

# REGOLAMENTO NAZIONALE CALCIO A 5 INTEGRATO

Il presente regolamento fa riferimento al “Regolamento Tecnico Ufficiale del Calcio a 5”, ma apporta varianti/aggiunte per integrare in una squadra atleti con disabilità di diverso tipo in modo da promuovere la partecipazione di tutti, valorizzare le caratteristiche di ciascuno e migliorare le capacità individuali e collettive.

Le norme tecniche per il Calcio a 5 della presente sezione integrano le Norme per l’Attività Sportiva, in “Sport in Regola” 2021 (Ed. sett. 2022).

## Art. 1 - Distinta

1.1 Prima dell’inizio di ogni partita ogni squadra deve consegnare all’arbitro e agli avversari la distinta dei partecipanti con le indicazioni del caso.

1.2 Ogni squadra può essere composta da un numero illimitato di giocatori, senza distinzione di genere.

## Art. 2 - Abbigliamento atleti

In campo ogni squadra è composta di massimo cinque atleti. Tutti gli atleti della stessa squadra devono indossare una maglia dello stesso colore e numerata.

L’uso dei parastinchi è obbligatorio.

## Art. 3 - Durata di gioco

### Categoria Unica

Le partite si svolgeranno in 2 tempi di 15 o 20 minuti ciascuno. (in base alle necessità organizzative)

In caso di parità dopo i tempi regolamentari si effettueranno i tiri di rigore (cinque).

Per ogni gara vengono assegnati i seguenti punti validi per la classifica:

- 3 punti alla squadra che vince la gara sul campo
- 2 punti alla squadra che vince la gara coi rigori
- 1 punto alla squadra che perde la gara coi rigori
- 0 punti alla squadra che perde la gara sul campo

## Art. 4 – Sostituzioni dei giocatori

La zona delle sostituzioni è situata sullo stesso lato in cui sono ubicate le panchine delle squadre, direttamente di fronte ad esse, da dove gli atleti entrano ed escono per le sostituzioni.

Le sostituzioni sono volanti; libere ed illimitate

***Il giocatore colpito dalla sanzione dell'espulsione temporanea (cartellino azzurro) può essere sostituito soltanto allo scadere della stessa.***

## Art. 5 - Espulsione temporanea

L'espulsione temporanea:

- viene notificata da parte del direttore di gara mediante il cartellino azzurro
- ha la durata di 4 minuti
- è comminata durante la gara in relazione della gravità della scorrettezza (violazioni di norme regolamentari o di comportamento), secondo il giudizio dell'arbitro.

In caso di segnatura di una rete della squadra avversaria, durante i 4 minuti di espulsione, potrà rientrare in campo un atleta diverso da quello espulso temporaneamente.

Ai fini delle sanzioni disciplinari l'espulsione temporanea è conteggiata con due ammonizioni, che si sommano alle altre ammonizioni subite.

## Art. 6 - Tempo d'attesa

Il tempo d'attesa, rispetto all'orario ufficiale della gara, è di 15 minuti.

## Art. 7 - Time out

Ogni squadra, per ogni tempo di gioco, può chiedere una sospensione della durata di 1' ciascuna rispettando le seguenti norme:

- a) il time-out di un minuto può essere richiesto in qualsiasi momento, ma deve essere concesso soltanto se la squadra è in possesso del pallone;
- b) quando è accordato un time-out i calciatori debbono rimanere all'interno del rettangolo di giuoco. Se devono ricevere istruzioni dal proprio allenatore, ciò può avvenire soltanto dal bordocampo, all'altezza della propria panchina. La persona che darà loro istruzioni non potrà entrare sul terreno di giuoco. Tali sospensioni del gioco possono essere richieste dall'allenatore presente in panchina o, in mancanza, solo ed esclusivamente dal capitano della squadra.

## Art. 8 - Tutor

Non è prevista la presenza del tutor in campo.

## Art. 9 - Saluto

9.1 Prima di ogni partita devono in modo raggruppato effettuare il saluto agli avversari. Successivamente i giocatori si allineano di fianco all'arbitro (una squadra per parte) all'altezza del centrocampo lungo l'ideale linea mediana in senso longitudinale per il saluto al pubblico.

9.2 Al termine tutti i giocatori devono stringere la mano agli avversari in modo informale e successivamente ripetono il saluto in forma raggruppata.

*Roma, 20 aprile 2026*