

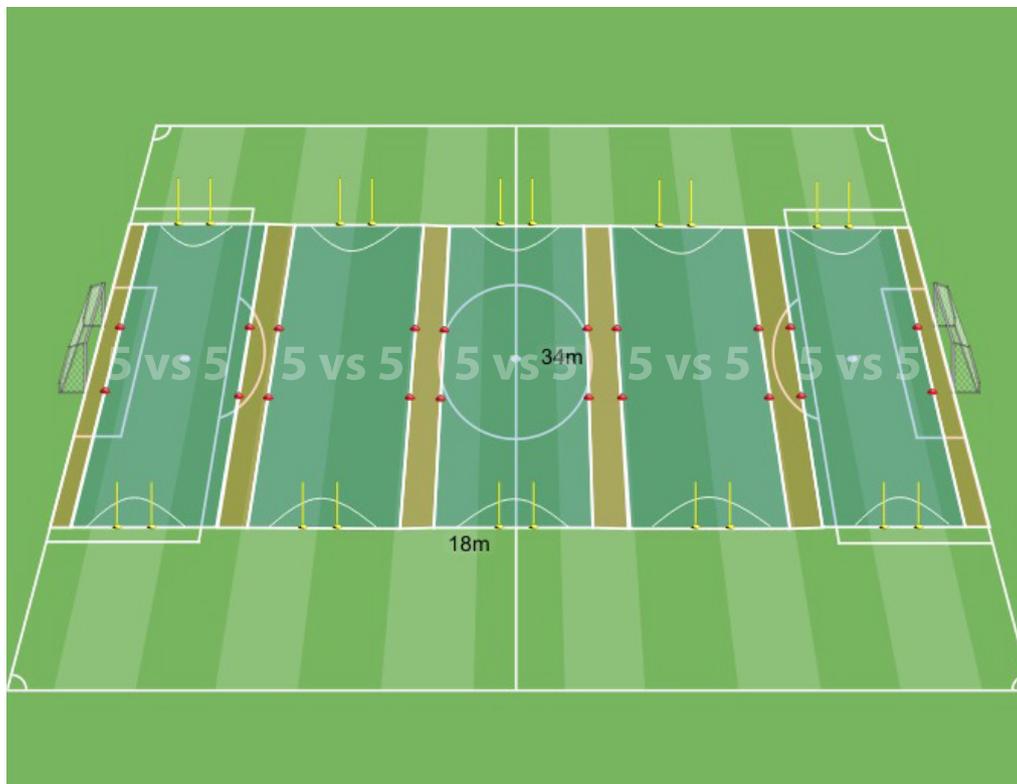


STRUTTURA DELL'ALLENAMENTO

		Attivazione tecnica	16 minuti
TORNEO + STAZIONI	Primo turno		10 minuti
	Secondo turno		10 minuti
	Terzo turno		10 minuti
	Pausa		4 minuti
	Quarto turno		10 minuti
	Quinto turno		10 minuti
	Sesto turno		10 minuti
	Settimo turno		10 minuti

NOTE ORGANIZZATIVE GENERALI

- Durante l'attivazione i giocatori vengono suddivisi in gruppi di 10: questi gruppi lavorano assieme durante l'attivazione tecnica e il primo turno di gioco del torneo; successivamente la formazione delle squadre avverrà con modalità random.
- Il campo regolamentare è suddiviso in cinque settori: ogni settore contiene un campo di gioco, utilizzato sia per l'attivazione tecnica che per lo svolgimento del torneo.
- Durante la fase di attivazione tecnica i portieri svolgono un'attività specifica assieme al preparatore dei portieri; durante lo svolgimento del torneo sono inseriti nei diversi gruppi di gioco.
- Creare dei gruppi misti tra Under 15, Under 14 e Under 13.
- Si ricorda che va incentivata la collaborazione con l'Associazione Italiana Arbitri.



NOTE ORGANIZZATIVE DEL TORNEO

- Il torneo è pensato per 50 giocatori.
- Qualora il numero di giocatori presenti non permetta lo svolgimento delle 5 partite 5 contro 5 previste dal format, viene svolto un numero inferiore di incontri, mantenendo la stessa modalità di gioco. I giocatori non coinvolti nelle partite vengono sostituiti ogni 5 minuti attraverso dei cambi volanti (eseguiti attraverso la zona di cambio delimitata).
- I giocatori di riserva svolgono un'attività specifica con il preparatore atletico oppure esercizi di tecnica indicati dagli allenatori.
- Si raccomanda di individuare un allenatore per ognuno dei quattro settori responsabile dei tempi di gioco e di velocizzare le operazioni di registrazione dei punteggi.
- Al termine di ogni turno, tutti i partecipanti si radunano al centro del campo per formulare le squadre del turno successivo.
- La durata di ogni turno di gioco comprende il tempo necessario per registrare i punteggi acquisiti e organizzare le squadre del turno successivo.
- L'assegnazione del punteggio è individuale e non collettiva: al termine di ogni partita il punteggio viene assegnato a ogni singolo giocatore anziché alla squadra. Non viene assegnato alcun punto in caso di sconfitta; un punto in caso di pareggio; tre punti in caso di vittoria.



ATTIVAZIONE TECNICA



16 minuti



18x34 metri

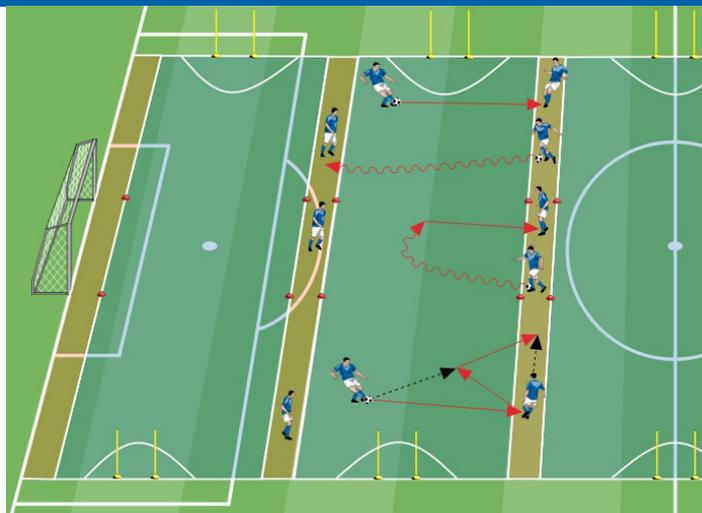


10 giocatori

Tecnica nel traffico per futsal

Descrizione

In ogni settore (campo del torneo random) sono coinvolti un massimo di 10 giocatori divisi in due gruppi di uguale numero. I giocatori si posizionano inizialmente all'interno degli spazi delimitati all'esterno dei lati lunghi dei campi preparati per le partite. Alcuni dei giocatori cominciano l'azione con il possesso del pallone (il numero dei giocatori in possesso della palla è di poco inferiore alla metà dei partecipanti). Il numero di palloni è equamente suddiviso tra i due gruppi di giocatori coinvolti nel singolo settore.



Regole

- I giocatori con il pallone hanno il compito di entrare in campo trasmettendo o portando la palla ad un compagno.
- Dopo aver eseguito la conduzione o la trasmissione ogni giocatore va a prendere il posto del compagno con cui si è appena relazionato.
- Si sottolinea che ogni giocatore con palla può anche trasmetterla ad un compagno all'interno dello spazio da cui è partito (sempre in seguito al suo ingresso all'interno del campo).
- Ogni giocatore con palla può effettuare diverse azioni tecniche, alcuni esempi:
 - conduzione fino ai piedi del compagno;
 - conduzione e trasmissione;
 - conduzione, finta e trasmissione;
 - conduzione, cambio di senso e trasmissione ad un compagno che si trova all'interno dello spazio di partenza;
 - ricezione e trasmissione senza conduzione;
 - conduzione e trasmissione con traiettoria alta;
 - inventare delle soluzioni diverse da quelle proposte.
- Nel caso in cui un giocatore decida di trasmettere la palla attraverso un passaggio, la sostituzione della posizione tra i due compagni avverrà attraverso una corsa.



ORGANIZZAZIONE DEL TORNEO 5 CONTRO 5

GENERALI	SINGOLO CAMPO	
5 Campi di gioco	Dimensione campo (larghezza x lunghezza)	18x34 metri
	Numero porte	2
	Dimensioni porte (larghezza x altezza)	3x2 metri
50 giocatori	Numero giocatori	10 (5 contro 5)

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

Modalità composizione squadre	Random
Modalità di assegnazione punti	Individuale
Turni	7
Durata turno	10 minuti
Pause	1
Durata pausa	4 minuti

TORNEO



10 minuti



18x34 metri



3x2 metri



10 giocatori

Partita libera CFT 5 contro 5

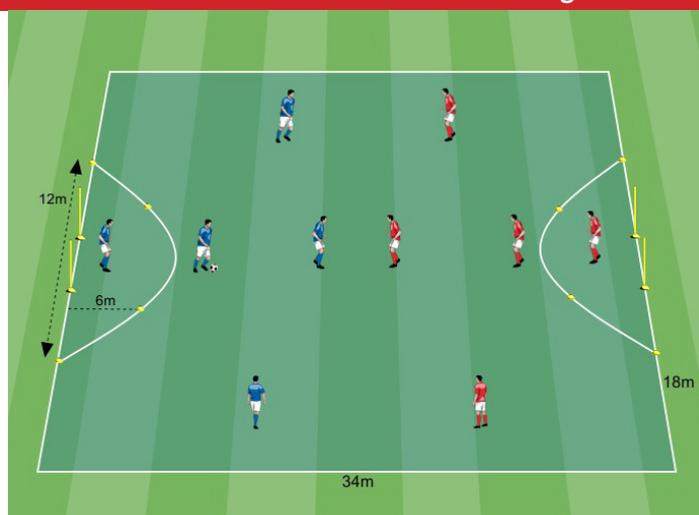
Descrizione

Entrambe le squadre schierano con il modulo 1-1-2-1. È previsto l'utilizzo dei portieri. Gli obiettivi di questa partita sono:

- aumentare i duelli 1 contro 1;
- permettere una lettura semplificata del gioco del calcio;
- permettere una lettura semplificata delle superiorità ed inferiorità numeriche in ogni zona del campo.

Regole

- Al termine di ogni gara le squadre verranno riformulate con modalità random.





FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
CENTRI FEDERALI TERRITORIALI

- Ogni partita dà un punteggio individuale: tre punti per la vittoria, un punto per il pareggio, zero punti per la sconfitta.
- In questa partita non è previsto il fuorigioco.
- Sono previsti i calci d'angolo.
- Le rimesse laterali possono essere battute soltanto con i piedi, 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.
- In seguito ad un gol il gioco riprende con un calcio d'inizio effettuato dal centro del campo.
- 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.
- La rimessa dal fondo viene battuta dal portiere e deve essere effettuata con le mani effettuano un passaggio al di fuori dall'area di rigore.
- In fase di possesso palla il portiere può partecipare all'azione della propria squadra senza limitazioni.

Regole

- Le regole delle partite Calcio a 5 Adattato possono essere spiegate in un'unica volta a tutti i partecipanti, prima dell'inizio dell'allenamento.