenitore
PARTITA 9 CONTRO 9

PARTITA CFT 9 CONTRO 9



15 minuti



40x60 metri



6x2 metri



18 giocatori

Chiavi della conduzione

Portiere uno di noi! Dimostriamolo!



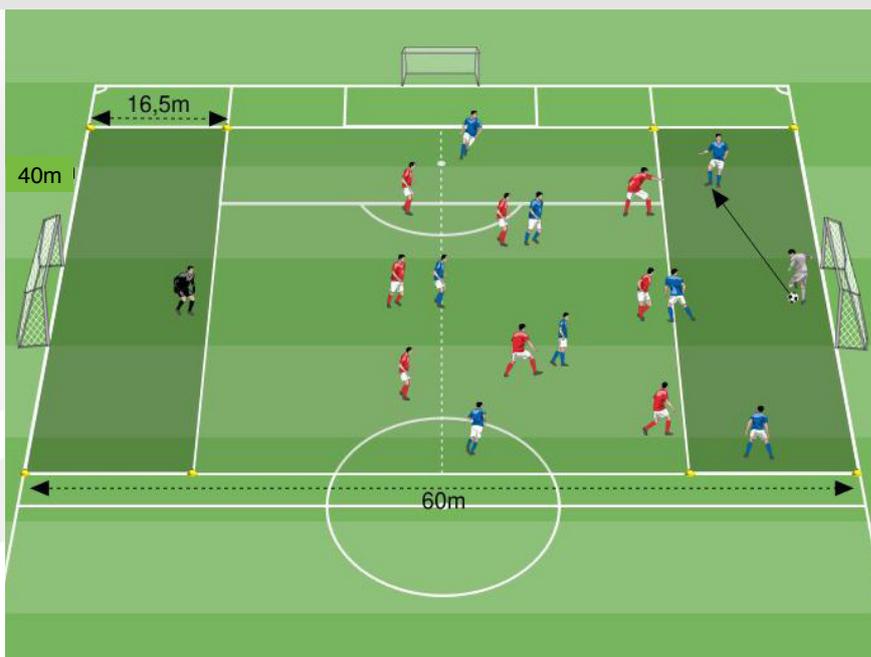
Portiere uomo in più

Descrizione

Si gioca una partita a tema 9 contro 9. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-3-2-3.

Regole

- La partita viene condotta da 1 solo allenatore.
- In questa partita è previsto il fuorigioco come da regolamento del gioco del calcio.
- Compatibilmente con le numeriche di giocatori a disposizione si utilizza un modulo di gioco a specchio, questa soluzione intende favorire:
 - Un'elevata frequenza di duelli 1 contro 1.
 - La collaborazione delle catene laterali.
 - La lettura delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.



Comportamenti privilegiati

- Il portiere si dimostra coinvolto nel gioco anche quando l'azione è lontana dalla porta: sale accorciando le distanze dalla linea difensiva; chiama le marcature preventive; incita e sprona i compagni in fase offensiva; comunica i movimenti degli avversari.
- I giocatori di movimento favoriscono l'azione del portiere nello sviluppo dell'azione di costruzione dal basso: dandogli soluzioni corte e lunghe; ricercando lo smarcamento in zona luce; lasciandogli libero lo spazio centrale per avanzare in conduzione palla.

**PARTITA 5 CONTRO 5
(ispirata alle regole del Calcio a 5)**



15 minuti



18x28 metri



3x2 metri



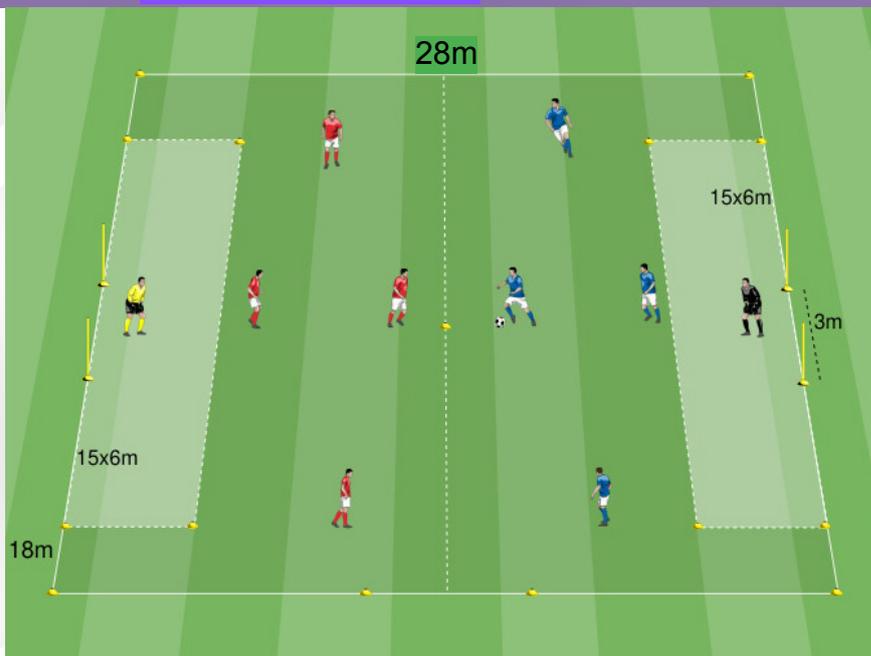
10 giocatori

Descrizione

Si gioca una partita 5 contro 5 con regole ispirate al Calcio a 5. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-1-2-1.

Regole

- Le regole che caratterizzano la partita ispirata al Calcio a 5 sono le seguenti:
 - Le rimesse laterali possono essere battute soltanto con i piedi, nell'azione di rimessa in gioco la palla deve essere ferma e posizionata sulla linea laterale.
 - Su ogni ripresa del gioco da palla inattiva la distanza minima degli avversari è di 5 metri.
 - La rimessa dal fondo viene battuta dal portiere e deve essere effettuata con le mani attraverso un passaggio che deve uscire dall'area di rigore.
 - In fase di possesso palla il portiere può partecipare all'azione della propria squadra solo una volta (è possibile realizzare un solo passaggio al portiere).
 - Non vige la regola del fuorigioco.
 - Eventuali calci di rigore vengono battuti ad una distanza di 6 metri dalla porta.
 - I falli per i quali è previsto un calcio di punizione diretto si definiscono falli cumulativi; da quando una squadra commette il sesto fallo cumulativo in poi, non sarà assegnato un calcio di punizione ma un tiro libero (i tiri liberi si calciano da una distanza di 10 metri dalla porta e possono essere difesi solo dal portiere avversario).
 - Le sostituzioni, volanti, possono essere effettuate solo attraverso la linea di cambio (lunga 8 metri) collocata a metà campo, il giocatore che sostituisce il proprio compagno, per poter entrare in campo, deve attendere la sua uscita dal terreno di gioco.
- Al termine di ogni gara le squadre vengono riformulate con modalità random.
- Ogni partita dà un punteggio individuale:
 - 3 punti per la vittoria.
 - 1 punto per il pareggio.
 - 0 punti per la sconfitta.



Ambito
CONOSCENZA DEL GIOCO

Contenitore
PARTITA A TEMA

PARTITA A TEMA
SCELTA AUTONOMA



15 minuti



40x60 metri



6x2 metri



18 giocatori

Chiavi della conduzione



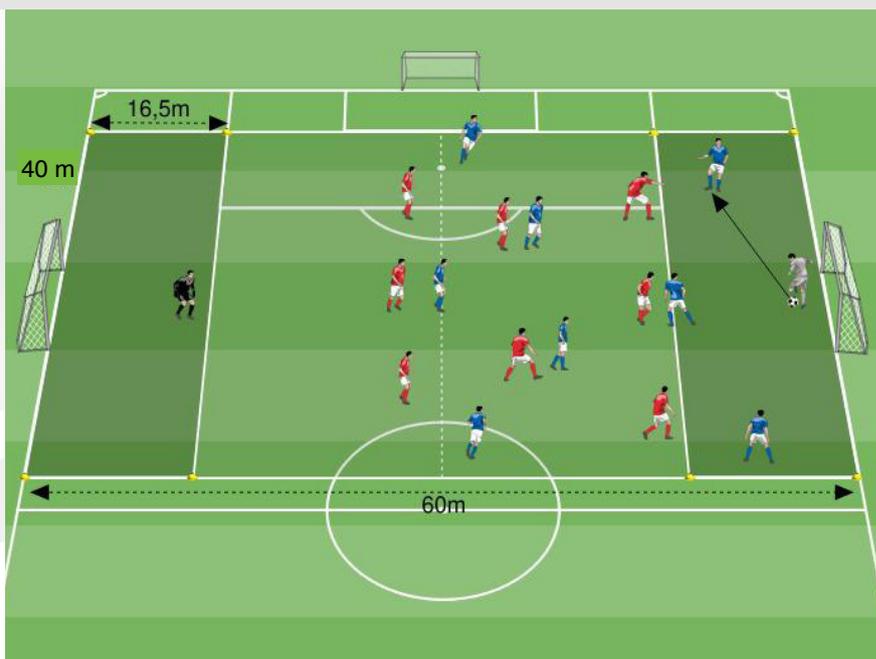
Descrizione

Si gioca una partita a tema 9 contro 9. Entrambe le squadre si schierano con il modulo 1-3-2-3. La disposizione dei giocatori permette di:

- aumentare i duelli 1 contro 1;
- favorire la collaborazione delle catene laterali;
- avere una lettura semplificata delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.

Regole

- Il tema della partita viene scelto autonomamente dagli staff tecnici dei CFT in base all'osservazione dei comportamenti dei giocatori avvenuti durante la partita precedente.



Comportamenti privilegiati

Nome della proposta:

Regole:



NOTE ORGANIZZATIVE

- Il Pre-allenamento consiste in un'attività appartenente al Contenitore di Tecnica in Movimento svolta in modalità autonoma o semi-strutturata: all'arrivo dei giocatori in campo, questi svolgono proposte di tipo tecnico sia a carattere individuale che a piccoli gruppi.
- L'allenamento è suddiviso in 2 fasi intervallate da una pausa. La fase 1 prevede 3 stazioni della durata di 12 minuti ciascuna, la pausa tra le 2 fasi è di 4 minuti, la fase 2 prevede 2 partite 9 contro 9 ed una partita 5 contro 5 della durata di 15 minuti ciascuna.
- Al termine della fase 1 vengono tolti i campi utilizzati per le stazioni e preparati i 2 campi 9 contro 9 e i 2 campi 5 contro 5 previsti per la fase 2.
- All'inizio dell'allenamento le porte da utilizzare nella fase 2 devono essere già collocate per delimitare i campi delle partite 9 contro 9.
- L'attività tecnica dell'allenamento ha una durata complessiva di 90 minuti. L'ultima stazione viene allungata fino a raggiungere il tempo totale previsto. La condivisione con i giocatori (abituale svolta in cerchio prima e dopo l'allenamento) non rientra nel calcolo dei 90 minuti di attività tecnica previsti.

Fase 1

- Questa fase prevede la realizzazione di 6 campi di gioco: 2 per la Tecnica Funzionale; 2 per la Performance; 2 per il Gioco di Posizione o lo Small Sided Game (a seconda dell'attività prevista in quello specifico allenamento). Le 6 stazioni vengono svolte in contemporanea. Tecnica Funzionale e Performance sono sempre presenti in ogni fase 1 dell'allenamento CFT, Gioco di Posizione e Small Sided Game invece si svolgono a settimane alterne.
- I partecipanti all'allenamento vengono divisi in 6 gruppi da 10 giocatori. Al termine dei 12 minuti previsti per ogni stazione i gruppi ruotano andando a svolgere la stazione successiva. Al termine del terzo turno ogni giocatore avrà completato tutte le attività previste nella fase 1.
- Ogni stazione della fase 1 è pensata per 10 giocatori tuttavia, nel caso in cui il numero dei presenti costringa a costituire gruppi di numero superiore o inferiore a 10, vengono apportate le opportune modifiche (aumentando o diminuendo il numero di giocatori e/o gli spazi), mantenendo invariata la struttura dell'esercitazione.
- L'attivazione tecnica dei portieri è condotta dall'allenatore dei portieri, dura 24 minuti e viene programmata prima dell'allenamento CFT in modo da farla terminare in contemporanea all'inizio dell'attività tecnica del gruppo squadra. Durante tutte le stazioni dell'allenamento i portieri svolgono le attività previste assieme ai giocatori di movimento.
- Lo svolgimento delle 3 stazioni previste nella fase 1 avviene in modalità randomizzata, la sequenza esecutiva delle attività non è predefinita.

Fase 2

- I 60 partecipanti all'allenamento vengono divisi in 6 squadre da 10 giocatori ciascuna e svolgono 3 partite distinte da 15 minuti.
- In ognuno turno della fase 2 si svolgono 4 partite su 4 campi distinti: 2 partite su 2 campi per il 9 contro 9 e 2 partite su 2 campi per il 5 contro 5. Le 4 partite si svolgono in contemporanea su entrambi i campi di gioco permettendo ad ognuno dei 6 gruppi di svolgere 2 partite 9 contro 9 e una partita 5 contro 5 così come da tabella denominata "organizzazione della fase 2".
- La Partita a Tema viene scelta autonomamente dallo Staff tecnico dei CFT in base alle osservazioni fatte durante la prima partita CFT. La tipologia di partita può essere scelta tra quelle già proposte negli allenamenti CFT degli anni precedenti oppure può anche essere inventata dallo Staff tecnico.
- La Partita CFT ha tutte le caratteristiche della partita 9 contro 9 già proposta all'interno degli allenamenti svolti nei CFT: dimensioni del campo, rispetto del modulo 1-3-2-3, vietato utilizzo delle mani nel retro-passaggio al portiere. Rispetto alle indicazioni del C.U. N°1 viene applicata la regola del fuorigioco così come previsto nel calcio 11 contro 11.

- La partita 5 contro 5 si svolge in un campo di dimensioni ridotte e con regole ispirate al calcio a 5 (illustrate nell'apposita scheda).
- Indicazioni per i giocatori in panchina nelle partite 9 contro 9: mentre i 9 giocatori di ogni squadra sono impegnati nello svolgimento della partita, il giocatore eccedente hanno 2 soluzioni distinte per tenersi attivi (le attività proposte possono essere applicate a settimane alterne):
 - Svolgere un'attività predisposta e condotta dal preparatore atletico (stazione di Performance) o da un allenatore (Tempo Supplementare).
 - Svolgere un compito motorio/tecnico con un determinato numero di ripetizioni (ad esempio un percorso tecnico o motorio da realizzare un definito numero di volte). Al termine dell'attività prevista ogni giocatore effettua autonomamente la sostituzione* con un compagno di squadra coinvolto nella partita.

*Al fine di garantire l'autonomia nella sostituzione tra giocatori viene proposta la seguente soluzione: ai giocatori di ogni squadra viene affidato un numero progressivo da 1 a 10 che identifica la sequenza di sostituzione senza rendere necessario l'intervento da parte dell'allenatore. Il primo dei 3 giocatori in panchina che termina il proprio "compito" (tecnico o motorio che sia) entra in campo al posto del compagno numero 1, il secondo entra al posto del numero 2 e così via fino al numero 12, per poi riprendere la stessa sequenza.

ALTRE NOTE

- Under 13 e Under 14 svolgono tutte le attività tecniche previste attraverso dei gruppi d'età misti.
- Le dimensioni dei campi si intendono larghezza x lunghezza.
- Si ricorda che per l'arbitraggio delle partite 9 contro 9 va incentivata la collaborazione con l'Associazione Italiana Arbitri.



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO

SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

Via Po, 36 - 00198 - ROMA