

**UNIFIKACJA SZKOLENIA DZPN – od sezonu 2023/2024**

	JUNIOR / JUNIOR MŁODSZY A i B	TRAMPKARZ U15 i U14 C1 i C2	MŁODZIK U13 i U12 D1 i D2	ORLIK U11 i U10 E1 i E2	ŻAK U9 i U8 F1 i F2	SKRZAT U7 i U6 G1 i G2
<b>Wymiary boiska długość/ szerokość</b>	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
<b>LICZBA I ZMIANY ZAWODNIKÓW</b>	11x11/ zgodnie z przepisami gry w piłkę nożną PZPN 7 zmian	11x11/ zgodnie z przepisami gry w piłkę nożną PZPN 7 zmian – ligi wojewódzkie zmiany powrotne – ligi okręgowe	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
<b>CZAS GRY</b>	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
<b>WYMIARY BRAMEK</b>	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)
<b>POLE KARNE</b>	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	18 x 9m	15 x 9m	11x7m	brak
<b>RZUT KARNY</b>	11m	11m	9m	9m	7m	Z połowy boiska do pustej bramki
<b>ROZPOCZĘCIE I WZNOWIENIE GRY</b>	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
<b>RZUT WOLNY</b>	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
<b>RZUT RÓŻNY</b>	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
<b>WRZUT</b>	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
<b>RZUT OD BRAMKI</b>	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
<b>SPALONY</b>	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Nie obowiązują	Nie obowiązują	Nie obowiązują
<b>KARY INDYWIDUALNE</b>	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
<b>FORMUŁA ROZGRYWEK</b>	Liga	Liga	Liga	Tylko turnieje lub mecze towarzyskie	Tylko turnieje lub mecze towarzyskie	Tylko turnieje lub mecze towarzyskie
<b>OBUWIE</b>	Przepisy gry w piłkę nożną PZPN	Miękkie – tzw. lanki	Miękkie – tzw. lanki	Miękkie – tzw. lanki	Miękkie – tzw. lanki	Miękkie – tzw. lanki
<b>OCHRANIACZE</b>	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Nieobowiązkowe
<b>BADANIA</b>	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe	Obowiązkowe
<b>LINIE</b>	Przepisy PZPN	Przepisy PZPN	Dopuszczalne stożki	Dopuszczalne stożki	Dopuszczalne stożki	Dopuszczalne stożki
<b>DOPUSZCZALNY WIEK ZAWODNICZEK</b>	Rok starsze od uprawnionych zawodników	Dwa lata starsze od uprawnionych zawodników	Dwa lata starsze od uprawnionych zawodników	Dwa lata starsze od uprawnionych zawodników	Dwa lata starsze od uprawnionych zawodników	Dwa lata starsze od uprawnionych zawodników