



ATTIVITÀ OBBLIGATORIA

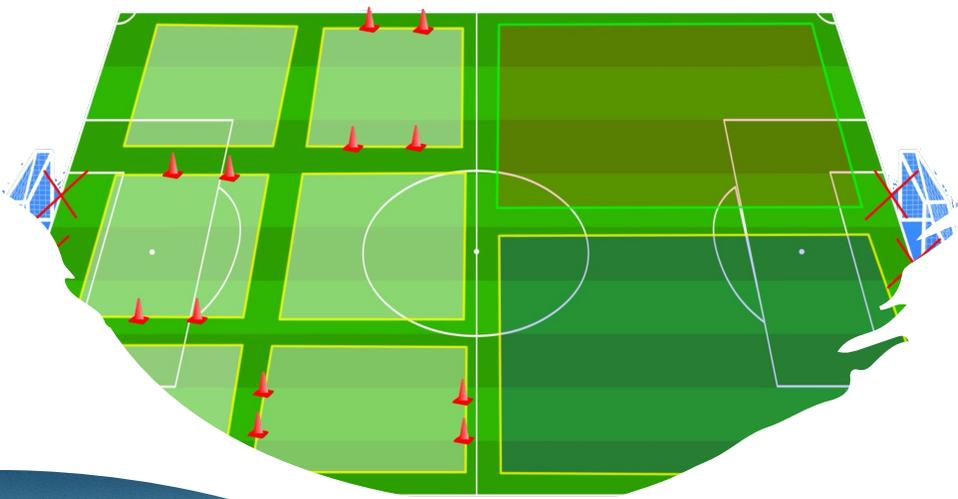
per Club di 2° - 3° - 4° Livello

Attività Motoria ad Indirizzo Calcistico

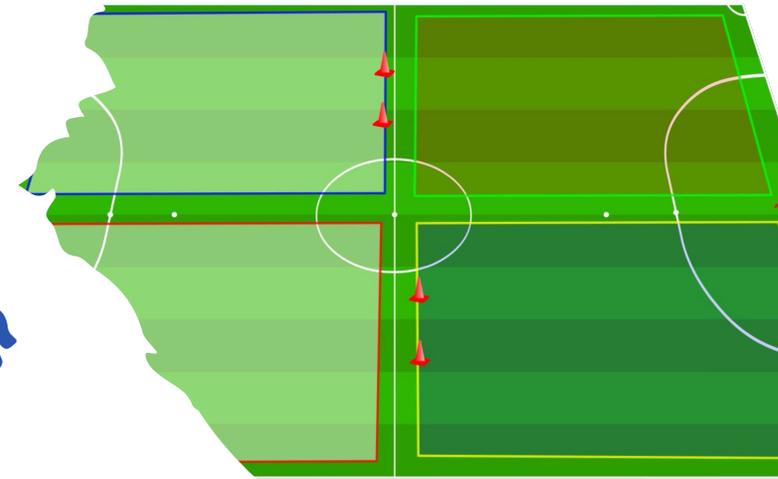
Progetto PICCOLI AMICI

2017-2018-2019*

*(5 anni compiuti)



RAGGRUPPAMENTO
3/4 squadre



Come si sviluppa?

MODALITÀ DI GIOCO

ALTERNATE

3 TEMPI DA
10' minuti

3 PARTITE +
(2:2 – 3:3)

3 ESERCITAZIONI
(GIOCHI di ABILITÀ TECNICA)

3 TEMPI DA
10' minuti



PREPARAZIONE DEL CAMPO



Spazi di gioco
12x12 – 15x20 – 18x25

The logo for FIGGC (Federazione Italiana Giuoco Calcio) features a stylized Italian flag (green, white, and red squares) above the acronym "FIGGC" in large, bold, blue capital letters.

ITALIA

Proposta A

N	AMBITI	CONTENITORE	NOME	TEMPO
1	FINALIZZAZIONE	Duello	LE STATUE	10'
2	GARA	2vs2 - 3vs3		10'
3	MOTORIO	Esplorazione del Movimento	IL GUADO	10'
4	GARA	2vs2 - 3vs3		10'
5	CONOSCENZA DEL GIOCO	Calcio di Strada	TUTTI CONTRO TUTTI	10'
6	GARA	2vs2 - 3vs3		10'

Proposta B

N	AMBITI	CONTENITORE	NOME	TEMPO
1	FINALIZZAZIONE	Duello	LE STATUE	10'
2	GARA	2vs2 - 3vs3		10'
3	TECNICO	Giochi di Tecnica	LO ZOO	10'
4	GARA	2vs2 - 3vs3		10'
5	DOMINIO DEL GIOCO	Giochi di Collaborazione	LA GABBIA DEI LEONI	10'
6	GARA	2vs2 - 3vs3		10'



Proposte da alternare ad ogni giornata



3 ESERCITAZIONI + 3 GARE ALTERNATE

	AMBITI	CONTENITORI Piccoli Amici/Primi Calci da U6 a U9
1	FINALIZZAZIONE	Duello
2	MOTORIO	Esplorazione del Movimento
3	DOMINIO DEL GIOCO	Giochi di Collaborazione
4	TECNICO	Giochi di Tecnica
5	CONOSCENZA DEL GIOCO	Calcio di strada
6	GARA	Partita (da 2vs2 a 5vs5)



I 3 modelli d'allenamento

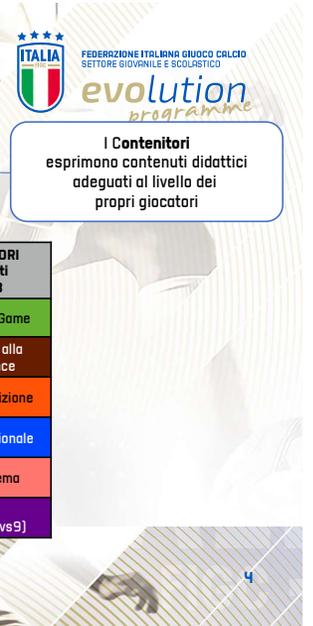
Attività di Base, dai 6 ai 12 anni!

Individualizzare l'intervento didattico

Gli **Ambiti** del gioco si adattano alle categorie a cui sono rivolti attraverso i **Contenitori**

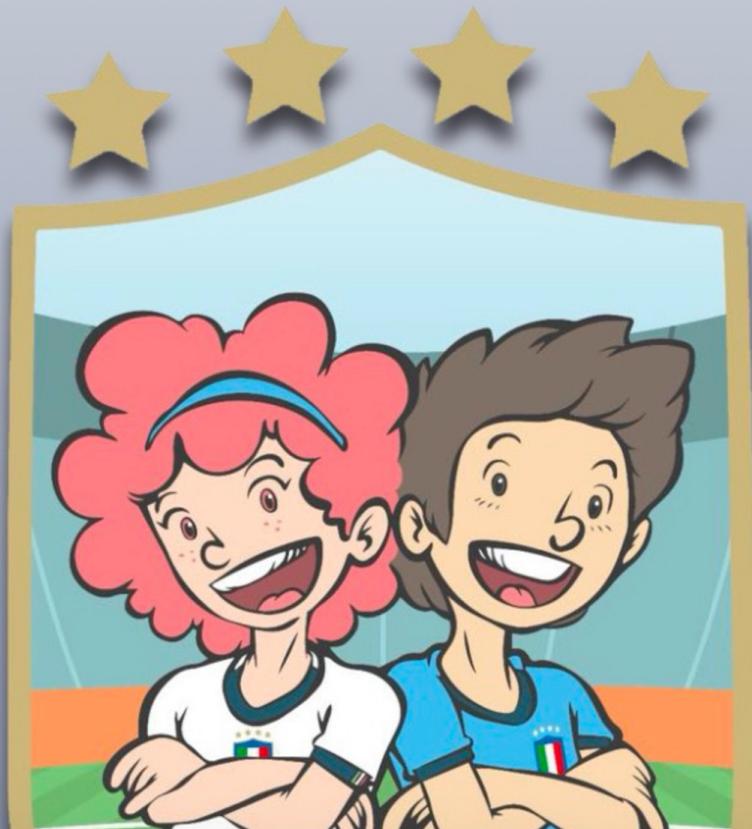
I **Contenitori** esprimono contenuti didattici adeguati al livello dei propri giocatori

	AMBITI	CONTENITORI Piccoli Amici/Primi Calci da U6 a U9	CONTENITORI Pulcini U10/U11	CONTENITORI Esordienti U12/U13
1	FINALIZZAZIONE	Duello	Situazioni di gioco	Small Sided Game
2	MOTORIO	Esplorazione del Movimento	Orientamento del Movimento	Avviamento alla Performance
3	DOMINIO DEL GIOCO	Giochi di Collaborazione	Giochi di Possesso	Giochi di Posizione
4	TECNICO	Giochi di Tecnica	Tecnica in Movimento	Tecnica Funzionale
5	CONOSCENZA DEL GIOCO	Calcio di strada	Sostegno	Partite a Tema
6	GARA	Partita (da 2vs2 a 5vs5)	Partita (massimo 7vs7)	Partita (massimo 9vs9)



PROGRAMMA DI SVILUPPO TERRITORIALE

Categorie “Piccoli Amici” e “Primi Calcio”



CALCIO DI STRADA

TUTTI CONTRO TUTTI

15 minuti 25x20 metri 10 giocatori

Descrizione

10 giocatori si dividono in 3 gruppi: 2 composti da 3 giocatori, 1 composto da 4 giocatori. Ad ogni gruppo vengono dati 2 delimitatori ed un pallone con l'indicazione di realizzare autonomamente una porta (delle dimensioni desiderate) all'interno del settore di gioco definito.

Regole

- Il gioco consiste in un "tutti contro tutti" tra i componenti di ognuno dei 3 gruppi (ogni gruppo svolge l'attività per conto proprio). I giocatori di movimento devono cercare di fare gol al portiere evitando l'intervento dei propri avversari. Ogni azione di gioco parte dal portiere attraverso un lancio casuale all'interno del campo delimitato. Chi realizza una rete, totalizza un punto un va in porta, dando il via ad una nuova azione di gioco. Il gol si considera valido da entrambi i lati della porta, non c'è fronte o retro.
- Quando la palla esce dal campo (il settore di gioco dedicato a questa stazione), questa viene data al portiere che ha il compito di rilanciarla nuovamente in gioco.



Possibile ambientazione

"Al compleanno di Luca siamo in 7, a casa sua c'è un giardino, abbiamo 4 zaini con cui delimitare le porte". Siamo a ricreazione, in 3, nel giardino della scuola, abbiamo un pallone di spugna e due sacche per le scarpe che usiamo per andare in palestra".

Variante per i Piccoli Amici

- Porte e gruppi di gioco vengono definiti dall'allenatore e non lasciati all'auto-organizzazione. Le porte hanno dimensioni di almeno 2m e i gruppi sono di livello omogeneo.
- Gruppi di gioco con un massimo di 3 componenti, se costretti a fare con 4, usare 2 portieri e porte di 3 metri.

Comportamenti privilegiati

- Manifestare iniziativa cercando di sviluppare con coraggio un'azione personale finalizzata alla ricerca del gol.
- Giocare con continuità cercando di andare a contendersi il possesso della palla anche lontano dalla porta.
- Impegnarsi anche nella fase difensiva della situazione di gioco ricercando la conquista della palla ed il contrasto all'avversario che ne è in possesso.



Presupposti rappresentati



SCOPRIRE IL MOVIMENTO

IL GUADO

15 minuti 15x15 metri 10 giocatori

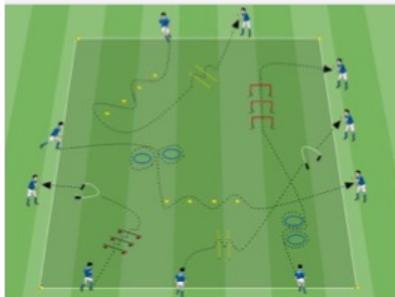
Descrizione

10 giocatori si posizionano all'esterno del quadrato di gioco. All'interno dello spazio vengono delimitate delle stazioni con ostacoli e attrezzi di tipo diverso: coni, cerchi, ostacoli tipo over, corde per salto, delimitatori, scalette, paletti.

Regole

Il gioco si svolge in 3 momenti distinti:

- Libera sperimentazione: i 10 giocatori si muovono all'interno del campo interagendo liberamente (usando quindi la propria fantasia) con le varie stazioni di gioco delimitate. Esempi di alcune delle azioni che è possibile intraprendere: saltare la corda, valicare gli over, eseguire dei balzi all'interno dei cerchi, strisciare sotto agli ostacoli. Durata prevista, 5 minuti circa.
- Forma organizzata: i 10 bambini si posizionano inizialmente all'esterno del campo, 5 di essi entrano contemporaneamente all'interno del quadrato con l'obiettivo di interagire con 2 stazioni definite dall'allenatore (rispettando anche le modalità di interazione fornite dal tecnico) e uscire dal campo andando a far partire il turno di gioco di un compagno rimasto in attesa (l'attesa può avvenire in una posizione predefinita: equilibrio, quadrupedia; gambe divaricate, ecc). Durata prevista, 5 minuti circa.
- Sfida: i giocatori vengono divisi in 2 squadre e si posizionano all'esterno del campo di gioco. Al segnale di partenza il primo dei giocatori di ogni squadra entra in campo, interagisce (con le modalità indicate dal tecnico) con due sole stazioni ed esce dal terreno di gioco andando a cercare un compagno, dopo averlo toccato, questo entra in campo e svolge a sua volta l'attività prevista. Vince la squadra che per prima riesce a far concludere il percorso a tutti e 5 i suoi giocatori. Durata prevista, 5 minuti circa.



Possibile ambientazione

Il campo di gioco rappresenta un lago da superare mentre le varie stazioni sono il guado che permette di arrivare sulla sponda opposta.

Variante per i Piccoli Amici

- Nella forma organizzata i giocatori svogliono un numero di stazioni a loro piacere prima di effettuare il cambio di ruolo e i 5 che attendono il loro turno lo fanno anche all'interno del campo.
- Nella sfida si gioca con squadre composte da coppie.

Comportamenti privilegiati

- Manifestare fantasia esecutiva nell'interazione con le varie stazioni di gioco, inventare nuovi modi di relazionarsi con i vari ostacoli predisposti in campo.
- Svolgere con continuità le varie azioni previste senza cali di intensità nello svolgimento dell'attività.
- Riuscire ad abbinare in modo fluido le varie gestualità motorie dimostrando efficacia esecutiva.



Presupposti rappresentati

- Momento libera sperimentazione
- Spazi di gioco "modulari"
- Cestire valore della competizione
- Spiegazioni brevi ed efficaci
- Da esercizio a gioco
- Valorizzare aspetti etici e morali
- Proporre attività da provare a casa
- Valorizzare il miglioramento individuale
- Evitare paragoni tra giocatori
- Sviluppo aspetti motori/coordinativi



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

PROGRAMMA DI SVILUPPO TERRITORIALE

Categorie "Piccoli Amici" e "Primi Calci"



MANUALE ILLUSTRATIVO
PROGRAMMA FORMATIVO DEI CENTRI FEDERALI TERRITORIALI
PER L'ATTIVITÀ DI BASE

A cura dello Staff Tecnico del Settore Giovanile e Scolastico



I PRESUPPOSTI



Dove possono trovare le esercitazioni ?



- <https://www.youcoach.it/figc/esercitazioni>



ALCI DA

U9

COLI AMICI /
PRIMI CALCI DA
U6 A U9

Tutti contro tutti

Calcio di strada

Durata 15 min

I treni

Giochi di Tecnica



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution
programme

in collaborazione con



BUON DIVERTIMENTO

