



Federazione Italiana Giuoco Calcio
Lega Nazionale Dilettanti
DELEGAZIONE PROVINCIALE DI COMO
22100 COMO Via Sinigaglia, 5
Tel 031/574781 - Fax 031/574781
E-Mail: sgs@figc.co.it



Stagione Sportiva 2014-2015

PROVE TECNICHE CATEGORIA "PULCINI A 5"

1) PROGETTO TECNICO "CALCINO"

Perché il CALCINO?

confronto formativo che stimola l'apprendimento e lo sviluppo della capacità tecniche e di tattica individuale

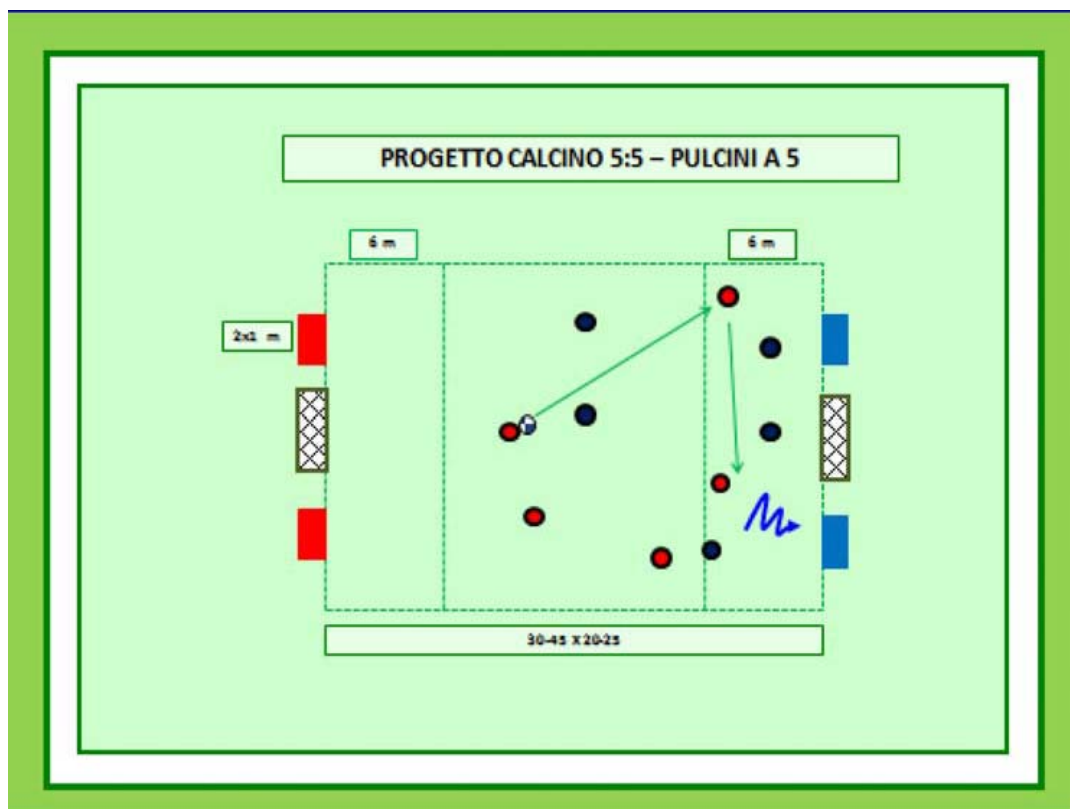
DESCRIZIONE CONFRONTO:

Due formazioni si confrontano in campo con l'obiettivo tecnico di realizzare una rete in una delle porticine indicate, avendo la possibilità di calciare soltanto da dentro l'area <di porta> dei 6 metri.

Di seguito indicazione del campo di gioco

e link per video con dimostrazione di una gara minicalcio 5:5

<http://www.youtube.com/watch?v=66J2szPwY9Y&feature=youtu.be>



REGOLAMENTO:

Dimensioni campo di gioco: 30-45 X 20-25m, area di porta 6 m, dimensioni porte 2x1 m;

Si realizza una rete quando il pallone, calciato dall'interno dell'area di porta attraversa la linea di una delle due porticine;

Ogni formazione è composta da minimo 6 giocatori: di cui 5 giocatori che giocano in tutto il campo; 1 giocatore come <cambio>

Ad ogni rete realizzata e per entrambe le formazioni, è obbligatorio effettuare un cambio

Il cambio deve avvenire a rotazione tra tutti e 5 i giocatori in campo

Calci d'angolo: non previsti

Rimesse dal fondo e laterali giocate dal punto in cui è uscito il pallone

La somma delle reti realizzate determina la squadra vincente del confronto

Nota informativa:

L'idea del minicalcio nasce in Spagna, gran parte delle indicazioni è tratta dal testo di Horst Wein < Fútbol a la medida del niño > e da studi realizzati dal CEDIF (Centro de Estudios, Desarrollo e Investigacion del Fútbol)

STUDIO COMPARATIVO TRA LE COMPETIZIONI

Punto 1:

CALCINO

Si sviluppa la capacità di visione di gioco, attaccando sempre la porta meno difesa e sfruttando tutta l'ampiezza del campo.

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

Si gioca prevalentemente nella parte centrale del campo perché i giocatori non sono convinti del bisogno della ricerca dell'ampiezza

Punto 2:

CALCINO

I bambini si dispongono in formazione triangolare, sia in difesa che in attacco, ciò facilita il gioco d'appoggio

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

Il gioco si sviluppa generalmente secondo le istruzioni dell'istruttore, i bambini obbediscono solamente.

Punto 3:

CALCINO

Non si gioca in posizioni fisse, ogni bambino partecipa sia in attacco che difesa

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

Si osserva generalmente una divisione tra difensori e attaccanti

Punto 4:

CALCINO

Grazie ad una maggiore <disponibilità> di spazio e tempo i bambini cercano frequentemente il passaggio alla ricerca dello spazio per la penetrazione

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

A causa del numero elevato di giocatori e della presenza di una sola porta, le giocate sono spesso finalizzate alla sola profondità ed effettuate spesso di fretta.

Punto 5:

CALCINO

Anche il gioco dei <meno bravi> è determinante per ottenere un buon risultato

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

Più giocatori ci sono in campo meno possibilità hanno i <meno bravi> di partecipare al risultato

Punto 6:

CALCINO

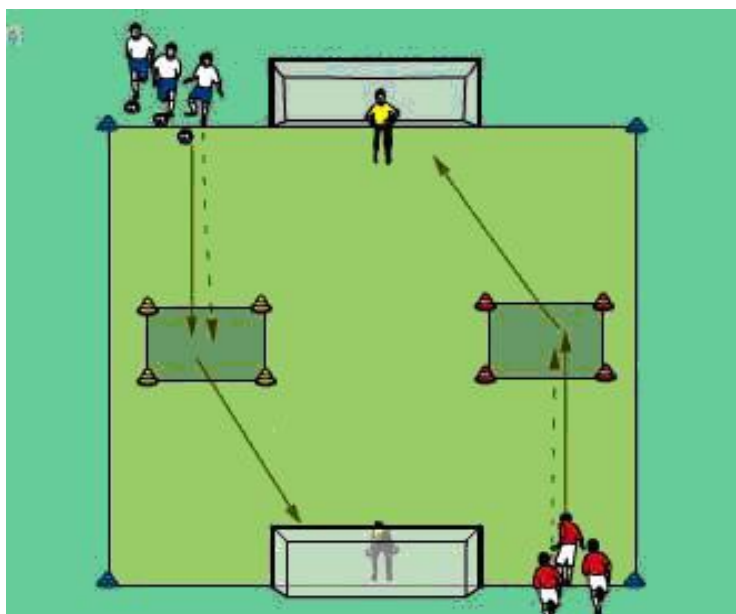
Il gioco si sviluppa in forma simile a quella degli adulti (passaggi, mantenimento del possesso, dribbling, etc)

5:5, 6:6, 7:7 TRADIZIONALE

Il gioco dei bambini si sviluppa in maniera totalmente diversa da quello degli adulti (fretta, ricerca profondità, azioni individuali, etc)

2) AUTO LANCIO E TIRO

Al via dell'istruttore i giocatori delle due squadre eseguono un auto passaggio dentro il quadrato posto frontalmente per poi correre a calciare in porta prima che la palla ne esca fuori.



3) RUBA LA CODA

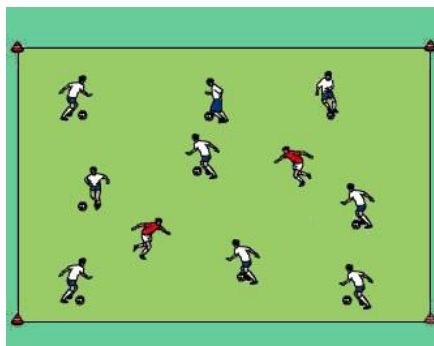
I bambini si dividono in volpi, questi dovranno tenere la casacca nella parte posteriore dei pantaloni come una coda, e cacciatori, massimo 2 o 3.

Si prepara uno spazio, quadrato o circolare, da cui non si potrà uscire. In un dato tempo prestabilito i cacciatori devono portare via la coda alle volpi.

Al termine si cambiano i cacciatori, vincono i cacciatori che recuperano più code.

Il gioco può essere proposto senza la palla, con questa in mano, palleggiando oppure con il pallone tra i piedi.

Una variante prevede la preparazione di quattro spazi in cui le volpi possono salvarsi al comando dell'istruttore.



4) LE NAVI CHE AFFONDANO

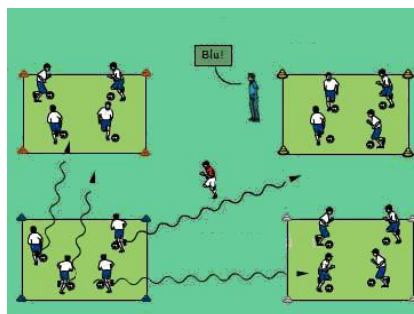
si prepara un campo con cinque quadrati di colore diverso (le navi). I bambini (i passeggeri) vanno ad occupare le navi, mentre un bambino (squalo) staziona nello spazio libero (il mare).

L'istruttore ad intervalli regolari chiama un colore della nave che affonda e quindi i passeggeri dovranno scappare su di un'altra nave senza farsi toccare dallo squalo.

Chi viene toccato per primo, prende il posto dello squalo.

Il gioco può essere proposto senza la palla, con questa in mano, palleggiando oppure con il pallone tra i piedi.

Anche lo squalo può avere o meno il pallone (che può essere lanciato contro i passeggeri oppure tenuto tra le mani ma usato per toccarli).



5) STAFFETTA A QUADRATO (PREFERIBILMENTE FATTO A 4 SQUADRE)

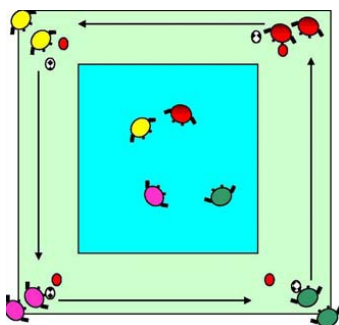
4 squadre si posizionano ai vertici di un quadrato, ognuna con un pallone.

Al via ogni capofila fa un giro del quadrato in guida della palla, e porta il suo pallone al secondo della fila della sua squadra e poi va a sedersi al centro del quadrato.

Vince la squadra che per prima è tutta seduta al centro del quadrato.

POSSIBILE VARIAZIONE: la palla va portata con palleggio tipo basket, fatta rotolare, ecc.

POSSIBILE VARIAZIONE: nel percorso quadrato inserire delle difficoltà (materasso per capriola, ostacoli da saltare o passare sotto, funicelle da saltare 3 volte prima di poter ripartire, ecc.)



6) IL PERCORSO OROLOGIO

Due squadre di bambini A e B, la prima esegue un percorso orologio ossia un percorso che va svolto nel minor tempo possibile al fine di togliere tempo all'altra squadra che contemporaneamente esegue un'altra situazione (es. tiri in porta con un pallone a disposizione, si tira e si recupera dentro la porta per poi riportarlo al secondo della fila in guida o su passaggio).

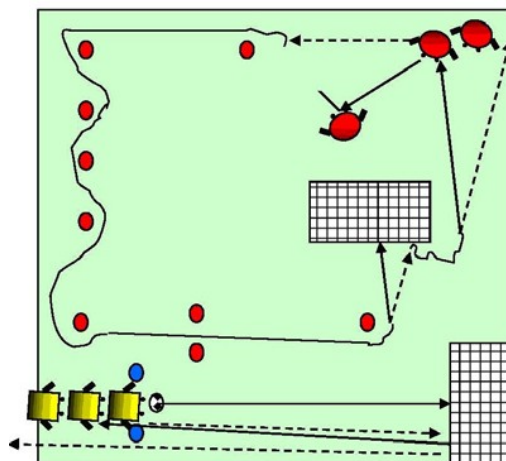
Alla fine dell'orologio si conta il numero dei gol della squadra B e si invertono i ruoli. Vince la squadra che ha realizzato più gol.

POSSIBILE VARIAZIONE: innumerevoli le varianti sul percorso

POSSIBILE VARIAZIONE: il giocatore successivo della fila dell'orologio parte ad un determinato punto del percorso a cui è arrivato il precedente. Si riducono notevolmente i tempi di attesa e aumenta l'attenzione

POSSIBILE VARIAZIONE: nella porta verso cui B devono fare gol si posiziona un giocatore della A come portiere

POSSIBILE VARIAZIONE: palloni a disposizione dei B, si può partire dopo il tiro del giocatore che mi precede



7) "LA BOMBA"

Il gioco si svolge con 5 ragazzi disposti all'interno di un quadrato di 15 metri per lato. Ciascun ragazzo, in possesso di un pallone, esegue dei palleggi con 1 rimbalzo.

Al segnale dell'istruttore (alza un cinesino) ciascun ragazzo deve eseguire un palleggio con palla oltre l'altezza della testa, lasciare immediatamente il pallone, dirigersi verso un altro pallone, lasciato libero da un avversario che lo ha posizionato a suo piacimento nel quadrato di gioco, recuperare la palla con le mani e tornare a palleggiare con il proprio pallone.

Se durante lo spostamento il pallone smette di rimbalzare la bomba scoppia e il ragazzo è eliminato e deve lasciare il campo.

Viene assegnato 1 punto per ogni pallone recuperato e tenuto in mano proseguendo il palleggio a rimbalzo.

Si esegue un turno per ciascuna squadra da 3 minuti

8) "4 > 4 Palla al capitano"

Per segnare 1 punto occorre far arrivare la palla al capitano il quale deve riuscire a controllare e fermare la palla nella propria zona di meta che è larga 3 m.

Ad ogni segnatura deve cambiare il capitano.

In ogni caso il capitano cambia dopo 2' di gioco. Non è possibile passare al proprio capitano direttamente dopo un punto avversario o da una rimessa laterale (con i piedi).

E' obbligatorio concedere il primo passaggio libero dopo la segnatura di un punto. Modalità auto-arbitraggio.

9) "Percorso in conduzione"

Realizzare n. 2 percorsi paralleli. Viene assegnato 1 punto ogni volta che un bambino completa il percorso al termine si verifica chi ha vinto tra le due squadre si eseguono due turni da 2' ciascuno.

Il percorso sarà così strutturato:

Passare sotto e sopra 4 ostacolini guidando la palla;

Eseguire una capriola e riprendere la palla

Eseguire una slalom tra 3 coni

Eseguire su un cerchio una conduzione di esterno

Eseguire sull'altro cerchio una conduzione di interno

Calciare la palla all'interno di una porticina e andarla a riprendere

Riporto la palla in conduzione al 2° compagno

Il percorso è indicativo e potrà essere modificato a patto che tutti i percorsi siano identici.

10) Paga il Pedaggio e Gioca

Due squadre a confronto. Entrambe eseguono lo stesso percorso in partenza, ma mentre una rientra con il pallone e riparte, l'altra conclude a rete.

Quando tutti i bambini del primo gruppo avranno terminato si conteranno le reti del secondo gruppo, poi si invertono le squadre e vince quella che ha totalizzato più reti.

VARIZIONE: la tipologia di slalom, le attrezzature

