

Calcio a 5

SCHEDA TECNICA

5 giocatori in campo per ogni squadra

Durata della partita: 2 tempi da 20 minuti con intervallo di 15 minuti e 1 time-out (sospensione facoltativa) per ogni tempo

SCOPO DEL GIOCO E PRINCIPALI REGOLE:

segnare nella porta avversaria (fare GOAL); la palla deve oltrepassare completamente la linea tracciata tra i 2 pali

il gioco parte con il calcio d'inizio, da centro campo, mentre le 2 squadre sono schierate ognuna nella propria metà campo; allo stesso modo si procede dopo ogni rete segnata, con il possesso di palla assegnato alla squadra che ha subito il goal

durante l'azione, utilizzando PASSAGGI, DRIBBLING E TIRI, i giocatori procedono verso la porta avversaria cercando di realizzare occasioni di rete

ATTACCO: organizzazione di schemi di gioco che hanno lo scopo di aggirare la manovra difensiva avversaria e realizzare azioni efficaci

DIFESA: manovra organizzata che ha lo scopo di neutralizzare/limitare il gioco di attacco avversario, rubando palla e obbligando i giocatori avversari all'errore; si può giocare con la difesa a **uomo** o a **zona**

RUOLI FONDAMENTALI

Portiere, difensore, centrocampista, attaccante (punta e mezzapunta)

GESTI FONDAMENTALI

Controllo di palla, stop, passaggio, tiro (al volo, da fermi per punizione e rigore, in corsa, in rovesciata)

PRINCIPALI DIFFERENZE RISPETTO AL CALCIO A 11:

la rimessa laterale si effettua con i piedi

la rimessa dal fondo viene effettuata sempre dal portiere all'interno dell'area di rigore

i cambi sono volanti, senza interruzione di gioco

non esiste il fuori gioco

il giocatore espulso viene sostituito dopo 2 minuti

sono previsti 2 arbitri