



## SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

00198 ROMA – VIA PO, 36

Stagione Sportiva 2023 – 2024

COMUNICATO UFFICIALE N° 58/SGS del 09/11/2023

### TORNEO U12 FEMMINILE

*ATTIVITÀ NAZIONALE GIOVANILE DI CALCIO A OTTO*



# Torneo Under 12 Femminile 2023/2024

## TORNEO NAZIONALE GIOVANILE DI CALCIO A OTTO

### REGOLAMENTO GENERALE

Il Settore Giovanile e Scolastico della FIGC organizza un Torneo a carattere Nazionale riservato alle giovani calciatrici delle Categorie UNDER 12 delle Società professionistiche di Serie A, di Serie B e di Lega PRO, delle Società di Serie A e di Serie B Divisione Calcio Femminile e delle Società riconosciute come Club Giovanili di 3° Livello che hanno attivato il Progetto relativo allo sviluppo dell'Attività Femminile, oltre che delle Società Femminili riconosciute come "Club di 2° Livello" ed alle Società inserite nel Progetto delle Aree Sviluppo Territoriali (AST) per lo sviluppo dell'attività femminile.

Tuttavia, al fine di continuare nel percorso di promozione dell'attività femminile per la fase preliminare territoriale, è data facoltà ai Coordinamenti Federali Regionali SGS di aprire l'iscrizione anche alle società che non rientrano nei requisiti sopra descritti, senza diritto di qualificazione/partecipazione alla eventuale fase finale regionale per determinare le società partecipanti alla fase interregionale.

Di seguito si riportano modalità di iscrizione, Regolamento Tecnico, Regolamento Fair Play del *Torneo Under 12 Femminile 2023/2024*, riportando in allegato il Regolamento delle *"Situazioni di Gioco 5c5 e 4c4"* da abbinare alle gare della categoria *Esordienti U12/U13 #GrassrootsChallenge*.

#### Categoria di Partecipazione

Il Torneo è riservato alle giovani calciatrici della Categoria UNDER 12 nate dal 01.01.2011 al 31.12.2012.  
È inoltre possibile utilizzare ragazze nate nel 2013 che abbiano compiuto anagraficamente il 10° anno d'età (no 2014)

Le società potranno iscriversi direttamente alla F.I.G.C. Settore Giovanile e Scolastico collegandosi a partire **dalle ore 12.00 del 10/11/2023** all'indirizzo <https://figc.it/it/giovani/competizioni/under-12-femminile/iscrizione/> cliccando sulla voce del menù "Iscrizione" e compilando il relativo form.

**Il termine per la scadenza delle iscrizioni è fissato alle ore 12.00 del 30 novembre 2023**

Alla fase preliminare ciascuna società può iscrivere una o più squadre.

Nel caso di iscrizione di più squadre, una società che dovesse qualificarsi alla fase interregionale potrà essere rappresentata da una sola squadra.

L'attività si svolgerà con le seguenti modalità:

- Prima fase preliminare Provinciale dove le squadre si incontreranno tra loro con la formula del raggruppamento con almeno 3 o 4 squadre, con gare di sola andata
- Seconda fase interprovinciale dove le squadre si incontreranno tra loro con la formula del raggruppamento con almeno 3 o 4 squadre, con gare di sola andata.
- Terza fase regionale dove le squadre si incontreranno tra loro con la formula del raggruppamento con almeno 3 o 4 squadre, con gare di sola andata
- **Tutte le fasi dovranno svolgersi con la formula del raggruppamento suddividendo le società in gruppi da 3/4 squadre ciascuno che si incontreranno tra loro con gare di sola andata. Eventualmente, sarà possibile organizzare più raggruppamenti con fasi di andata e ritorno nel caso in cui i tempi e il numero di squadre ne consenta lo svolgimento.**
- I Coordinatori Federali Regionali SGS determineranno calendario incontri e modalità di accesso alla fase interprovinciale e regionale in considerazione dei criteri indicati nel presente regolamento

- Le fasi Provinciali e si svolgeranno solo dove il numero di squadre iscritte sarà sufficiente per garantirne lo svolgimento,
- La prima fase dovrà iniziare entro il 21 Gennaio 2024 e terminare entro il 5 maggio 2024.
- Le società vincitrici che hanno acquisito il diritto di partecipare alle fasi interregionali dovranno essere comunicate al Settore Giovanile entro il 6 maggio 2024
- Le Fasi Interregionali sono previste il 12, il 19, il 26 maggio e il 2 giugno 2024.
- La fase finale Nazionale è prevista nel week end del 15/16 giugno 2024
- Le modalità di svolgimento delle fasi interregionali e della fase finale Nazionale saranno oggetto di apposito Comunicato Ufficiale

### Norme di Tesseramento

Possono partecipare al Torneo le giovani calciatrici regolarmente tesserate FIGC con la propria società per la stagione in corso.

In caso di necessità, le società, possono usufruire di un numero massimo di 3 giocatrici in prestito da altra società non partecipante al Torneo, purché munite di regolare nulla-osta della società di appartenenza. È possibile richiedere il prestito di calciatrici provenienti da società con sede in provincia limitrofa confinante, anche se di regione diversa, a quella della richiedente. **Non è possibile richiedere e ne utilizzare calciatrici in prestito provenienti da società con sede in altra regione, rispetto a quella della richiedente.**

I nulla osta dei prestiti dovranno essere inviati al Settore Giovanile e Scolastico prima della data di inizio stabilita da ogni Coordinamento Regionale della manifestazione

I prestiti autorizzati saranno validi per tutta la durata della manifestazione e non potranno essere sostituiti.

### Identificazione dei calciatori

Gli Arbitri, i Tecnici o i Dirigenti che arbitreranno le gare, prima di dare inizio alla manifestazione, controlleranno che i dati dei documenti di identificazione corrispondano a quelli trascritti nell'elenco di gara, come previsto dall'Art. 71 delle N.O.I.F. "Identificazione dei calciatori".

### Giustizia sportiva

La Giustizia sportiva sarà amministrata durante le fasi provinciali, interprovinciali, regionali e interregionali dal Giudice Sportivo Territoriale. La fase Nazionale sarà amministrata dal Giudice Sportivo Nazionale del Settore Giovanile e Scolastico della FIGC.

- Nei raggruppamenti che prevedono la disputa di un numero complessivo di gare inferiore o pari a sei, la squalifica per recidività in ammonizione (art. 9 del CGS) scatterà alla seconda ammonizione. Nei raggruppamenti che prevedono la disputa di un numero complessivo di gare superiore a sei, la squalifica per recidività in ammonizione scatterà alla quinta ammonizione e, successivamente, secondo quanto previsto dall'art. 9 punto 5 del CGS.
- Le ammonizioni comminate nell' eventuale fase interregionale che non comportino squalifica verranno azzerate nella fase Nazionale

La violazione di quanto previsto dall'art. 4 del regolamento tecnico di giuoco sulla sostituzione di calciatori determinerà l'applicazione della punizione sportiva della perdita della gara.

## Arbitraggio delle Gare

Le partite saranno arbitrate da Tecnici o Dirigenti regolarmente tesserati dalla F.I.G.C messi a disposizione dalle Società partecipanti o dall'organizzazione del Torneo.

In ogni caso i rapporti gara con allegate le distinte dei giocatori dovranno essere trasmesse al *Comitato Organizzatore di competenza*, entro le 24 ore successive alla disputa della gara per la necessaria visione del giudice sportivo

## REGOLAMENTO TECNICO DI GIOCO

### Art. 1 – Il campo di gioco

Le dimensioni del terreno di gioco saranno comprese tra i seguenti valori:

Lunghezza: misure minime	50 mt.	misure massime	70 mt.
Larghezza: misure minime	40 mt.	misure massime	50 mt.

Le dimensioni della porta saranno comprese tra i seguenti valori: 5-6 x 1,80-2 metri.

La dimensione dell'Area di Rigore deve rispettare i seguenti valori:

Lunghezza: 16,50 mt.  
Larghezza: 33,00 mt.

### Art. 2 - Pallone

Il pallone utilizzato per le gare è convenzionalmente identificato con il numero "4".

### Art. 3 – Modalità di svolgimento e Durata delle gare

In tutte le fasi previste le società saranno suddivise in raggruppamenti da 3/4 squadre ciascuno che si incontreranno tra loro con gare di sola andata o dove possibile con gare di andata e ritorno.

Le squadre si confronteranno in **Gare 8 vs 8** e nelle Situazioni di Gioco 5c5 e 4c4 (Vedi Regolamento Gioco Tecnico allegato).

Per le Situazioni di Gioco 5c5 e 4c4 previste in questo Torneo, nel caso limite in cui una squadra dovesse presentarsi con 8 calciatrici, le situazioni di gioco da organizzare sarebbero limitate al 4c4 su entrambe le metà campo (4c4 + 4c4).

Le gare si svolgeranno in

- 3 tempi della durata di 20 minuti ciascuno nel caso il raggruppamento si svolga in più giornate e si disputi una gara al giorno
- 3 tempi della durata di 15 minuti ciascuno, nel caso di raggruppamenti in un'unica giornata tra 3 squadre;
- 3 tempi della durata di 10 minuti ciascuno, nel caso di raggruppamenti in un'unica giornata tra 4 squadre;

Nelle gare sarà applicato il fuorigioco, coincidente con la linea del limite dell'area di rigore.

Calcio di rigore    9 metri

Distanza della barriera    7 metri

La regola relativa al 'retropassaggio al Portiere' verrà applicata integralmente, come previsto nel Regolamento del Giuoco del Calcio, per cui il portiere, non può raccogliere la palla con le mani a seguito di un passaggio effettuato con i piedi da un compagno di squadra.

La Rimessa dal fondo dovrà essere effettuata con palla a terra all'interno dell'area di rigore. È concesso il rinvio del portiere.

#### Art. 4 – Sostituzione dei giocatori

Tutte le calciatrici in distinta dovranno giocare almeno un tempo dei primi due; pertanto al termine del primo tempo dovranno essere effettuate obbligatoriamente tutte le sostituzioni e le nuove entrate non potranno più essere sostituite fino al termine del secondo tempo tranne che per validi motivi di salute; mentre durante il gioco sarà possibile sostituire le bambine che hanno già preso parte al primo tempo per intero; nel terzo tempo, quindi, potranno essere effettuate sostituzioni con il sistema dei "cambi liberi".

#### Art. 5 – Punteggi e classifiche

Ciascun tempo è una mini gara che si conclude con un proprio risultato. I tempi successivi al primo (secondo e terzo) inizieranno con il punteggio di 0-0. Il risultato finale della gara sarà determinato dal numero di mini-gare (tempi di gioco) vinte da ciascuna squadra (1 punto per ciascun tempo vinto o pareggiato).

ESEMPI CALCOLO RISULTATO FINALE:

- Pareggio in tutti e tre i tempi della gara: risultato finale 3-3
- Due tempi in pareggio ed un tempo vinto da una delle due squadre: 3-2
- Un tempo in pareggio e due tempi vinti da una delle due squadre: 3-1
- Vittoria della stessa squadra in tutti e tre i tempi: 3-0
- Una vittoria a testa ed un pareggio nei tre tempi: 2-2
- Due vittorie di una squadra ed una vittoria dell'altra nei tre tempi: 2-1.

Al risultato finale andrà aggiunto un punto per la squadra che sarà risultata vincitrice della sfida delle **"SITUAZIONI DI GIOCO"** (un punto da aggiungere al risultato della gara per la squadra che ha vinto, oppure un punto per ciascuna squadra in caso di parità).

Una volta stabilito l'esito finale della partita saranno attribuiti i seguenti punteggi validi per la classifica finale:

- 3 punti in caso di vittoria;
- 1 punto in caso di pareggio;
- 0 punti in caso di sconfitta.

#### ATTRIBUZIONE PUNTEGGIO "BONUS"

Per il punteggio **"BONUS"** valgono i seguenti parametri che aggiunti ai punti ottenuti a seguito dei risultati della gara, andranno a contribuire alla determinazione delle classifiche finali per l'accesso alle successive fasi previste.

PUNTEGGIO "BONUS"	PUNTI
Squadra con almeno 16 calciatrici in distinta gara	2 per ciascuna gara
Squadra con almeno 14 giocatori in distinta gara	1 per ciascuna gara

### **Qualificazione al turno successivo**

Per determinare la/e squadra/e che potranno accedere al turno successivo verrà considerata la graduatoria finale.

Nel caso in cui due o più squadre terminino il girone ed i relativi incontri con lo stesso numero di punti, verranno considerati i criteri in ordine elencati:

1. Esito degli incontri diretti (risultato dei 3 tempi di gioco)
2. Esito delle sfide nelle "Situazioni di Gioco" negli incontri diretti
3. Miglior punteggio ottenuto nella graduatoria "BONUS"
4. Maggior Numero di calciatrici coinvolte
5. Miglior punteggio ottenuto nella graduatoria Fair Play
6. Sorteggio

La graduatoria Fair Play verrà considerata utile per determinare la classifica finale solo dopo la verifica dei punti 1, 2, 3 e 4 dei criteri sopra citati.

Nel caso in cui il punteggio FAIR PLAY sia ancora in parità, per la determinazione della migliore classificata, si procederà come previsto al punto 6

*Per quanto non previsto dal presente Regolamento, si fa riferimento al Regolamento del Giuoco del Calcio, al Comunicato Ufficiale n°1 del Settore Giovanile e Scolastico del 07/07/2023 e a sue successive Circolari esplicative inerenti le modalità di svolgimento delle gare nelle categorie dell'attività di base.*

Pubblicato in Roma il 09/11/2023

IL SEGRETARIO  
Vito Di Gioia

IL PRESIDENTE  
Vito Tisci

Allegati:

Regolamento Fair Play

Regolamento Esordienti #GrassrootsChallenge "Situazioni di Gioco 5c5 e 4c4"



# TORNEO UNDER 12 FEMMINILE

## REGOLAMENTO FAIR PLAY

### CONDIZIONI GENERALI

- 1) Promotore dei valori che contraddistinguono l'evento, la gara verrà valutata anche in merito alla condotta FAIR PLAY dal Comitato Organizzatore e dagli Arbitri.
- 2) L'obiettivo è quello di favorire lo spirito sportivo tra i giocatori, i responsabili delle squadre e lo staff organizzativo, di contrastare i cattivi comportamenti ma anche di incoraggiare e valorizzare quelli buoni.
- 3) Al fischio finale di ciascuna partita l'arbitro compilerà un apposito form di valutazione della gara.
- 4) Eccezionalmente, il Comitato Organizzatore si riserva il diritto di premiare o punire i comportamenti delle squadre con un ulteriore punto.

## CRITERI DI VALUTAZIONE

### A. Da parte degli arbitri

La valutazione del comportamento delle squadre durante le partite viene effettuata seguendo due categorie:

- Comportamenti di Fair Play premiati dall'Arbitro con il Cartellino Verde ("Green Card")
  - Atteggiamenti sanzionati dall'arbitro
  - Atteggiamenti nelle aree tecniche (anche se non sanzionati dall'arbitro)
  - Atteggiamenti fuori dal campo prima, durante e dopo la gara
- 1) Premiazione di comportamenti di Fair Play significativi riportati dall'arbitro (es. non finalizzare una sicura occasione da goal per permettere di soccorrere un avversario infortunato, etc.):
    - (a) Green Card: +1 punto per ciascun cartellino verde
  - 2) Sanzioni per non conformità con le regole del gioco (riportate dall'arbitro):
    - (a) Ammonizioni: -1 punto per ciascun cartellino giallo
    - (b) Espulsioni: -5 punti per ciascun cartellino rosso
  - 3) Sanzioni applicate per comportamenti nelle aree tecniche (anche se non sanzionati dall'arbitro):
    - (a) Continuo vociare o urlare: -5 punti
    - (b) Proteste nei confronti dell'arbitro: -5 punti
    - (c) Mancato rispetto del protocollo prima, durante e dopo la partita (p.e. non stringere le mani della squadra avversaria): -5 punti
    - (d) Atteggiamenti violenti (verbali o fisici): -5 punti
    - (e) Lasciare l'area tecnica sporca: -5 punti
  - 4) Premiazione di comportamenti di Fair Play significativi riportati dall'arbitro prima, durante e dopo la gara (es. accoglienza della squadra avversaria, condivisione della procedura di ingresso in campo, organizzazione/partecipazione a "terzo tempo Fair Play".):
    - (a) +1 punto complessivo per l'atteggiamento positivo riscontrato

## VALUTAZIONE FINALE

- 1) La valutazione finale di ogni squadra verrà calcolata sommando i punti assegnati da arbitri e Comitato Organizzatore, nel corso delle gare del concentramento.
- 2) In caso di parità, i criteri utilizzati per determinare la migliore classificata, saranno, nell'ordine, i seguenti:
  - a. La squadra che è stata meno sanzionata durante la competizione (da arbitro e/o dal Comitato Organizzatore)
  - b. La squadra che ha mostrato più rispetto dei valori durante la competizione (da arbitro e/o dal Comitato Organizzatore)
  - c. La squadra che ha ottenuto il maggior numero di "Green Card"
- 3) La graduatoria finale FAIR PLAY potrà essere determinante per la definizione della graduatoria finale, secondo quanto stabilito dal punto 3 "Punteggi e Classifiche" del regolamento generale.





SETTORE  
GIOVANILE E  
SCOLASTICO

# #GRASSROOTS CHALLENGE

SITUAZIONE DI GIOCO  
DA ABBINARE ALLA GARA

CATEGORIA  
**ESORDIENTI**

## SITUAZIONI DI GIOCO DA ABBINARE ALLE PARTITE NELLE CATEGORIE DELL'ATTIVITÀ DI BASE

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

- ★ **SEMPLICITÀ REALIZZATIVA DEI CAMPI DI GIOCO.** Gli spazi utilizzati per lo svolgimento delle attività pratiche sono di semplice realizzazione e sfruttano, laddove possibile, dimensioni, linee e riferimenti già utilizzati per delimitare il campo di gioco della partita. Le misure dei campi sono facilmente riconoscibili in quanto riprendono alcune dimensioni dell'area di rigore del campo regolamentare, con particolare riferimento: ai 5,5 metri di profondità dell'area di porta (o area del portiere); agli 11 metri del dischetto del rigore; ai 16,5 metri di profondità dell'area di rigore. Presupposto: Organizzazione dell'allenamento. Soluzione pratica: utilizzare spazi modulari.
- ★ **SEMPLICITÀ DI SVOLGIMENTO.** Le regole di gioco sono semplici, gli obiettivi riconoscibili (le due proposte pratiche scelte per ogni categoria hanno i seguenti macro-obiettivi: finalizzare verso una porta; conquistare uno spazio; trasmettere palla ad un compagno; condurre palla nello spazio libero) e prevedono soluzioni simili e ripetute per alcune situazioni quali: calcio d'angolo; rimessa laterale; rimessa da fondo-campo; falli e scorrettezze. Presupposto: Orientarsi al compito. Soluzione pratica: Allenare ciò che si intende allenare.
- ★ **COMPLESSITÀ PROGRESSIVA DELLE PROPOSTE TRA LE VARIE CATEGORIE.** Le attività pratiche scelte per essere abbinare al contesto gara delle varie categorie dell'Attività di Base seguono uno sviluppo di complessità e numeriche che aumentano tra le varie fasce d'età individuate: 2 contro 2 e 3 contro 3 negli U9; 3 contro 3 e 4 contro 4 negli U10/U11; 4 contro 4 e 5 contro 5 negli U12/U13. Presupposto: Includere. Soluzione pratica: Prevedere attività con più livelli di difficoltà.
- ★ **COINVOLGIMENTO ATTIVO E CONTEMPORANEO DI TUTTI I GIOCATORI IN LISTA.** Le attività pratiche proposte prevedono l'impiego di tutti i giocatori di ogni squadra inseriti nelle liste gara. Nelle fasi di gioco che anticipano i tempi della partita si alternano quindi Situazioni di Gioco e proposte di Duello che impegnano contemporaneamente tutti i giocatori coinvolti nella partita. Presupposto: Elevato tempo di impegno motorio. Soluzione pratica: Svolgere attività che prevedano il coinvolgimento attivo di più giocatori possibili.

Nel presente documento viene riportata la descrizione delle proposte relative alla categoria U12/U13, seguiranno successivi approfondimenti dedicati alle categorie U9 ed U10/U11.

# PROGRAMMA ATTIVITÀ DI GARA PER LA CATEGORIA U12/U13

Le due situazioni di gioco previste in abbinamento ai tempi della partita 9 contro 9 per la categoria U12/U13, si svolgono realizzando una proposta 4 contro 4 ed una 5 contro 5 (denominate “Situazione di Gioco 4 contro 4, U12/U13” e “Situazione di Gioco 5 contro 5, U12/U13”), anticipano lo svolgimento della gara e sono organizzate su due turni (fasi) della durata di 5 minuti ciascuno.

Esempio di svolgimento del confronto tra due squadre nel contesto di gara:

- ✓ **Fase 1:** svolgimento contemporaneo delle due situazioni di gioco previste, durata 5 minuti.
- ✓ **Fase 2:** svolgimento contemporaneo delle due situazioni di gioco previste (i giocatori coinvolti ruotano all'interno delle proposte secondo le indicazioni riportate nelle tabelle alle pagine 10 e 11), durata 5 minuti.
- ✓ **Fase 3:** 1° tempo della partita, durata 20 minuti.
- ✓ **Fase 4:** 2° tempo della partita, durata 20 minuti.
- ✓ **Fase 5:** 3° tempo della partita, durata 20 minuti.
- ✓ **Eventuale fase 6:** 4° tempo della partita (tempo facoltativo, da svolgere in caso di accordo tra le due squadre coinvolte nell'incontro) durata 20 minuti.

Le due Situazioni di Gioco (4 contro 4 e 5 contro 5) vengono svolte contemporaneamente e arbitrate dai due allenatori delle due squadre coinvolte nel confronto gara.

Eventuali giocatori presenti in lista gara ed eccedenti ai primi 9 impegnati nelle due Situazioni di Gioco previste, svolgono un'attività di duello 1 contro 1 a scelta tra le due proposte nella sezione intitolata “Proposte di duello realizzate in modalità autonoma” (presentate a pagina 8 e 9).

Le due Situazioni di Gioco e le proposte di 1 contro 1 si realizzano all'interno del campo delimitato per la partita 9 contro 9 come da esempio riportato nella figura 1.



Figura 1

# DESCRIZIONE DELLE DUE SITUAZIONI DI GIOCO PER U12/U13

## 1) Titolo: “Situazione di gioco 4 contro 4, U12/U13”

### Dimensioni del campo (figura 2):

- ✓ Larghezza 33 m (ampiezza area di rigore già delimitata per la partita 9 contro 9).
- ✓ Lunghezza 22 m (data dalla somma dei 16,5 m di lunghezza dell'area di rigore già delimitata per la partita e dell'area di meta, profonda 5,5 m).
- ✓ La linea di fondo-campo delimitata per la partita 9 contro 9 corrisponde alla linea di fondo-campo della Situazione di Gioco 4 contro 4 U12/U13.
- ✓ Porta di dimensioni regolamentari (6x2 m).

**Durata:** 5 minuti.

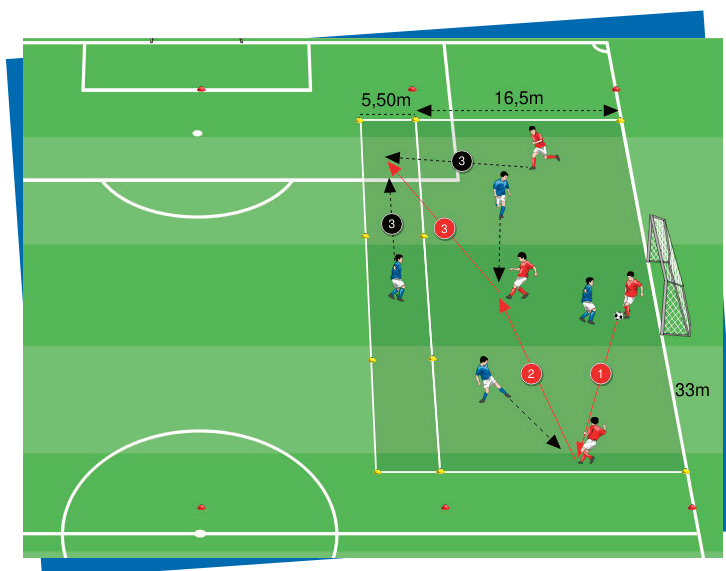


Figura 2

## DESCRIZIONE

All'interno dell'area di rigore delimitata per la partita (definita d'ora in avanti area di gioco) si svolge una situazione di 4 contro 4 nella quale una squadra ha il compito di fare goal in una porta difesa da un portiere mentre l'altra ha il compito di costruire un'azione di gioco che permetta l'inserimento di un compagno all'interno dell'area di meta (delimitata all'esterno dell'area di gioco).

L'acquisizione del punteggio di gioco viene descritta nell'apposita sezione di questo documento.

## REGOLE DEL GIOCO

**Schieramento e ruoli.** La squadra che ha il compito di attaccare la porta schiera 3 giocatori all'interno dell'area di gioco ed un quarto collocato all'interno della zona di meta (questo giocatore non può mai entrare all'interno dell'area di gioco durante lo svolgimento dello stesso).

Il giocatore all'interno dell'area di meta funge da sostegno per i compagni di squadra e non può fare goal. Il sostegno può essere sostituito da un compagno già coinvolto all'interno dell'area di gioco solo in seguito ad ogni goal realizzato oppure dopo aver subito un inserimento nell'area di meta.

Inserimento in area di meta. La meta della squadra a difesa della porta si considera valida solo se il giocatore che ha stoppato la palla all'interno dell'area di meta, al momento dell'ultimo tocco da parte del proprio compagno che gliel'ha trasmessa, si trovava ancora all'interno dell'area di gioco principale: i giocatori a difesa della porta non possono quindi attendere il passaggio stazionando già all'interno dell'area di meta. Il sostegno all'interno dell'area di meta può intercettare il passaggio rivolto all'avversario che si inserisce e cercare di contendergli la palla senza mai uscire dal suo spazio di competenza.

**Falli e scorrettezze.** All'interno dell'area di gioco ogni fallo da parte di un giocatore della squadra a difesa della porta viene punito con un calcio di rigore.

**Fuorigioco.** Durante ogni fase del gioco è prevista la regola del fuorigioco.

**Ripresa del gioco in seguito all'uscita della palla dal campo.** Quando la palla esce dal campo vige il regolamento del gioco del calcio tranne che nei due casi specifici presentati di seguito:

- quando la palla esce attraversando l'area di meta, la ripresa del gioco spetta sempre alla squadra che ricerca il gol, la ripresa dello stesso avviene attraverso un possesso di palla da parte del giocatore "sostegno";
- quando la palla esce dalla linea di fondo-campo e la ripresa del gioco spetta alla squadra che difende la porta, questa avviene attraverso un possesso da parte del portiere il quale avvia l'azione con palla in mano nei pressi della linea di porta (decidendo se trasmettere il pallone ad un compagno o metterlo a terra e giocare un possesso dello stesso avviato con i piedi).

Si ribadisce che le rimesse laterali ed i calci d'angolo vengono effettuati come da regolamento del gioco del calcio per la categoria in oggetto.

In seguito ad un gol la ripresa del gioco avviene attraverso un possesso palla da parte del portiere realizzato con le stesse modalità previste nella rimessa da fondo-campo.

#### **Due casi "limite":**

- Se il giocatore a sostegno della squadra che attacca la porta esce dall'area di meta entrando nell'area di gioco l'infrazione viene punita attraverso una rimessa in gioco con le mani effettuata da parte del portiere.
- Il portiere può lanciare un compagno oltre la linea di meta e realizzare un punto. Come previsto dal regolamento del gioco del calcio il portiere può tenere il pallone in mano per un massimo di 6 secondi.

Per quanto non specificato all'interno della presente descrizione fa fede il regolamento del gioco del calcio per la categoria in oggetto.

## 2) Titolo: “Situazione di gioco 5 contro 5, U12/U13”

### Dimensioni del campo (figura 3):

- ✓ Larghezza 33 m (ampiezza area di rigore già delimitata per la partita 9 contro 9).
- ✓ Lunghezza, metà campo del rettangolo di gioco delimitato per la partita (fino ad un massimo di 33 m), all'interno di questo spazio viene delimitata un'area di rigore della profondità di 16,5 m e definita una linea di meta opposta a quella di fondo-campo.
- ✓ La linea di fondo-campo delimitata per la partita 9 contro 9 corrisponde alla linea di fondo-campo della Situazione di Gioco 5 contro 5, U12/U13.
- ✓ Porta di dimensioni regolamentari (6x2 m).

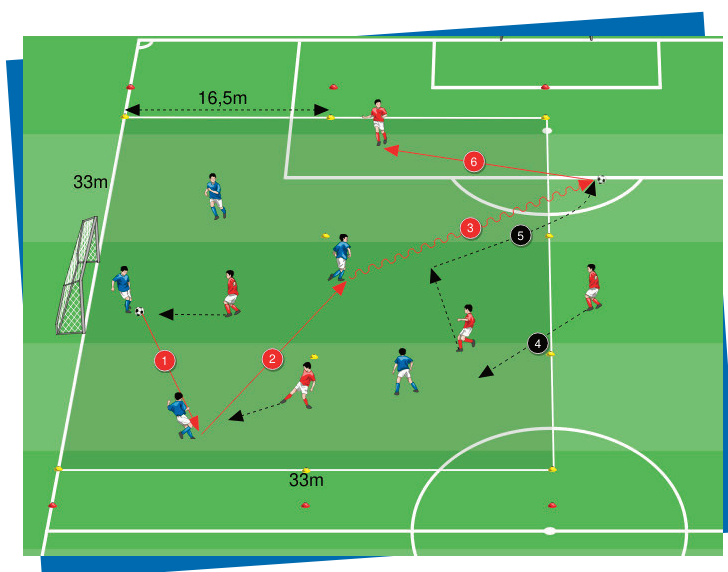


Figura 3

**Durata:** 5 minuti.

## DESCRIZIONE

Si gioca una Situazione di Gioco 5 contro 5 nella quale una squadra ha il compito di fare gol in una porta difesa da un portiere mentre l'altra cerca di condurre la palla oltre la linea di meta.

## REGOLE DEL GIOCO

**Schieramento e ruoli.** Durante lo svolgimento del gioco la squadra che ricerca il goal mantiene sempre un giocatore all'esterno della propria linea di fondo-campo con il ruolo di sostegno all'azione dei suoi compagni, questo giocatore non può mai entrare all'interno del terreno di gioco durante lo svolgimento dello stesso. Il sostegno può essere sostituito da un compagno già coinvolto all'interno del campo di gioco solo in seguito ad ogni goal realizzato oppure dopo aver subito una conduzione palla a meta.

**Realizzazione di una meta.** La squadra a difesa della porta realizza una meta valida soltanto quando un proprio giocatore supera la linea di meta in conduzione di palla. Affinché l'azione sia considerata valida il giocatore che conduce palla oltre la linea di meta deve toccarla prima e dopo la linea stessa senza che ci sia un intervento (tocco del pallone) da parte del giocatore sostegno degli avversari. In seguito ad ogni conduzione palla oltre la linea di meta la ripresa del gioco avviene attraverso un passaggio effettuato dal giocatore sostegno della squadra che attacca la porta.

**Falli e scorrettezze.** All'interno dell'area di rigore ogni fallo da parte di un giocatore in fase difensiva viene punito con un calcio di rigore, all'esterno della stessa i falli e le scorrettezze vengono puniti attraverso un calcio di punizione.

**Fuorigioco.** Durante ogni fase del gioco è prevista la regola del fuorigioco solo all'interno dell'area di rigore.

**Ripresa del gioco in seguito all'uscita della palla dal campo.** Quando la palla esce dal campo vige il regolamento del gioco del calcio tranne che nel caso specifico presentato di seguito:

- quando la palla esce attraversando l'area di meta, la ripresa del gioco spetta sempre alla squadra che ricerca il gol, la ripresa dello stesso avviene attraverso un possesso di palla da parte del giocatore "sostegno".
- quando la palla esce dalla linea di fondo-campo e la ripresa del gioco spetta alla squadra che difende la porta, questa avviene attraverso un calcio di rinvio nel quale i giocatori avversari devono obbligatoriamente restare fuori dall'area di rigore fino a quando il pallone non viene calciato da un giocatore della squadra difendente.

Si ribadisce che le rimesse laterali ed i calci d'angolo vengono effettuati come da regolamento del gioco del calcio per la categoria in oggetto.

In seguito ad un gol la ripresa del gioco avviene attraverso un calcio di rinvio effettuato rispettando le stesse modalità presentate in precedenza.

#### **Un caso "limite":**

- Se il giocatore a sostegno della squadra che attacca la porta entra in campo superando la linea di meta la sua infrazione viene punita attraverso un calcio di rinvio da parte dei difendenti. È inoltre discrezione dell'arbitro valutare quando l'eventuale ingresso in campo del sostegno impedisce la regolare realizzazione di una meta, in tal caso viene comunque assegnato un punto ai difendenti anche qualora il giocatore in possesso di palla non sia riuscito a portarla oltre la linea di meta.

Per quanto non specificato all'interno della presente descrizione fa fede il regolamento del gioco del calcio per la categoria in oggetto.

## **PUNTEGGIO DI GIOCO**

- Nella fase 1 e nella fase 2 dell'incontro tra le due società coinvolte nella partita si sommano i goal realizzati da ogni squadra durante le fasi offensive delle due situazioni di gioco. La squadra che ha quindi totalizzato il maggior numero di goal complessivi, realizza un punto valido per l'incontro. Il punto dei giochi si somma ai risultati dei 3 o 4 tempi della partita 9 contro 9.
- In caso di parità nel numero di reti realizzate dalle due squadre, vengono sommati il numero di mete e di passaggi con l'inserimento totalizzati nelle prime due fasi e risulta vincitrice la squadra con il maggior punteggio acquisito.
- In caso di ulteriore parità nel punteggio si assegna un punto ad ognuna delle due squadre.

# PROPOSTE DI DUELLO REALIZZATE IN MODALITÀ AUTONOMA

I giocatori inseriti nella lista gara ma non impegnati nello svolgimento dei due giochi “Situazione di Gioco 4 contro 4 U12/U13” e “Situazione di Gioco 5 contro 5 U12/U13” vengono impiegati nello svolgimento di attività 1 contro 1 utilizzando gli spazi liberi all'interno del campo delimitato per la partita. Le proposte pratiche di 1 contro 1 si svolgono in forma autonoma (senza quindi essere condotte da un tecnico) e vengono scelte di comune accordo dagli allenatori tra le due in questa sezione del documento.

## 1) Titolo: 1 contro 1 “Supero l'avversario”

### Dimensioni del campo [figura 4]:

- ✓ Rettangolo di dimensioni 5,5x11m.
- ✓ Qualora le misure del campo delimitato per la partita non consentano la realizzazione degli spazi di gioco con le dimensioni previste (vedi figura 1 e 4), le misure degli stessi possono essere adattate alle necessità di ogni impianto rimanendo tuttavia le più fedeli possibile alle proporzioni presentate in questo documento.
- ✓ Nel caso in cui risultino disponibili spazi esterni rispetto al campo delimitato per la partita, questi possono essere utilizzati per lo svolgimento dell'attività di 1 contro 1 presentate.

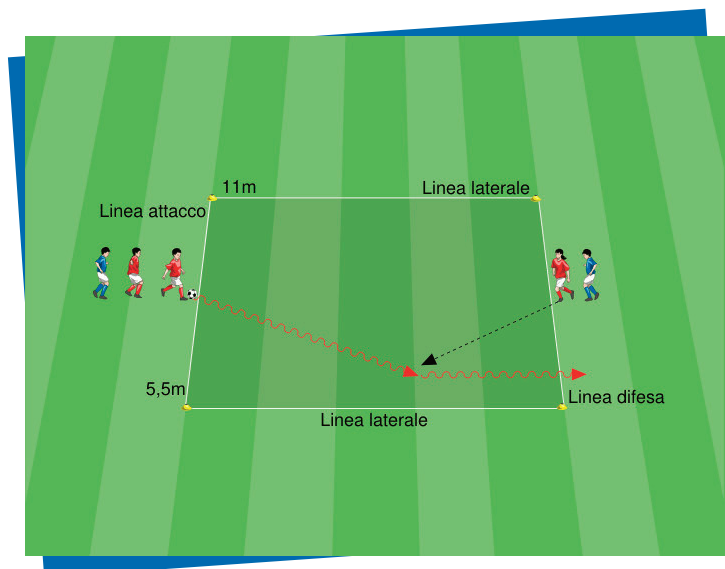


Figura 4

**Numero di giocatori impiegati.** Vengono coinvolti da un minimo di 2 ad un massimo di 6 partecipanti per ogni rettangolo di gioco (qualora i giocatori in lista gara non impegnati nelle situazioni di gioco 4 contro 4 e 5 contro 5 siano più di 6, vengono realizzati altri quadrati di gioco). I giocatori vengono disposti inizialmente come da figura 4.

## DESCRIZIONE

In ogni campo di gioco vengono definite una “linea di attacco”, una “linea di difesa” e “due linee laterali”. All'esterno rispetto alla linea di attacco si posizionano gli attaccanti, in possesso di una palla ciascuno, dietro la linea di difesa si posizionano i difendenti.

Si svolge una situazione di 1 contro 1 nella quale gli attaccanti, partendo dalla propria linea di attacco, hanno il compito di superare la linea di difesa senza farsi intercettare il pallone dai difendenti.

## REGOLE

Qualora il difendente riesca a conquistare la palla dell'attaccante può a sua volta cercare di superare la linea di attacco avversaria evitando l'intervento dell'avversario.

L'azione si intende terminata ogniqualvolta la palla esce dallo spazio di gioco senza che vi sia stata volutamente portata da uno dei due giocatori coinvolti nel duello.

Al termine di ogni azione di gioco i due sfidanti si invertono i ruoli di gioco e si posizionano in fila dietro agli altri giocatori.

L'azione successiva può essere avviata non appena i giocatori coinvolti nell'azione precedente hanno lasciato libero il rettangolo di gioco.



## 2) Titolo: 1 contro 1 “Mantengo il possesso della palla”

### Dimensioni del campo [figura 5]:

- ✓ Rettangolo di dimensioni 5,5x11m.
- ✓ Qualora le misure del campo delimitato per la partita non consentano la realizzazione degli spazi di gioco con le dimensioni previste (vedi figura 1 e 5), le misure degli stessi possono essere adattate alle necessità di ogni impianto rimanendo tuttavia le più fedeli possibile alle proporzioni presentate in questo documento.
- ✓ Nel caso in cui risultino disponibili spazi esterni rispetto al campo delimitato per la partita, questi possono essere utilizzati per lo svolgimento dell'attività di 1 contro 1 presentate.

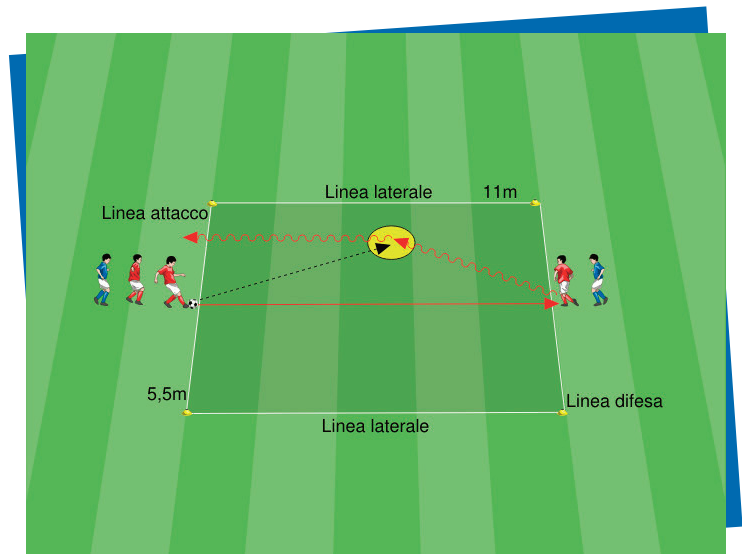


Figura 5

**Numero di giocatori impiegati.** Vengono coinvolti da un minimo di 2 ad un massimo di 6 partecipanti per ogni rettangolo di gioco (qualora i giocatori in lista gara non impegnati nelle situazioni di gioco 5 contro 5 e 4 contro 4 siano più di 6, vengono realizzati altri quadrati di gioco). I giocatori vengono disposti inizialmente come da figura 5.

## DESCRIZIONE

L'attaccante in possesso del pallone effettua una trasmissione al difendente che riceve la palla ed entra all'interno del quadrato di gioco. In seguito al passaggio l'attaccante cerca l'immediata conquista del pallone in possesso dell'avversario.

## REGOLE

Il duello ha una durata complessiva di 8 secondi al termine dei quali il giocatore che si trova in possesso della palla, sia questo l'attaccante che il difendente, totalizza un punto.

Qualora il pallone termini fuori dallo spazio di gioco prima degli 8 secondi previsti come termine dell'azione, la stessa si considera conclusa senza definire un vincitore.

Al termine di ogni azione i due partecipanti si invertono i ruoli di gioco e si posizionano in fila dietro agli altri giocatori.

L'azione successiva può essere avviata non appena i giocatori coinvolti nell'azione precedente hanno lasciato libero il rettangolo di gioco.

# ESEMPI DI ABBINAMENTO DELLE DUE SITUAZIONI DI GIOCO ALLO SVOLGIMENTO DEI TEMPI DELLA PARTITA 9 CONTRO 9:

**Esempio 1:** Squadra "A", 9 giocatori in lista; Squadra "B", 9 giocatori in lista:

NOTA: i cambi di giocatori seguono le situazioni previste nel regolamento	ESEMPIO 1					
	Squadra A			Squadra B		
n° giocatori	9			9		
Fase 1 - 5'	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	0 in 1c1	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	0 in 1c1
Fase 2 - 5'	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	0 in 1c1	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	0 in 1c1
Fase 3 - 20'	9 in 9c9		/	9 in 9c9		/
Fase 4 - 20'	9 in 9c9		/	9 in 9c9		/
Fase 5 - 20'	9 in 9c9		/	9 in 9c9		/
Fase 6 (opzionale) - 20'	9 in 9c9		/	9 in 9c9		/

**Esempio 2:** Squadra "A", 15 giocatori in lista; Squadra "B", 11 giocatori in lista.

NOTA: i cambi di giocatori seguono le situazioni previste nel regolamento	ESEMPIO 2					
	Squadra A			Squadra B		
n° giocatori	15			15		
Fase 1 - 5'	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	6 in 1c1	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	2 in 1c1
Fase 2 - 5'	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	*6 in 1c1	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	*2 in 1c1
Fase 3 - 20'	9 in 9c9		*MULTI 4c4	9 in 9c9		MULTI 4c4
Fase 4 - 20'	9 in 9c9		MULTI 4c4	9 in 9c9		MULTI 4c4
Fase 5 - 20'	9 in 9c9		MULTI 4c4	9 in 9c9		MULTI 4c4
Fase 6 (opzionale) - 20'	9 in 9c9		MULTI 4c4	9 in 9c9		MULTI 4c4

\* Le società sono invitate a fare in modo che i giocatori non coinvolti nella partita siano impegnati in multi-partite a numero ridotto svolte all'esterno del campo di gioco (nell'esempio, i 12 giocatori delle 2 squadre non impegnati nella partita 9 contro 9 possono alternarsi nel giocare una gara 4 contro 4, oppure 2 gare 3 contro 3, lasciando flessibilità organizzativa secondo le opportunità e gli spazi che offre l'impianto sportivo).

### Esempio 3: Squadra "A", 18 giocatori in lista; Squadra "B", 18 giocatori in lista.

NOTA: i cambi di giocatori seguono le situazioni previste nel regolamento	ESEMPIO 3					
	Squadra A			Squadra B		
n° giocatori	18			18		
Fase 1 - 5'	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	9 in 1c1	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	9 in 1c1
Fase 2 - 5'	5 in 5c5 DIF	4 in 4c4 OFF	*9 in 1c1	5 in 5c5 OFF	4 in 4c4 DIF	*9 in 1c1
Fase 3 - 20'	9 in 9c9		*MULTI 5c5 - 4c4	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4
Fase 4 - 20'	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4
Fase 5 - 20'	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4
Fase 6 (opzionale) - 20'	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4	9 in 9c9		MULTI 5c5 - 4c4

\* Le società sono invitate a fare in modo che i giocatori non coinvolti nella partita siano impegnati in multi-partite a numero ridotto svolte all'esterno del campo di gioco (nell'esempio, i 18 giocatori delle 2 squadre non impegnati nella partita 9 contro 9 possono alternarsi nel giocare una gara 5 contro 5 ed una gara 4 contro 4, oppure 3 gare 3 contro 3, lasciando flessibilità organizzativa secondo le opportunità e gli spazi che offre l'impianto sportivo).

## SPECIFICHE SULLA ROTAZIONE DEI GIOCATORI TRA LA FASE 1 E LA FASE 2 DI GIOCO:

- I giocatori che durante la fase 1 hanno svolto le proposte di duello 1 contro 1, nella fase 2 devono obbligatoriamente svolgere una delle due Situazioni di Gioco previste così come i loro compagni che nella fase 2 non svolgono il 5 contro 5 ed il 4 contro 4 perché sostituiti, vengono impegnati nella realizzazione dei duelli autonomi 1 contro 1.
- I giocatori che durante la fase 1 hanno svolto le Situazioni di Gioco 4 contro 4 e 5 contro 5 e che non vengono sostituiti dai compagni impegnati nei duelli 1 contro 1, durante la fase 2 possono giocare in una qualsiasi delle due Situazioni di Gioco previste (anche la stessa realizzata durante la fase 1).

Per quanto riguarda lo schieramento e la sostituzione dei giocatori durante i tempi di gioco della partita 9 contro 9, rimane valido il regolamento di gioco della categoria U12/U13.

## **MATERIALE NECESSARIO PER LA REALIZZAZIONE DEI CAMPI PREVISTI NELLE DUE SITUAZIONI DI GIOCO PROPOSTE:**

### 1. Situazione di gioco 4 contro 4 U12/U13:

- 8 delimitatori per definire l'area di gioco principale (già collocati in campo per l'area di rigore della partita 9 contro 9);
- 4 delimitatori per definire la profondità dell'area di meta.

### 2. Situazione di gioco 5 contro 5 U12/U13:

- 8 delimitatori (già collocati in campo per l'area di rigore della partita 9 contro 9);
- 4 delimitatori per prolungare l'area di rigore fino alla linea di centrocampo del campo delimitato per la partita 9 contro 9.

La realizzazione delle aree necessarie a delimitare gli spazi per le due situazioni di gioco previste richiede quindi la disponibilità di soli 8 delimitatori in aggiunta a quelli necessari per delimitare il campo della partita 9 contro 9.

Ognuna delle due Situazioni di Gioco prevede l'utilizzo di un minimo di 3 palloni ciascuna.

Per realizzare entrambi i campi previsti dalle due situazioni di gioco e ripristinare gli spazi necessari per svolgere la partita (area di rigore compresa) è richiesto circa un minuto.

# APPENDICE

Le regole e le caratteristiche delle proposte pratiche previste nelle due Situazioni di Gioco presentate all'interno di questo documento sono state elaborate per adattarsi al contesto di competizione tra due società.

La presenza del punteggio nelle Situazioni di Gioco abbinata alle partite rappresenta un elemento che rende necessario semplificare le dinamiche realizzative di ogni proposta. L'obiettivo di questa semplificazione regolamentare è quello di evitare interpretazioni disfunzionali del gioco e di ridurre la possibilità di scelte o strategie mirate esclusivamente al raggiungimento di un risultato numerico.

Le Situazioni di Gioco presentate possono essere riproposte all'interno della seduta di allenamento attraverso alcune varianti che le rendono più dinamiche e attinenti alle caratteristiche delle proposte pratiche Evolution Programme (quanti desiderino approfondire sono invitati a prendere visione del materiale contenuto all'interno di questo link: <https://www.youcoach.it/figc/esercitazioni>). All'interno di questa appendice vengono riportate alcune idee e soluzioni che possono essere applicate dagli allenatori per stimolare la Variabilità della Pratica (Presupposto N°10 dell'Evolution Programme) all'interno della Situazione di gioco 4 contro 4 U12/U13 e della Situazione di gioco 5 contro 5 U12/U13).

## POSSIBILI VARIANTI PER LA SITUAZIONE DI GIOCO 5 CONTRO 5 U13/U12:

1. Una volta effettuato un punto (goal o conquista della meta), il fronte d'attacco viene ribaltato e la squadra che l'ha realizzato può ripartire alla ricerca immediata dell'obiettivo nella direzione di gioco opposta. Il portiere individuato da ogni squadra può anche cambiare da un'azione all'altra.
2. Il giocatore in posizione di vertice, quando si trova in possesso di palla, ha la possibilità di entrare all'interno dello spazio di gioco principale. In questo caso deve essere immediatamente sostituito da un compagno che prende la sua posizione oltre la linea di meta.
3. Le rimesse da fondo-campo vengono battute dal portiere con palla in mano, non esiste quindi una distanza da rispettare per la squadra in fase di attacco alla porta.
4. In caso di uscita della palla dal terreno di gioco la ripresa dell'azione avviene sempre a favore della squadra che difende o attacca la porta, la scelta viene fatta dall'allenatore con l'intento di agevolare l'azione di costruzione o finalizzazione.
5. Viene tolto il giocatore a sostegno svolgendo quindi una Situazione di Gioco 5 contro 5 nella quale tutti i partecipanti si trovano all'interno del campo di gioco (si realizza così una condizione di parità numerica anche in caso di possesso palla a favore della squadra che difende la porta).

## POSSIBILI VARIANTI PER SITUAZIONE DI GIOCO 4 CONTRO 4 U13/U12:

1. Si gioca un 4 contro 3 all'interno dello spazio di gioco, un ottavo giocatore viene collocato all'interno dell'area di meta. La squadra a difesa della porta, per fare un punto, può passare la palla al sostegno avversario all'interno dell'area di meta. Una volta effettuato il passaggio il giocatore che riceve palla può immediatamente dare inizio ad una nuova azione per la squadra che ricerca il goal (creando così una condizione di rapida transizione).
2. Il giocatore sostegno può calciare in porta e ricevere opposizione da parte dei difendenti al quale viene concessa la possibilità di entrare nella zona di meta.
3. La zona di meta viene divisa in 3 settori di uguale lunghezza (11 m ciascuno). Il posizionamento del

sostegno della squadra che attacca la porta determina attraverso quale dei 3 settori è vietato ricercare l'inserimento del giocatore della squadra a difesa della porta. Ad esempio, qualora il sostegno si posizioni in corrispondenza del settore centrale, non risulterà possibile effettuare l'inserimento in quella porzione di campo. Il sostegno può spostarsi da un settore all'altro durante il possesso di palla degli avversari chiudendone così gli spazi di inserimento e complicando la scelta del settore da attaccare.

4. La zona di meta viene divisa in 3 settori di uguale lunghezza (11 m ciascuno) e vengono variate le richieste di trasmissione palla per l'inserimento (ad esempio, l'inserimento valido è ritenuto valido solo: nei settori esterni; solo nel settore centrale; in sequenza, da destra a sinistra, si ricerca di effettuare l'uscita su tutti e 3 i settori).

## ULTERIORI APPROFONDIMENTI:

Nel caso in cui il numero dei giocatori a disposizione durante l'allenamento non permetta di svolgere le attività con le stesse numeriche presentate nelle situazioni di gioco previste, si consiglia di svolgerle applicando con le stesse regole presentate (ampliando o riducendo gli spazi utilizzati) ma adattando le proposte da un minimo di 6 (3 contro 3) ad un massimo di 14 (7 contro 7) giocatori impiegati per ognuna delle due situazioni descritte nel documento.

Qualora il numero dei giocatori a disposizione durante l'allenamento non sia pari, le soluzioni per integrarli tutti contemporaneamente nell'attività sono molteplici:

- ★ Inserire un giocatore jolly in fase difensiva.
- ★ Aggiungere un giocatore sostegno in fase offensiva.
- ★ Prevedere un giocatore jolly che ad ogni azione può decidere con che squadra giocare.



Via Po, 36 – 00198 – ROMA