


UNIFIKACJA SZKOLENIA DZPN – od sezonu 2023/2024

	JUNIOR / JUNIOR MŁODSZY	TRAMPKARZ U15 i U14	MŁODZIK U13 i U12	ORLIK U11 i U10	ŻAK U9 i U8	SKRZAT U7 i U6
	A i B	C1 i C2	D1 i D2	E1 i E2	F1 i F2	G1 i G2
Wymiary boiska długość/ szerokość	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	75-70m x 50-45m	60-55 m x 40-35m lub boisko typu „Orlik”	46-40m x 30-25m (od pola karnego do pola karnego – szerokość orlika)	30-27 x 20-18 m
LICZBA I ZMIANY ZAWODNIKÓW	11x11/ zgodnie z przepisami gry w piłkę nożną PZPN 7 zmian	11x11/ zgodnie z przepisami gry w piłkę nożną PZPN 7 zmian	9x9/ zmiany powrotne REKOMENDACJA: 50% czasu gry każdego zawodnika	7x7/ standardowe wymiary boiska 6x6/ boisko typu „Orlik” - zmiany powrotne REKOMENDACJA: 50% czasu gry każdego zawodnika	5x5/ zmiany powrotne REKOMENDACJA: 50% czasu gry każdego zawodnika	3x3 bez bramkarzy REKOMENDACJA: 50% czasu gry każdego zawodnika
CZAS GRY	2 x 45 min	2 x 40 min	D1 : 2 x 40 min D2 : 2 x 25 min (trójmecze)	Minimalny łączny czas gry jednego zespołu w turnieju to 60 min	Minimalny łączny czas gry jednego zespołu w turnieju to 60 min	Minimalny łączny czas gry jednego zespołu w turnieju to 60 min
WYMIARY BRAMEK	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	D1 : 5 x 2m D2 : 5 x 2m	5 x 2m	3 x 1,55m	Preferowana : 3x 1,55m (2 bramki) dopuszczalna 3 x 1m (4 bramki)
POLE KARNE	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	18 x 9m	15 x 9m	11x7m	brak
RZUT KARNY	11m	11m	9m	9m	7m	Z połowy boiska do pustej bramki
ROZPOCZĘCIE I WZNOWIENIE GRY	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Nie można zdobyć bramki bezpośrednio	Nie można zdobyć bramki bezpośrednio	Nie można zdobyć bramki bezpośrednio
RZUT WOLNY	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Bramkę można zdobyć z połowy przeciwnika. Odległość muru 5 m	Bramkę można zdobyć z połowy przeciwnika. Odległość muru 5 m	Bramkę można zdobyć z połowy przeciwnika. Odległość muru 5 m
RZUT RÓŻNY	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Dowolnie z możliwością podania lub wprowadzenie piłki/ przeciwnik 3m	Dowolnie z możliwością podania lub wprowadzenie piłki/ przeciwnik 3m
WRZUT	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Wprowadzenie nogą - nie można zdobyć bramki bezpośrednio /przeciwnik 3m	Wprowadzenie nogą - nie można zdobyć bramki bezpośrednio /przeciwnik 3m
RZUT OD BRAMKI	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Dowolnie z możliwością podania lub wprowadzenie piłki	Dowolnie z możliwością podania lub wprowadzenie piłki	Dowolnie z możliwością podania lub wprowadzenie piłki
SPALONY	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Nie obowiązuje	Nie obowiązuje	Nie obowiązuje
KARY INDYWIDUALNE	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	2 min., 2 min., wykluczenie	2 min., 2 min., wykluczenie	2 min., 2 min., wykluczenie zespół zawsze w komplecie	Brak kar, forma edukacji	Brak kar, forma edukacji

