



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
Via Po, 36 - 00198 - ROMA

TORNEO CFT (FASE LOCALE)

**IL PRESENTE DOCUMENTO ILLUSTRA LE ATTIVITÀ TECNICHE E LA STRUTTURA
DEL TORNEO CFT 2020/2021.**

**AL FINE DI PERMETTERE A TUTTI I GIOCATORI COINVOLTI NEL PROGETTO CENTRI FEDERALI TERRITORIALI
LA PARTECIPAZIONE AL TORNEO, SI È DECISO CHE QUESTO DEBBA AVERE CARATTERISTICHE DI TIPO
INDIVIDUALE CON SFIDE TECNICHE CHE NON PREVEDONO IL CONTATTO TRA I PARTECIPANTI.**

**IL TORNEO PREVEDE UNA “FASE LOCALE” (PRESENTATA IN QUESTO DOCUMENTO) ED UNA “FASE NAZIONALE”
CHE AVRÀ LUOGO AL TERMINE DELLA CORRENTE STAGIONE SPORTIVA. IN ENTRAMBE LE FASI I GIOCATORI
COINVOLTI SVOLGERANNO LE ATTIVITÀ PREVISTE ALL’INTERNO DEL PROPRIO CFT DI RIFERIMENTO, SENZA
EFFETTUARE SPOSTAMENTI DA UNA STRUTTURA TERRITORIALE ALL’ALTRA.**

**LA SEDUTA DI ALLENAMENTO CHE PREVEDE LO SVOLGIMENTO DELLA FASE LOCALE DEL TORNEO
PRESENTA 6 SFIDE TECNICHE A PUNTEGGIO E PUÒ ESSERE SVOLTA DA OGNI CFT IN UNO DEI LUNEDÌ DI
ATTIVITÀ COMPRESI TRA IL 19 APRILE ED IL 17 MAGGIO 2021, COMPATIBILMENTE CON LE NORMATIVE
SANITARIE VIGENTI IN OGNI TERRITORIO.**

LA STRUTTURA DELLA FASE NAZIONALE VERRÀ PRESENTATA AL MOMENTO DEL SUO SVOLGIMENTO.



A partire da lunedì 18 gennaio 2021 i Centri Federali Territoriali hanno ripreso l'attività tecnica attraverso una struttura di allenamento sviluppata nel rispetto delle caratteristiche individuali previste dalle disposizioni governative in merito al contenimento della diffusione del virus COVID-19.

Con l'introduzione del nuovo Decreto-Legge, le cui disposizioni si applicano a decorrere da lunedì 26 Aprile 2021, nei territori qualificati come "Zona Gialla", è consentito lo svolgimento all'aperto di qualsiasi attività sportiva anche di squadra e di contatto.

Nel rispetto delle normative e dei protocolli sanitari in essere, laddove possibile, le attività tecniche dei Centri Federali Territoriali si svolgeranno prevedendo proposte che possono richiedere il contatto tra i giocatori e le giocatrici coinvolti/e nelle attività tecniche.

Nei territori qualificati come "Zona Arancione", continueranno a svolgersi le attività con format di tipo individuale scelte tra quelle presentate negli esercizi elaborati dallo staff tecnico del Settore Giovanile e Scolastico della FIGC.

La struttura del Torneo CFT 2021 si adatta alla situazione sanitaria e prevede un protocollo di attività individuale al fine di permettere a tutti i giocatori coinvolti nel progetto di poter svolgere le sfide tecniche previste in ogni momento della stagione.

I documenti che propongono le attività in forma individuale possono essere scaricati dal seguente link: <https://www.youcoach.it/it/figc/documenti>

Al fine di tutelare la salute di tutti i soggetti coinvolti negli allenamenti svolti all'interno dei Centri Federali Territoriali continuano ad essere applicate le disposizioni contenute nei protocolli in essere con la finalità di ridurre le possibilità di contagio. Si riportano di seguito le principali indicazioni per le quali si fa comunque riferimento ai documenti ufficiali pubblicati:

- **Accesso contingentato presso la struttura del Centro Federale e permesso d'ingresso riservato solo allo staff tecnico, ai collaboratori organizzativi ed agli atleti.**
- **Misurazione della temperatura e registrazione delle presenze prima dell'ingresso presso l'impianto sportivo.**
- **Consegna del modello di Autocertificazione debitamente compilato e firmato.**
- **Divieto di utilizzare gli spogliatoi.**
- **Divieto di accesso di pubblico presso l'impianto sportivo.**
- **Pause dell'allenamento organizzate con distanziamento tra giocatori ed utilizzo esclusivo di borracce personali.**
- **Mascherina da indossare in ingresso e uscita dall'impianto sportivo e in tutti i momenti nei quali gli atleti non sono impegnati attivamente nell'attività in campo.**
- **Per i membri dello staff: mantenere il distanziamento e indossare sempre la mascherina.**
- **Igienizzazione frequente delle mani.**
- **Pulizia/igienizzazione/sanificazione dei materiali e degli ambienti.**
- **Corretta gestione degli infortuni.**



STRUTTURA DEL TORNEO CFT 2021



90 minuti



48 giocatori

U14M/U15F

Attività pre-allenamento

Attivazione tecnica

14 minuti

PRIMA FASE

Stazione 1: Gioco al volo

12 minuti

Stazione 2: Trasmissioni progressive

12 minuti

Stazione 3: Gol al volo

12 minuti

Pausa

4 minuti

SECONDA FASE

Stazione 4: Gioco al volo

12 minuti

Stazione 5: Trasmissioni progressive

12 minuti

Stazione 6: Gol al volo

12 minuti

STAZIONI

Riunione tecnica: "Il clima della competizione"

Siamo riusciti a dare la giusta enfasi alle attività tecniche previste dal Torneo CFT? Abbiamo creato un clima adatto alla competizione? I giocatori hanno dato il loro 100%? Come abbiamo motivato i partecipanti allo svolgimento di proposte di tipo individuale ed al confronto? Siamo riusciti a trasmettere dei contenuti formativi attraverso le sfide tecniche previste? Nei primi 4 minuti di spiegazione/esplorazione c'è stata da parte dei giocatori una ricerca della soluzione più efficace per svolgere il compito tecnico previsto dalla sfida?

**Ambito
TECNICO****Contenitore
TECNICA IN MOVIMENTO****TECNICA RANDOM A SCELTA**

14 minuti



25x20 metri



12 giocatori

Chiavi della conduzione

Sfiamoci a migliorare il nostro dominio della palla!



Confidenza con la palla

Descrizione

10 giocatori conducono palla all'interno del campo, 2 attendono all'esterno dello stesso senza il pallone. All'interno del rettangolo di gioco sono collocate una serie di stazioni definite attraverso dei delimitatori. L'attività consiste nello svolgimento di una serie di gestualità tecniche realizzate attraverso l'interazione con le stazioni delimitate o con i compagni posizionati all'esterno del campo. Il numero delle stazioni predisposte deve essere superiore al numero dei partecipanti. Una stazione non può essere utilizzata da due giocatori in contemporanea. Durante tutto lo svolgimento dell'attività i giocatori sono invitati a mantenere le opportune distanze dai proprio compagni.

Regole

- All'interno dello spazio di gioco sono presenti diversi tipi di ostacoli attraverso i quali i giocatori in conduzione di palla possono interagire in modo codificato:
 - nel quadrato (di lato 50cm), si entra in conduzione di palla e si effettua un cambio di senso;
 - sulla linea (due delimitatori posti a circa 6m di distanza l'uno dall'altro), si effettua un cambio di velocità da un estremo all'altro;
 - all'interno dei delimitatori collocati in modo alternato (la distanza tra i 3 delimitatori è di circa 1m): si effettua uno slalom;
 - nel corridoio (2x8m): si alza la palla da terra con i piedi, la si colpisce di testa e la si va a recuperare oltre la fine dell'area delimitata.
- L'interazione con i 2 giocatori senza palla posizionati all'esterno del campo avviene attraverso 3 passaggi (distanza almeno 6m) al termine dei quali i ruoli di gioco si invertono: chi riceve l'ultimo passaggio entra in campo in conduzione, chi ha effettuato la prima trasmissione esce dal rettangolo ed attende il passaggio da parte di un compagno.

Varianti

- Inserire un tempo limite per realizzare l'interazione con 3 stazioni (ad esempio, 8 secondi) al termine della terna di interazioni si possono effettuare alcuni momenti di riposo attivo in conduzione di palla.
- Svolgere le interazioni tecniche con l'obbligo di utilizzare il piede meno abile.

Comportamenti privilegiati

- Svolgere un'elevata densità di contatti con la palla manifestando continuità realizzativa ed entusiasmo.
- La palla rimane a disposizione del giocatore che si sta esercitando in ogni gestualità tecnica sperimentata: in seguito al controllo con traiettoria aerea; nel cambio di velocità della conduzione; utilizzando l'arto meno abile nel palleggio; ecc.

Ambito GARA MODIFICATO

GIOCO AL VOLO



12 minuti



20x16 metri



8 giocatori

Descrizione

Ogni coppia si posiziona in campo come rappresentato nella figura ed interagisce con una delle 4 stazioni previste dalla sfida. Le stazioni sono così composte:

- Una porta (larghezza 1 metro, delimitata attraverso dei coni).
- 2 linee di delimitatori (entrambe a 2 metri di distanza dalla porta a costituire un corridoio che taglia tutto il campo).
- 2 delimitatori (uno per lato della stazione) entrambi collocati a terra ad 8 metri di distanza dalla porta.
- Le coppie sono in possesso di un pallone ciascuna ed iniziano l'attività posizionandosi uno di fronte all'altro ed all'esterno del corridoio.

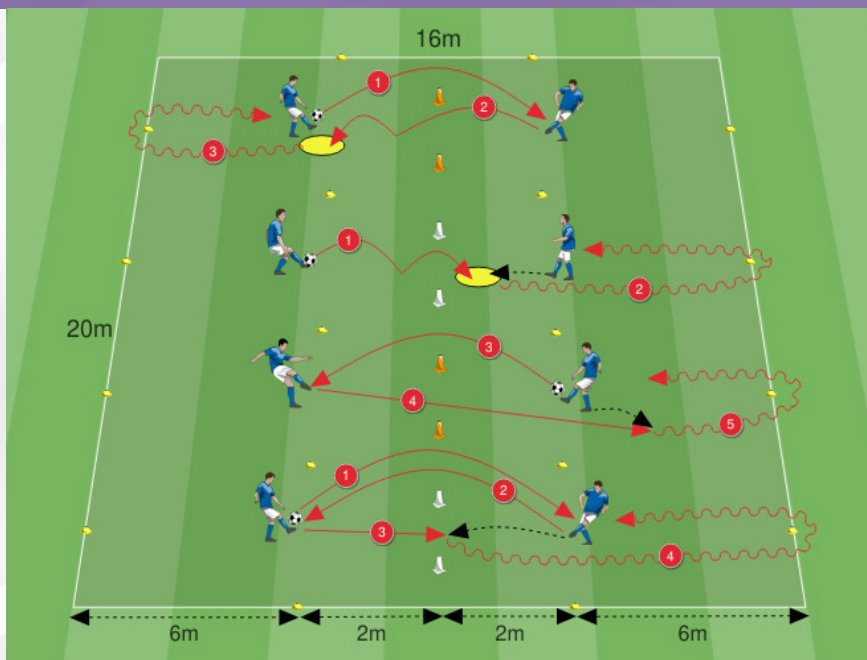
Si svolge una sfida tecnica che alterna delle trasmissioni aeree ad un'azione di finalizzazione e successiva conduzione di palla.

L'attività è strutturata attraverso 2 fasi distinte:

- **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 4 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta ai giocatori lasciandogli poi del tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista sviluppando le strategie di gioco preferite.
- **Sfida.** Durata 8 minuti. La sfida mette a confronto le 4 coppie di giocatori in un unico turno di gioco della durata di 8 minuti.

Regole

- La sfida prevede lo svolgimento di sequenze tecniche con 2 trasmissioni aeree che anticipano la ricerca di una finalizzazione al volo indirizzata a realizzare un gol nella porta della propria stazione.
- Ogni sequenza di trasmissioni si svolge come segue:
 1. La palla parte da terra e può essere alzata con modalità a piacimento (passandola in modo diretto attraverso uno "scavetto" oppure anche con un solo palleggio che anticipa il passaggio al volo rivolto al compagno).
 2. Il passaggio di ritorno può avvenire con una qualsiasi parte del corpo (arti superiori esclusi) colpendola al volo e di prima intenzione.
 3. La finalizzazione verso la porta può anch'essa avvenire con una qualsiasi parte del corpo (arti superiori esclusi) colpendo sempre la palla al volo e di prima intenzione.
 4. Il gol si considera valido se la palla passa in mezzo ai 2 coni che definiscono la porta e sotto all'altezza dei 2 giocatori della coppia.
 5. Durante tutta la sequenza di trasmissione i giocatori devono rimanere al di fuori del corridoio di larghezza complessiva 4 metri che contiene le porte delle 4 stazioni di gioco.
- La sequenza si considera errata (e viene quindi interrotta o annullato l'eventuale gol realizzato) quando la palla:
 - Cade a terra durante la sequenza di trasmissioni prevista.
 - Viene toccata con gli arti superiori da parte di uno dei 2 giocatori.
 - Entra in porta ad un'altezza superiore a quella del giocatore più alto della coppia.
 - Viene toccata più di 2 volte per alzarla da terra nel primo passaggio e più di una volta nel secondo e nella finalizzazione.
 - Oppure quando uno dei 2 giocatori entra all'interno del corridoio centrale.*
- In caso di errore nella sequenza di trasmissioni e dopo ogni gol realizzato, prima di svolgere una nuova sequenza di passaggi, uno dei 2 giocatori (scelto a discrezione dalla coppia stessa) ha il compito di effettuare una conduzione della palla andando ad aggirare il delimitatore posizionato dietro a lui. Solo in seguito a questa azione di conduzione palla la coppia può riprendere con una nuova sequenza di gioco.



NOTA: La sequenza di gioco nella serie di trasmissioni prevista può anche non essere variata tra le prove (in sostanza, il giocatore che comincia l'azione e chi la finalizza possono essere sempre gli stessi). Questa scelta strategica è a discrezione di ogni coppia.

MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:

- Viene assegnato un punto ad ogni gol realizzato nel rispetto delle modalità indicate dalle sequenze di passaggio.

**La finalizzazione realizzata attraverso un salto o un tuffo, con conseguente caduta all'interno del corridoio dopo aver colpito la palla, viene considerata valida.*



ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta rappresenta un'attività tecnica individuale per il passaggio al volo e la conduzione della palla che non prevede il contatto tra giocatori.
- Le stazioni sono delimitate in modo chiaro e vengono definiti degli spazi che distanziano la zona di intervento di ogni giocatore.
- Gli spazi sono ampi e permettono la distribuzione dei giocatori in campo.
- I giocatori vengono divisi in coppie che agiscono distanziate tra di loro.

Ambito GARA MODIFICATO

TRASMISSIONI PROGRESSIVE



12 minuti



20x25 metri



8 giocatori

Descrizione

Viene predisposto un campo di gioco che definisce 4 corridoi (ciascuno dei quali con dimensioni 5x25 metri) collocati come da figura. I corridoi vengono definiti attraverso 4 righe di delimitatori posizionate a 5 metri di distanza l'una dall'altra: vengono tuttavia saltate le prime 2 righe di delimitatori al fine di permettere la definizione di uno spazio iniziale largo 15 metri che identifica il lato di partenza della sfida tecnica prevista.

Gli 8 giocatori partecipanti all'attività vengono divisi a coppie. Ogni coppia è in possesso di un pallone ed utilizza uno solo dei 4 corridoi delimitati. I giocatori iniziano l'attività schierandosi uno di fronte all'altro sulle 2 linee (distanti 15 metri) che identificano il lato di partenza. Il pallone è inizialmente in possesso del giocatore sulla linea interna dello spazio di gioco.

Si svolge una sfida tecnica sul passaggio con traiettoria aerea che richiede ai giocatori di effettuare delle serie di trasmissioni su 3 distanze diverse.

L'attività è strutturata attraverso 2 fasi distinte:

1. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 4 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta ai giocatori lasciandogli poi del tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista sviluppando le strategie di gioco preferite.
2. **Sfida.** Durata 8 minuti. La sfida mette a confronto le 4 coppie di giocatori in un unico turno di gioco della durata di 8 minuti.

Regole

- La sfida si sviluppa su serie di 3 passaggi a distanze crescenti. In ogni serie di trasmissioni si identifica un giocatore che esegue la prova (colui che comincia l'attività in possesso della palla, collocato in prossimità della linea interna del campo di gioco) ed un giocatore che svolge un ruolo di assistenza (il compagno sulla linea esterna del medesimo campo).
- La serie di passaggi prevede lo svolgimento di trasmissioni palla che per considerarsi corrette devono avvenire:
 - Con il pallone in movimento.
 - Attraverso una traiettoria aerea.
 - All'interno del proprio corridoio di competenza.
 - Attraverso un controllo di palla "valido" eseguito da parte del compagno in assistenza il quale deve riuscire a controllarla mantenendola a propria immediata disposizione.
- Qualora il passaggio avvenga con la palla calciata da ferma, attraverso una traiettoria radente, al di fuori del proprio corridoio di competenza o non controllata correttamente dal compagno a sostegno, non si considera valido. Inoltre, in nessun momento della sfida tecnica la palla può essere toccata con le mani pena l'invalidazione della sequenza di trasmissioni in atto. In seguito ad ogni errore di passaggio del giocatore che sta svolgendo la prova si effettua un immediato cambio di ruolo tra i componenti della coppia dando inizio ad una nuova sequenza di passaggio con posizioni invertite rispetto a quelle di partenza.
- In seguito ad ogni trasmissione valida il giocatore impegnato nell'esecuzione della prova retrocede oltre la linea di 5 metri successiva a quella dove si trovava precedentemente, attende il passaggio di ritorno da parte del compagno in assistenza e cerca di realizzare un nuovo passaggio valido. Una volta che la terza trasmissione di palla viene realizzata correttamente (quella dalla distanza di 25 metri) si effettua un cambio di ruolo tra i 2 componenti della coppia e viene dato inizio ad una nuova sequenza.

NOTA: Il passaggio di ritorno da parte del giocatore a sostegno può essere realizzato a piacimento e senza vincoli, quindi se questo viene eseguito con traiettoria radente oppure esce dai limiti del corridoio di competenza non vi è nessuna penalità per la coppia.

MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:

- Ad ogni sequenza di 3 passaggi progressivi svolta nel rispetto delle regole previste dalla sfida, la coppia totalizza un punto.





ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta rappresenta un'attività tecnica individuale per il passaggio con traiettoria aerea e la ricezione del pallone che non prevedono il contatto tra giocatori.
- I corridoi sono delimitati in modo chiaro e definiscono gli spazi di intervento di ogni coppia.
- L'attività prevede delle proposte tecniche sul passaggio e la ricezione che prevedono un naturale distanziamento tra giocatori.
- I giocatori vengono divisi in coppie che agiscono distanziate tra di loro.
- I palloni, durante ogni fase dell'attività, non possono essere toccati con le mani.

Ambito GARA MODIFICATO

GOL AL VOLO



12 minuti



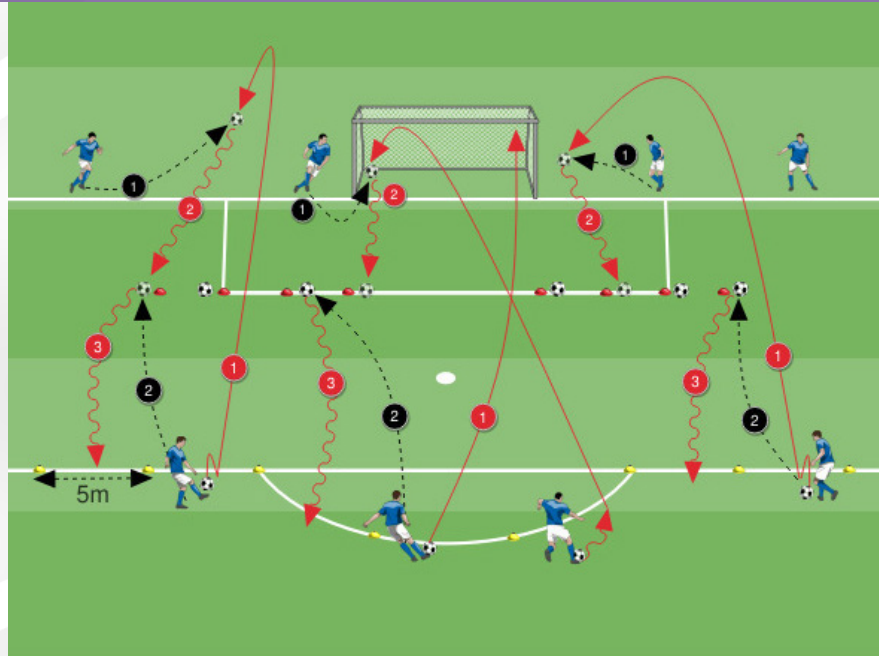
Area di rigore



8 giocatori

Descrizione

4 giocatori si posizionano all'esterno dell'area di rigore, ognuno di essi è in possesso di un pallone. 4 giocatori si posizionano inizialmente sulla linea di fondo campo, senza palla. Gli altri 8 palloni utilizzati per la sfida vengono posizionati di fianco ad 8 delimitatori distribuiti sulla linea che definisce il lato lungo dell'area del portiere (come da disegno, avendo cura di non collocarli davanti allo specchio della porta). Sul lato lungo che definisce l'area di rigore (quello opposto rispetto alla linea di porta) vengono posizionati 8 delimitatori (come da disegno). I delimitatori posizionati sulla linea dell'area di rigore definiscono 9 settori che identificano gli spazi di tiro all'interno dei quali ogni giocatore deve svolgere l'azione tecnica prevista dalla sfida. I 4 giocatori in possesso di palla hanno il compito di calciare verso la porta cercando di fare gol senza che la palla batta per terra prima di entrare in rete. I 4 giocatori non impegnati direttamente nella prova tecnica hanno un ruolo di "supporto"* che consiste nel provvedere al ri-posizionamento dei palloni vicino agli 8 delimitatori posizionati all'interno dell'area di rigore oltre che al conteggio dei punti realizzati dai compagni.



La stazione è strutturata attraverso una successione di 4 fasi distinte:

1. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 2 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta a tutti i giocatori impegnati nella stazione, 4 di questi saranno impegnati nella sfida durante la fase 2 mentre gli altri 4 svolgeranno l'attività di supporto. I 2 minuti comprendono anche il tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista e sviluppare eventuali strategie personali di gioco.
2. **Sfida.** Durata 4 minuti. La sfida mette a confronto 4 giocatori alla volta in 2 turni distinti della durata di 4 minuti ciascuno.
3. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 2 minuti. Stessa attività prevista al punto 1 ma con ruoli invertiti.
4. **Sfida.** Durata 4 minuti. La sfida mette a confronto gli altri 4 giocatori impegnati con il ruolo di supporto durante la fase 2.

* Ad ogni giocatore di "supporto" viene abbinato un compagno da aiutare nel conteggio dei punti. Per quanto riguarda il recupero dei palloni e la loro ridistribuzione sulla riga di delimitatori collocata all'altezza dell'area del portiere, i giocatori di supporto devono garantire la continua presenza di tutti i palloni necessari per i propri compagni impegnati nella sfida. L'azione di ri-posizionamento dei palloni avviene attraverso una conduzione palla svolta con i piedi. La soluzione dei giocatori di supporto vuole inoltre favorire e facilitare il distanziamento dei partecipanti alla prova tecnica in ogni sua fase.

Regole

• MODALITÀ PER CONSIDERARE VALIDO UN TIRO IN PORTA:

- La palla può essere calciata al volo verso la porta solo se questa viene prima alzata da terra con i piedi.
- Ogni giocatore può scegliere le modalità preferite di tiro al volo: calciando la palla in seguito ad un primo palleggio oppure dopo una serie di tocchi.
- I tiri effettuati con la palla a terra o in seguito ad un rimbalzo avvenuto dopo averla alzata da terra, non vengono considerati validi.
- Il calcio in porta deve avvenire all'interno di uno dei 9 settori definiti sulla linea dell'area di rigore libero da altri partecipanti alla sfida.
- Il tiro deve sempre essere realizzato dall'esterno dell'area di rigore.
- In nessun momento della sfida la palla può essere toccata con le mani pena la ripetizione dell'azione di tiro o l'annullamento dell'eventuale gol.
- Dopo aver calciato in porta ogni giocatore impegnato nella sfida può entrare nell'area di rigore per recuperare uno solo dei palloni a disposizione collocati in prossimità dei delimitatori per poi uscire dalla stessa area e cercare di realizzare un ulteriore tentativo di tiro in porta. Questa azione di tiro e recupero palla si svolge per tutti e 4 i minuti previsti dalla sfida tecnica.

- **MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:**

- Gol effettuato attraverso un tiro in porta eseguito in modo regolare (calcio della palla al volo senza farla cadere dopo averla alzata da terra, tiro dall'esterno dell'area di rigore, palla che non batte a terra prima di entrare dopo essere stata calciata): 1 punto.
- Gol effettuato attraverso un tiro in porta eseguito in modo regolare che colpisce il palo o la traversa prima di entrare in rete: 2 punti.
- Qualora uno qualsiasi dei partecipanti all'attività, nel tentativo di recuperare un pallone all'interno dell'area di rigore o nell'azione di assistenza ai compagni, venga accidentalmente colpito da un avversario impegnato nell'azione di tiro, perde un punto. Tale regola non intende incentivare il tentativo di colpire gli altri giocatori impegnati nell'attività ma sensibilizzare i partecipanti a rispettare l'azione di tiro dei propri compagni.
- L'allenatore registra il punteggio di ogni partecipante all'attività attraverso il contributo dei 4 giocatori impegnati nell'azione di supporto alla sfida. Si consiglia di abbinare ognuno dei 4 giocatori a supporto ad uno degli altri 4 impegnati nella sfida tecnica.



ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta prevede un'attività tecnica individuale sul tiro che non prevede il contatto tra giocatori.
- I palloni, durante ogni fase dell'attività, non possono essere toccati con le mani.
- In ogni fase del gioco non è concesso il contrasto per contendersi la palla.
- I tiri possono essere effettuati solo all'esterno dell'area di rigore per ampliare l'area di gioco e distribuire i partecipanti.
- I settori di tiro definiti sull'area di rigore garantiscono il rispetto del distanziamento dei partecipanti nell'azione di gioco.

Ambito GARA MODIFICATO

GIOCO AL VOLO



12 minuti



20x16 metri



8 giocatori

Descrizione

Ogni coppia si posiziona in campo come rappresentato nella figura ed interagisce con una delle 4 stazioni previste dalla sfida. Le stazioni sono così composte:

- Una porta (larghezza 1 metro, delimitata attraverso dei coni).
- 2 linee di delimitatori (entrambe a 2 metri di distanza dalla porta a costituire un corridoio che taglia tutto il campo).
- 2 delimitatori (uno per lato della stazione) entrambi collocati a terra ad 8 metri di distanza dalla porta.
- Le coppie sono in possesso di un pallone ciascuna ed iniziano l'attività posizionandosi uno di fronte all'altro ed all'esterno del corridoio.

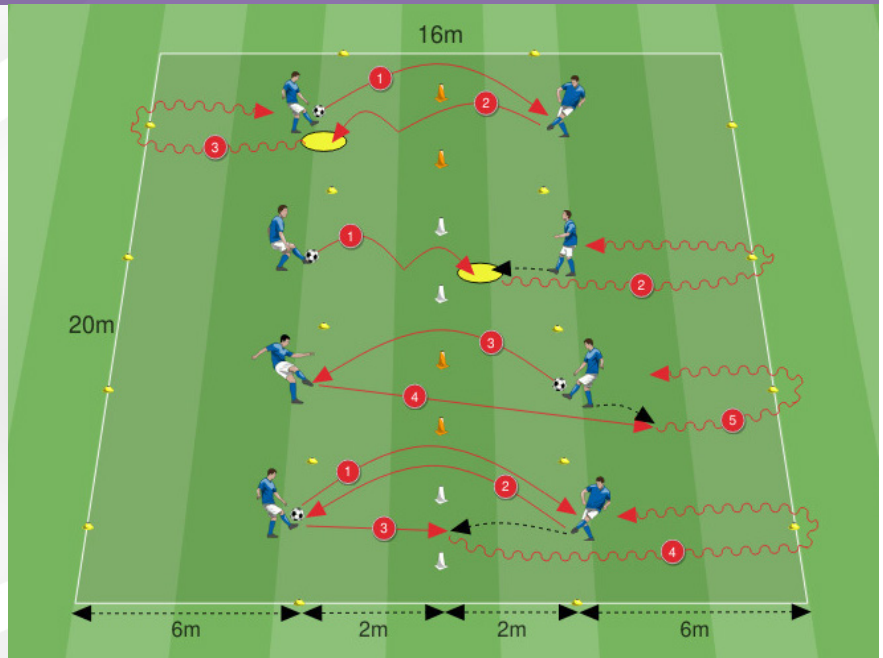
Si svolge una sfida tecnica che alterna delle trasmissioni aeree ad un'azione di finalizzazione e successiva conduzione di palla.

L'attività è strutturata attraverso 2 fasi distinte:

- **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 4 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta ai giocatori lasciandogli poi del tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista sviluppando le strategie di gioco preferite.
- **Sfida.** Durata 8 minuti. La sfida mette a confronto le 4 coppie di giocatori in un unico turno di gioco della durata di 8 minuti.

Regole

- La sfida prevede lo svolgimento di sequenze tecniche con 2 trasmissioni aeree che anticipano la ricerca di una finalizzazione al volo indirizzata a realizzare un gol nella porta della propria stazione.
- Ogni sequenza di trasmissioni si svolge come segue:
 1. La palla parte da terra e può essere alzata con modalità a piacimento (passandola in modo diretto attraverso uno "scavetto" oppure anche con un solo palleggio che anticipa il passaggio al volo rivolto al compagno).
 2. Il passaggio di ritorno può avvenire con una qualsiasi parte del corpo (arti superiori esclusi) colpendola al volo e di prima intenzione.
 3. La finalizzazione verso la porta può anch'essa avvenire con una qualsiasi parte del corpo (arti superiori esclusi) colpendo sempre la palla al volo e di prima intenzione.
 4. Il gol si considera valido se la palla passa in mezzo ai 2 coni che definiscono la porta e sotto all'altezza dei 2 giocatori della coppia.
 5. Durante tutta la sequenza di trasmissione i giocatori devono rimanere al di fuori del corridoio di larghezza complessiva 4 metri che contiene le porte delle 4 stazioni di gioco.
- La sequenza si considera errata (e viene quindi interrotta o annullato l'eventuale gol realizzato) quando la palla:
 - Cade a terra durante la sequenza di trasmissioni prevista.
 - Viene toccata con gli arti superiori da parte di uno dei 2 giocatori.
 - Entra in porta ad un'altezza superiore a quella del giocatore più alto della coppia.
 - Viene toccata più di 2 volte per alzarla da terra nel primo passaggio e più di una volta nel secondo e nella finalizzazione.
 - Oppure quando uno dei 2 giocatori entra all'interno del corridoio centrale.*
- In caso di errore nella sequenza di trasmissioni e dopo ogni gol realizzato, prima di svolgere una nuova sequenza di passaggi, uno dei 2 giocatori (scelto a discrezione dalla coppia stessa) ha il compito di effettuare una conduzione della palla andando ad aggirare il delimitatore posizionato dietro a lui. Solo in seguito a questa azione di conduzione palla la coppia può riprendere con una nuova sequenza di gioco.



NOTA: La sequenza di gioco nella serie di trasmissioni prevista può anche non essere variata tra le prove (in sostanza, il giocatore che comincia l'azione e chi la finalizza possono essere sempre gli stessi). Questa scelta strategica è a discrezione di ogni coppia.

MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:

- Viene assegnato un punto ad ogni gol realizzato nel rispetto delle modalità indicate dalle sequenze di passaggio.

**La finalizzazione realizzata attraverso un salto o un tuffo, con conseguente caduta all'interno del corridoio dopo aver colpito la palla, viene considerata valida.*



ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta rappresenta un'attività tecnica individuale per il passaggio al volo e la conduzione della palla che non prevede il contatto tra giocatori.
- Le stazioni sono delimitate in modo chiaro e vengono definiti degli spazi che distanziano la zona di intervento di ogni giocatore.
- Gli spazi sono ampi e permettono la distribuzione dei giocatori in campo.
- I giocatori vengono divisi in coppie che agiscono distanziate tra di loro.

Ambito GARA MODIFICATO

TRASMISSIONI PROGRESSIVE


12 minuti


20x25 metri


8 giocatori

Descrizione

Viene predisposto un campo di gioco che definisce 4 corridoi (ciascuno dei quali con dimensioni 5x25 metri) collocati come da figura. I corridoi vengono definiti attraverso 4 righe di delimitatori posizionate a 5 metri di distanza l'una dall'altra: vengono tuttavia saltate le prime 2 righe di delimitatori al fine di permettere la definizione di uno spazio iniziale largo 15 metri che identifica il lato di partenza della sfida tecnica prevista.

Gli 8 giocatori partecipanti all'attività vengono divisi a coppie. Ogni coppia è in possesso di un pallone ed utilizza uno solo dei 4 corridoi delimitati. I giocatori iniziano l'attività schierandosi uno di fronte all'altro sulle 2 linee (distanti 15 metri) che identificano il lato di partenza. Il pallone è inizialmente in possesso del giocatore sulla linea interna dello spazio di gioco.

Si svolge una sfida tecnica sul passaggio con traiettoria aerea che richiede ai giocatori di effettuare delle serie di trasmissioni su 3 distanze diverse.

L'attività è strutturata attraverso 2 fasi distinte:

1. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 4 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta ai giocatori lasciandogli poi del tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista sviluppando le strategie di gioco preferite.
2. **Sfida.** Durata 8 minuti. La sfida mette a confronto le 4 coppie di giocatori in un unico turno di gioco della durata di 8 minuti.

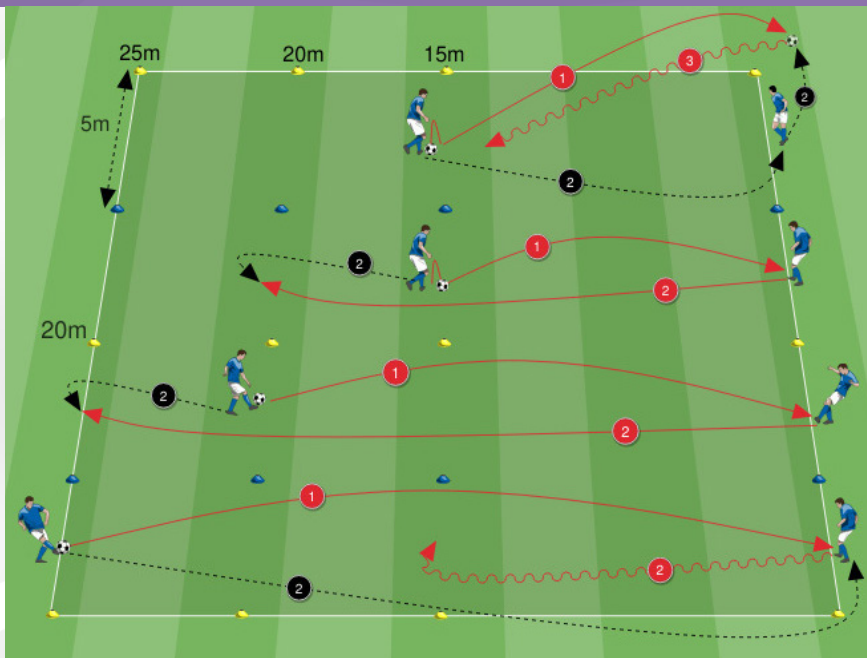
Regole

- La sfida si sviluppa su serie di 3 passaggi a distanze crescenti. In ogni serie di trasmissioni si identifica un giocatore che esegue la prova (colui che comincia l'attività in possesso della palla, collocato in prossimità della linea interna del campo di gioco) ed un giocatore che svolge un ruolo di assistenza (il compagno sulla linea esterna del medesimo campo).
- La serie di passaggi prevede lo svolgimento di trasmissioni palla che per considerarsi corrette devono avvenire:
 - Con il pallone in movimento.
 - Attraverso una traiettoria aerea.
 - All'interno del proprio corridoio di competenza.
 - Attraverso un controllo di palla "valido" eseguito da parte del compagno in assistenza il quale deve riuscire a controllarla mantenendola a propria immediata disposizione.
- Qualora il passaggio avvenga con la palla calciata da ferma, attraverso una traiettoria radente, al di fuori del proprio corridoio di competenza o non controllata correttamente dal compagno a sostegno, non si considera valido. Inoltre, in nessun momento della sfida tecnica la palla può essere toccata con le mani pena l'invalidazione della sequenza di trasmissioni in atto. In seguito ad ogni errore di passaggio del giocatore che sta svolgendo la prova si effettua un immediato cambio di ruolo tra i componenti della coppia dando inizio ad una nuova sequenza di passaggio con posizioni invertite rispetto a quelle di partenza.
- In seguito ad ogni trasmissione valida il giocatore impegnato nell'esecuzione della prova retrocede oltre la linea di 5 metri successiva a quella dove si trovava precedentemente, attende il passaggio di ritorno da parte del compagno in assistenza e cerca di realizzare un nuovo passaggio valido. Una volta che la terza trasmissione di palla viene realizzata correttamente (quella dalla distanza di 25 metri) si effettua un cambio di ruolo tra i 2 componenti della coppia e viene dato inizio ad una nuova sequenza.

NOTA: Il passaggio di ritorno da parte del giocatore a sostegno può essere realizzato a piacimento e senza vincoli, quindi se questo viene eseguito con traiettoria radente oppure esce dai limiti del corridoio di competenza non vi è nessuna penalità per la coppia.

MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:

- Ad ogni sequenza di 3 passaggi progressivi svolta nel rispetto delle regole previste dalla sfida, la coppia totalizza un punto.





ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta rappresenta un'attività tecnica individuale per il passaggio con traiettoria aerea e la ricezione del pallone che non prevedono il contatto tra giocatori.
- I corridoi sono delimitati in modo chiaro e definiscono gli spazi di intervento di ogni coppia.
- L'attività prevede delle proposte tecniche sul passaggio e la ricezione che prevedono un naturale distanziamento tra giocatori.
- I giocatori vengono divisi in coppie che agiscono distanziate tra di loro.
- I palloni, durante ogni fase dell'attività, non possono essere toccati con le mani.

Ambito GARA MODIFICATO

GOL AL VOLO



12 minuti



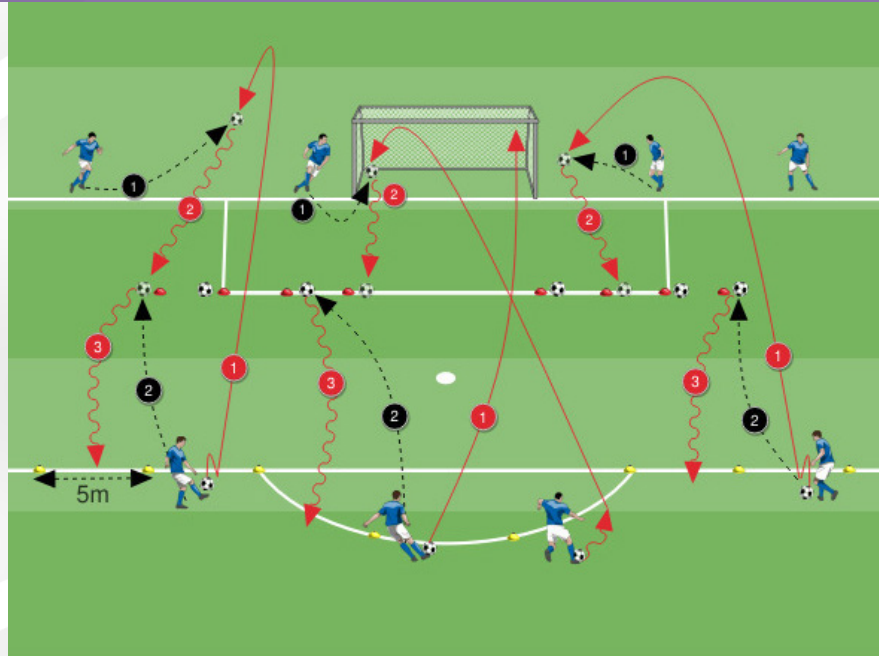
Area di rigore



8 giocatori

Descrizione

4 giocatori si posizionano all'esterno dell'area di rigore, ognuno di essi è in possesso di un pallone. 4 giocatori si posizionano inizialmente sulla linea di fondo campo, senza palla. Gli altri 8 palloni utilizzati per la sfida vengono posizionati di fianco ad 8 delimitatori distribuiti sulla linea che definisce il lato lungo dell'area del portiere (come da disegno, avendo cura di non collocarli davanti allo specchio della porta). Sul lato lungo che definisce l'area di rigore (quello opposto rispetto alla linea di porta) vengono posizionati 8 delimitatori (come da disegno). I delimitatori posizionati sulla linea dell'area di rigore definiscono 9 settori che identificano gli spazi di tiro all'interno dei quali ogni giocatore deve svolgere l'azione tecnica prevista dalla sfida. I 4 giocatori in possesso di palla hanno il compito di calciare verso la porta cercando di fare gol senza che la palla batta per terra prima di entrare in rete. I 4 giocatori non impegnati direttamente nella prova tecnica hanno un ruolo di "supporto"* che consiste nel provvedere al ri-posizionamento dei palloni vicino agli 8 delimitatori posizionati all'interno dell'area di rigore oltre che al conteggio dei punti realizzati dai compagni.



La stazione è strutturata attraverso una successione di 4 fasi distinte:

1. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 2 minuti. In questa prima fase l'allenatore spiega la proposta a tutti i giocatori impegnati nella stazione, 4 di questi saranno impegnati nella sfida durante la fase 2 mentre gli altri 4 svolgeranno l'attività di supporto. I 2 minuti comprendono anche il tempo per sperimentare l'attività tecnica prevista e sviluppare eventuali strategie personali di gioco.
2. **Sfida.** Durata 4 minuti. La sfida mette a confronto 4 giocatori alla volta in 2 turni distinti della durata di 4 minuti ciascuno.
3. **Spiegazione/sperimentazione.** Durata 2 minuti. Stessa attività prevista al punto 1 ma con ruoli invertiti.
4. **Sfida.** Durata 4 minuti. La sfida mette a confronto gli altri 4 giocatori impegnati con il ruolo di supporto durante la fase 2.

* Ad ogni giocatore di "supporto" viene abbinato un compagno da aiutare nel conteggio dei punti. Per quanto riguarda il recupero dei palloni e la loro ridistribuzione sulla riga di delimitatori collocata all'altezza dell'area del portiere, i giocatori di supporto devono garantire la continua presenza di tutti i palloni necessari per i propri compagni impegnati nella sfida. L'azione di ri-posizionamento dei palloni avviene attraverso una conduzione palla svolta con i piedi. La soluzione dei giocatori di supporto vuole inoltre favorire e facilitare il distanziamento dei partecipanti alla prova tecnica in ogni sua fase.

Regole

• MODALITÀ PER CONSIDERARE VALIDO UN TIRO IN PORTA:

- La palla può essere calciata al volo verso la porta solo se questa viene prima alzata da terra con i piedi.
- Ogni giocatore può scegliere le modalità preferite di tiro al volo: calciando la palla in seguito ad un primo palleggio oppure dopo una serie di tocchi.
- I tiri effettuati con la palla a terra o in seguito ad un rimbalzo avvenuto dopo averla alzata da terra, non vengono considerati validi.
- Il calcio in porta deve avvenire all'interno di uno dei 9 settori definiti sulla linea dell'area di rigore libero da altri partecipanti alla sfida.
- Il tiro deve sempre essere realizzato dall'esterno dell'area di rigore.
- In nessun momento della sfida la palla può essere toccata con le mani pena la ripetizione dell'azione di tiro o l'annullamento dell'eventuale gol.
- Dopo aver calciato in porta ogni giocatore impegnato nella sfida può entrare nell'area di rigore per recuperare uno solo dei palloni a disposizione collocati in prossimità dei delimitatori per poi uscire dalla stessa area e cercare di realizzare un ulteriore tentativo di tiro in porta. Questa azione di tiro e recupero palla si svolge per tutti e 4 i minuti previsti dalla sfida tecnica.

- **MODALITÀ DI ASSEGNAZIONE DEL PUNTEGGIO:**

- Gol effettuato attraverso un tiro in porta eseguito in modo regolare (calcio della palla al volo senza farla cadere dopo averla alzata da terra, tiro dall'esterno dell'area di rigore, palla che non batte a terra prima di entrare dopo essere stata calciata): 1 punto.
- Gol effettuato attraverso un tiro in porta eseguito in modo regolare che colpisce il palo o la traversa prima di entrare in rete: 2 punti.
- Qualora uno qualsiasi dei partecipanti all'attività, nel tentativo di recuperare un pallone all'interno dell'area di rigore o nell'azione di assistenza ai compagni, venga accidentalmente colpito da un avversario impegnato nell'azione di tiro, perde un punto. Tale regola non intende incentivare il tentativo di colpire gli altri giocatori impegnati nell'attività ma sensibilizzare i partecipanti a rispettare l'azione di tiro dei propri compagni.
- L'allenatore registra il punteggio di ogni partecipante all'attività attraverso il contributo dei 4 giocatori impegnati nell'azione di supporto alla sfida. Si consiglia di abbinare ognuno dei 4 giocatori a supporto ad uno degli altri 4 impegnati nella sfida tecnica.



ACCORGIMENTI PER IL DISTANZIAMENTO TRA GIOCATORI

- La proposta prevede un'attività tecnica individuale sul tiro che non prevede il contatto tra giocatori.
- I palloni, durante ogni fase dell'attività, non possono essere toccati con le mani.
- In ogni fase del gioco non è concesso il contrasto per contendersi la palla.
- I tiri possono essere effettuati solo all'esterno dell'area di rigore per ampliare l'area di gioco e distribuire i partecipanti.
- I settori di tiro definiti sull'area di rigore garantiscono il rispetto del distanziamento dei partecipanti nell'azione di gioco.

NOTE ORGANIZZATIVE GENERALI

- La seduta di allenamento si sviluppa attraverso un'attività di attivazione tecnica e 6 stazioni (della durata di 12 minuti ciascuna), come da tabella.
- Nella seduta di allenamento prevista per il Torneo CFT i portieri svolgono tutta l'attività assieme ai giocatori di movimento.
- Le attività previste sono pensate per gruppi di 8 giocatori ciascuna ma possono adattarsi al numero di presenti senza variare la loro struttura.
- La sequenza delle stazioni prevede lo svolgimento di 3 sfide tecniche ("Gioco al Volo; Trasmissioni Progressive; Gol al Volo) ripetute 2 volte. La successione di ognuno dei 2 turni delle 3 prove non è predefinita e pertanto può essere svolta in modalità randomizzata.
- Ogni proposta prevede 4 minuti iniziali per la spiegazione e la sperimentazione delle soluzioni tecniche e strategiche che possano permettere ai giocatori di risultare più efficaci nella sfida prevista.
- Ognuna delle 6 stazioni prevede attività che determina un punteggio di tipo individuale che si somma ad ogni turno di gioco e dà un valore totale che definisce il risultato di ogni giocatore che partecipa al torneo.
- Le pause avvengono a piccoli gruppi come previsto dalle disposizioni organizzative riportate nell'introduzione di questo documento.
- Le dimensioni dei campi si intendono larghezza x lunghezza.
- Le fasi organizzative della seduta (pre-allenamento, pause, debriefing finale), si svolgono in ottemperanza dei protocolli previsti per l'attività di allenamento di tipo individuale che sono stati introdotti nella parte iniziale di questo documento.

NOTE ORGANIZZATIVE DEL TORNEO

- Il torneo è pensato per un numero variabile di giocatori fino a 48 partecipanti.
- Nel caso in cui il numero di giocatori partecipanti sia pari o inferiore a 24, sarà necessaria la realizzazione di sole 3 stazioni (una per sfida) che verranno utilizzate 2 volte nel corso della seduta di allenamento.
- Ogni stazione viene condotta da un allenatore.
- Al termine di ogni turno, nelle 2 prove tecniche in cui è prevista un'attività a coppie, i nuovi gruppi di gioco vengono ri-organizzati in modalità casuale mescolando nuovamente gli 8 giocatori coinvolti nell'attività precedente.
- Al termine della Prima Fase del torneo con i 3 turni di attività previsti, i giocatori partecipanti vengono divisi in gruppi da 8 attraverso una nuova suddivisione di tipo casuale.
- La durata di ogni turno di gioco comprende il tempo necessario per registrare i punteggi acquisiti ed organizzare le squadre del turno successivo.
- L'assegnazione del punteggio è individuale e non collettiva: al termine di ogni sfida tecnica il punteggio viene assegnato a ogni singolo giocatore anziché alla coppia (laddove previste).
- Al termine delle 6 sfide tecniche previste gli 8 giocatori che hanno totalizzato il punteggio più alto accedono alla "fase nazionale" del Torneo CFT: le 3 prove tecniche verranno svolte nuovamente al termine della stagione sportiva durante una seduta di allenamento che determinerà sia il vincitore di ogni centro che una classifica tecnica Nazionale.



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
Via Po, 36 - 00198 - ROMA

