

CLICCA O INQUADRA
I QR CODE PER
APPROFONDIRE



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution
programme

CONSULTA I DETTAGLI
DEL REGOLAMENTO
DI GIOCO



REGOLAMENTO DI GIOCO



FUT5AL

U10 UNDER U11

REGOLE BASE

- ✓ 5 CONTRO 5
- ✓ 3 TEMPI DA 15'
- ✓ PALLONE: N°3 a rimbalzo controllato
- ✓ MODALITÀ DI GIOCO:
"GIOCHIAMO TUTTI, DI PIÙ, MEGLIO".
Partita con attività pre-gara.



IL PUNTEGGIO SI CALCOLA PER TEMPI DI GIOCO:
1 punto per tempo vinto o pareggiato,
0 punti per tempo perso.
I punti si registrano sul referto gara.

CALCI DI PUNIZIONE

Sì, sia diretti che indiretti,
come da regolamento
del gioco del calcio a 5.

DISTANZE SU CALCI DI PUNIZIONE

Sì, 5 metri.

RIMESSA DA FONDO CAMPO

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

PRESSIONE SUL PORTIERE SU RETROPASSAGGIO

Concessa dopo i 4 secondi
di possesso palla oppure fuori
dell'area di rigore.

CALCIO DI RIGORE

Sì, distanza 6 metri.

RIMESSE LATERALI

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

RETROPASSAGGIO AL PORTIERE

Concesso in maniera
illimitata.

RILANCIO

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

ARBITRAGGIO

Dirigente arbitro.
Modalità
dell'auto-arbitraggio.
[Guarda il video.](#)

CARTELLINI

Sì ammonizioni, sì espulsioni.
Espulsioni solo in casi gravi
con sostituzione immediata
del giocatore.

GREEN CARD PER AZIONI DI FAIR PLAY

FALLI CUMULATIVI

Non previsti.

TIME OUT

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

SOSTITUZIONI

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

ABBIGLIAMENTO

Obbligo parastinchi.
Scarpe adeguate alla
superficie di gioco.

SALUTI

Obbligatorie ad inizio
e fine gara.

TIRO LIBERO

Non previsto.

PER CONOSCERE IL REGOLAMENTO DI GIOCO NELLA CATEGORIA U10/U11 DEL CALCIO, CONSULTA I POSTER DEDICATI.



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

