

# Regole Attività di Base LOMBARDIA STAGIONE 2019-2020

| REGOLE                | CAT. PICCOLI AMICI 2 >2, 3>3 (con o senza portiere)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CAT. PRIMI CALCI a 5                                                                                              | PULCINI a 7                                                                                                                                                                                                                                                                               | ESORDIENTI a 9                                                                         |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| CAMPI                 | mt. 15/30 x 10/15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | mt. 30/45 x 20/25                                                                                                 | mt. 55/65 x 40/45                                                                                                                                                                                                                                                                         | mt. 60/75 x 40/50 anche doppio campo                                                   |
| ZONA di "NO PRESSING" | 8 metri larghezza campo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Lunghezza area e suo prolungamento                                                                                | Lunghezza area e suo prolungamento                                                                                                                                                                                                                                                        | Lunghezza area e suo prolungamento                                                     |
| AREA di RIGORE        | Non prevista                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Circa mt. 16 X 8 (non obbligatoria)                                                                               | Circa mt. 20 X 10 (obbligatoria)                                                                                                                                                                                                                                                          | Circa mt. 20/30 X 13 (obbligatoria)                                                    |
| PORTE                 | Orientativamente m 2 x 1 con i conetti o paletti.<br>Oppure, se con utilizzo dei portieri, circa m 3 x 1,50/2 (è concesso l'utilizzo dei paletti di plastica per delimitare le porte).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | m 4/5 x 1,60/2 (m. 3 x 2 solo calcio 5) anche paletti                                                             | m 4/6 x 2                                                                                                                                                                                                                                                                                 | m 5/6 x 1,8/ 2                                                                         |
| PALLONI               | n°3 in gomma doppio o triplo strato o in cuoio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Mis. 3 o 4 (calcio a 5 anche mis. n°3) gomma                                                                      | Mis. 4 anche gomma                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mis. 4                                                                                 |
| SCARPE                | Ginnastica, Calcietto o Calcio con tacchetti di gomma                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ginnastica, Calcietto o Calcio con tacchetti di gomma (no scarpe a 6 o tacchetti in ferro)                        | Ginnastica, Calcietto o Calcio con tacchetti di gomma (no scarpe a 6 o tacchetti in ferro)                                                                                                                                                                                                | Calcietto-Calcio con tacchetti di gomma (no scarpe a 6 o tacchetti in ferro)           |
| ARBITRAGGIO           | Auto-arbitraggio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Auto-arbitraggio                                                                                                  | Auto-arbitraggio                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dirigente, istruttore o giocatore (anche della società ospitata)                       |
| TEMPI di GIOCO        | 2/3 tempi da 10', attività di raggruppamento, fare multi partite contemporanee, alternati ai giochi come progetto                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2/3 tempi da 10'attività di raggruppamento, fare multi partite contemporanee; , alternati ai giochi come progetto | 3 x 15' fare multi partite contemporanee Oppure in alternativa 4 x 15' se non multi partite                                                                                                                                                                                               | 3 x 20' fare multi partite contemporanee Oppure in alternativa 4 x 20' - multi partite |
| SOSTITUZIONI          | Tutti i giocatori in distinta devono giocare <b>almeno un tempo dei primi due</b> . I giocatori in panchina nel primo tempo devono obbligatoriamente entrare e disputare l'intero secondo tempo, mentre è possibile sostituire con cambi liberi i giocatori rimasti in campo dal primo tempo con quelli in panchina all'inizio del secondo tempo. Nel terzo tempo cambi "volanti". Si consiglia di effettuarli a centrocampo senza interrompere il gioco, con la seguente modalità prima esce il giocatore che deve essere sostituito e subito dopo entra il sostituto.<br><b>Sono ammessi cambi in caso di malori o infortuni.</b> |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                        |
| GIOCATORE IN PIU'     | In caso di svantaggio con 5 o più reti fino allo svantaggio di 3 reti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | In caso di svantaggio con 5 o più reti fino allo svantaggio di 3 reti                                             | In caso di svantaggio con 5 o più reti fino allo svantaggio di 3 reti                                                                                                                                                                                                                     | NON PREVISTO                                                                           |
| TIME-OUT              | Uno della durata di 1' per squadra per ogni tempo gara (i minuti dei time-out vanno poi recuperati)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                        |
| REFERTO GARA          | Report raggruppamento con indicazione giochi ed elenchi tesserati                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Report raggruppamento con indicazione giochi o prove tecniche elenchi tesserati                                   | Firmato dal Dirigente/Arbitro e dal dirigente Ospite. Indicare i numeri dei giocatori che disputano il 1° tempo e i numeri dei sostituiti nel 2 tempo. I dirigenti possono segnalare eventuali anomalie riscontrate durante la manifestazione.<br><b>UTILIZZARE LA DISTINTA DIGITALE.</b> |                                                                                        |
| CHIAMA INIZIALE       | <b>La chiama e il controllo dei cartellini delle squadre dovrà essere fatta obbligatoriamente da un dirigente o tecnico della squadra avversaria.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                        |
| CALCIO DI RIGORE      | NON PREVISTO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | NON PREVISTO                                                                                                      | previsto - solo in caso di infrazione palesemente volontaria all'interno dell'area                                                                                                                                                                                                        | PREVISTO                                                                               |
| PUNTO DI RIGORE       | NON PREVISTO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | NON PREVISTO                                                                                                      | mt. 7                                                                                                                                                                                                                                                                                     | mt. 9 porte 5/6x2                                                                      |
| RETROPASSAGGIO        | In caso si giochi con il portiere può usare le mani e non può calciare oltre la metà campo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Il portiere può usare le mani e non può calciare oltre la metà campo                                              | il portiere <b>non può</b> usare le mani<br>Si veda spiegazione sotto *                                                                                                                                                                                                                   | il portiere <b>non può</b> usare le mani                                               |
| FUORIGIOCO            | NON PREVISTO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | NON PREVISTO                                                                                                      | NON PREVISTO                                                                                                                                                                                                                                                                              | Previsto solo ultimi 13 m                                                              |

|                               |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| RIMESSA LATERALE              | 1) con le mani<br>2) con i piedi<br><b>Primo tocco del ricevente libero</b>                                                                                                                      | 1) con le mani<br>2) con i piedi<br><b>Primo tocco del ricevente libero</b>                                                       | Con le mani se palesemente errata viene fatta ripetere allo stesso giocatore.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Con le mani – se palesemente errata viene fatta ripetere allo stesso giocatore al secondo errore cambio rimessa                                                                                                                                                                                                                                                    |
| CALCIO D'ANGOLO               | Con i piedi – passaggio breve che non può essere intercettato – no cross no rete diretta                                                                                                         |                                                                                                                                   | Con i piedi – passaggio breve che non può essere intercettato o cross, no rete diretta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Regolamento a 11 giocatori                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| RIMESSA IN GIOCO DEL PORTIERE | Con le mani entro la propria metà campo – <b>la squadra avversaria deve stare tutta oltre la <u>zona franca</u></b>                                                                              |                                                                                                                                   | Con le mani o con i piedi entro la propria metà campo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Con le mani o con i piedi non sistematicamente oltre la metà campo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| RIMESSA DAL FONDO             | Sempre palla in mano al portiere quando previsto oppure calcio con i piedi in zona no pressing, no oltre metà campo e <b>la squadra avversaria deve stare tutta oltre la <u>zona franca</u>.</b> | Sempre palla in mano al portiere no oltre metà campo e <b>la squadra avversaria deve stare tutta oltre la <u>zona franca</u>.</b> | Con i piedi, palla posta all'interno dell'area di rigore. I giocatori avversari dovranno stazionare al di fuori della zona di NO PRESSING fino alla prima ricezione.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Con i piedi, palla posta all'interno dell'area di rigore. I giocatori avversari dovranno stazionare al di fuori della zona di NO PRESSING fino alla prima ricezione.                                                                                                                                                                                               |
| ESPULSIONI                    | NON PREVISTA                                                                                                                                                                                     | NON PREVISTA                                                                                                                      | Il giocatore reo di comportamento gravemente maleducato, offensivo e violento nei confronti di avversari, compagni, dirigenti, istruttori o pubblico non verrà espulso nella forma classica con il cartellino rosso, ma di fatto sarà fatto uscire dal campo di gioco. La parità di giocatori verrà ristabilita nel successivo mini tempo (ovviamente chi è uscito non può più rientrare nell'arco della partita). Ricordiamo comunque di specificare a referto ciò che è avvenuto sul campo. Nel caso in cui da parte degli adulti in panchina ci fossero comportamenti diseducativi bisogna prendere il provvedimento dell'allontanamento da parte del direttore di campo dal campo di gioco e la segnalazione a referto. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| CALCI DI PUNIZIONE            |                                                                                                                                                                                                  | tutti indiretti (distanza 6 mt)                                                                                                   | Tutti indiretti (distanza 6 mt)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Secondo regolamento (distanza 7 mt)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| GIOCHI                        | SI VEDA PROGETTO                                                                                                                                                                                 | SI VEDA PROGETTO                                                                                                                  | Prima della gara della categoria PULCINI si svolge il #GRASSROOTS CHALLENGE. La somma dei punti realizzati nei vari confronti determinerà il risultato del gioco tecnico e l'assegnazione di un punto per la vittoria o il pareggio. (VEDERE PROGETTO)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Prima della gara si dovrà svolgere una rapida <b>sfida di abilità tecnica</b> (shoot-out 1vs1 portiere) in continuità prima dell'inizio del primo tempo e prima del secondo tempo. Durata 3'. La somma dei goal realizzati nelle due fasi determinerà il risultato del gioco tecnico e l'assegnazione di un punto per la vittoria o il pareggio. (VEDERE PROGETTO) |

\* Per quanto riguarda il “Retropassaggio al Portiere”, è di recente introduzione una nuova norma che riguarda la categoria Pulcini, con alcuni piccoli accorgimenti:

- Non è consentito al portiere raccogliere con le mani il pallone calciato verso di lui da un compagno;
- Non è consentito alla squadra avversaria intervenire sul retropassaggio;
- Il portiere in possesso di palla non può venire attaccato e deve quindi poter giocare senza essere contrastato;
- Il portiere non può calciare la palla oltre la metà campo;
- Il portiere non può mantenere il possesso della palla per più di 6 (sei) secondi, sia con le mani sia con i piedi;
- Il portiere che mette palla a terra non può riprendere la stessa con le mani.