

Mini-guida - Calcio a 5 - 2012/2013

BASI	Porte ancorate a terra Le reti vanno controllate prima e dopo il riscaldamento e prima di ogni tempo di gioco	Pallone n. 4 a rimbalzo controllato (si lancia sopra la testa e deve rimbalzare 40-50cm)	5 calciatori (compreso portiere) + 7 calciatori di riserva Mai con meno di tre calciatori sul t.d.g. (altrimenti gara sospesa!)
	Due tempi da 30 minuti + recupero per time-out + recupero per interruzioni lunghe (es. intervento sanitari)	Un time-out per squadra per ogni tempo da concedere quando la rimessa è a favore della squadra che lo ha richiesto	CONTEGGIO PALESE DEL TEMPO: partire dal pugno chiuso (= 0) arrivati a 4 si fischia tutto tranne i calci d'inizio, di punizione, di rigore e tiri liberi
	RIPRESE DI GIOCO: distanza 5 metri (senno ripetere+ammonizione) tempo a disposizione 4 secondi (senno invertire la ripresa)	Rimessa laterale: COI PIEDI Rimessa dal fondo: CON LE MANI In entrambi i casi non si può segnare gol direttamente	Non si può segnare su: - calcio d'inizio - rimessa laterale - rimessa dal fondo o rinvio con le mani (direttamente in porta) se portiere è ultimo a toccare
	Espulsioni: - calciatore/dirigente negli spogliatoi (no tribuna) - calciatore reintegrabile dopo 2 minuti o al primo gol avversario	I falli punibili con c.pun.diretto sono CUMULATIVI e vanno segnalati con le dita Dal 6° fallo compreso si assegna un tiro libero per ogni fallo	Tiro libero: - dal punto del tiro libero o più avanti (se più favorevole) - il giocatore DEVE tirare in porta (non può fare schemi)
POSIZIONAMENTO	Fuori dal terreno di gioco Entrare solo se il gioco è dal lato opposto (per vedere meglio) Attraversare con scatto per riprese sull'altro lato	Distanze: contare passi all'indietro, tutti i difendenti a 5 metri	Distanze non rispettate: fischiare (interrompere l'esecuzione) e richiamare con gran vigore i difendenti che si avvicinano
		Contropiede: non farsi superare, seguire azione da davanti, presidiare la linea di porta	Gol-non-gol: sguardo alto per vederlo vicino alla traversa (notare eventuale sbuffo su rete)
GIOCO DEL PORTIERE	Monitorare il retropassaggio (il portiere può giocare il pallone una sola volta tra un gioco degli avversari e il successivo gioco degli avversari)	Su retropassaggio VOLONTARIO il portiere gioca solo di piede - nella propria metà campo per 4 secondi (senno c.pun.indiretto) - altrove: no limiti ("volante")	Parata equivale a possesso e controllo L'arbitro conta col pugno chiuso (anche se deve contare "zero" per un istante solo, su parata)
		Sostituzione del portiere a gioco in svolgimento Maglia del portiere volante: è ammesso il fratino	Portiere contrastato in area mentre "gioca" il pallone con una mano o col corpo: CARICA calcio di punizione indiretto
PREVENZIONE	Prevenzione a gioco in svolgimento per non incidere sui tempi morti	Anticipare ciò che si intuisce potrebbe succedere	Considerare che il fallo può avvenire dopo che l'attaccante si è spossessato del pallone
MANDARE AL CONTESTO SEGNALI CHIARI	Chiamare ad alta voce tutti i falli cumulativi (indicare con le dita quale fallo è, specie 3°, 4° e 5° fallo) e le ammonizioni	Indicare bene il tempo di recupero e il 5° fallo , chiamarli ripetutamente a squarciagola prima rivolgendosi alle panchine e poi al pubblico	VANTAGGIO: se è da cumulare alla prima interruzione segnalare il cumulo alla panchina Dare vantaggio solo se è realmente azione importante
DOCUMENTI E ALTRO	Tessera allenatore: solo in C1 Dirigenti e massaggiatore: documento d'identità (no tessera impersonale)	Richiesta di Forza Pubblica: obbligatoria Medico: non obbligatorio Non si possono usare tabelloni	Se lo spogliatoio non è chiuso o assegnato in via esclusiva, fare la "borsa valori" da consegnare all'addetto all'arbitro
OGGETTIVI DELL'ARBITRO	Limitare le proteste	Velocizzare il gioco e spettacolarizzarlo	Aumentare il gradimento delle decisioni da parte del contesto