




**FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO**  
**SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO**

## INCONTRO DI FORMAZIONE RESPONSABILI TECNICI SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO - FVG

21-28 OTTOBRE 2020



**FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO**  
**SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO**  
**FRIULI VENEZIA GIULIA**


**VADEMECUM  
PER ALLENATORE  
E DIRIGENTE**

**CATEGORIE DI BASE**  
**PICCOLI AMICI**  
**PRIMI CALCI**  
**PULCINI**  
**ESORDIENTI**

**2020-2021**

A cura  
 del Settore Giovanile  
 e Scolastico  
 del Friuli Venezia Giulia

**FIGC SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO**  
**COORDINAMENTO FEDERALE DEL FRIULI VENEZIA GIULIA**

Via Scavoni 4/24 - 33037 Pordenone (PN) - Tel. 0432 104214 / Fax 0432 910162  
 e-mail: [federafigc@figc.it](mailto:federafigc@figc.it)  
 sito: [www.figc.it/giovanile/scolastico](http://www.figc.it/giovanile/scolastico) del sito [www.figc.it](http://www.figc.it) sezione ggiu

Coordinatore Federale Regionale: Giovanni Morsini  
 e-mail: [g.morsini@figc.it](mailto:g.morsini@figc.it)

**REFERENTI REGIONALI**  
 Antonio Barbelli (Responsabile Settore Regionale FIGC /  
 Carlo Giorgioli (Coordinatore Regionale FIGC per i Primi e Primi Calcio FIGC)  
 e-mail: [carlo.giorgioli@figc.it](mailto:carlo.giorgioli@figc.it)  
 Maurizio Zaffar (Tutor della Scuola di Calcio della FIGC e Formatore del Tutor FIGC FIGC)  
 Barbara Lusa (Coordinatore Regionale FIGC Esordienti Femminile)  
 Antonio Salsolun (Coordinatore Regionale FIGC FIGC)  
 Andrea Colonna (Coordinatore Regionale FIGC Attività Scolastiche)  
 Luca Morsini (Responsabile Formazione dello Sport)

**DELEGATI PROVINCIALI E DISTRETTUALI FIGC**  
 Mario Adriano (Trento), Simone Ripoli (Eco Mente Cortina), Andrea Lotti (Belluno),  
 Giuseppe Isardi (Tolmezzo), Guido Garavito (Pordenone)

**CENTRI FEDERALI TERRITORIALI**  
**AREE DI SVILUPPO TERRITORIALE**  
**DIVISIONE DI SECCOIA 90 / CASIERA DELLA FELZINA, PN**  
 Alberto Bartolotto (Responsabile Settore FIGC FIGC e FIGC di Casierera della Dolina, PN)  
 Giuseppe Bartolotto (Responsabile Organizzazione FIGC Casierera della Dolina, PN)  
 Marco Biondi (Responsabile Settore FIGC e FIGC di San Giorgio di Nogaro, UdS)  
 Paolo Nicoletti (Responsabile Organizzazione FIGC San Giorgio di Nogaro, UdS)

**AREE DI SVILUPPO TERRITORIALE**  
**DIVISIONE DI SECCOIA 90 / CASIERA DELLA FELZINA, PN**  
 Simona Perazzolo (FIGC - Responsabile Organizzazione Regionale)

e-mail: [figc.fvg@figc.it](mailto:figc.fvg@figc.it)  
[www.figc.it/giovanile/scolastico](http://www.figc.it/giovanile/scolastico)  
[figc.fvg@figc.it](mailto:figc.fvg@figc.it)

**TUTOR AREE (GRUPPO ALLE SOCIETA')**  
 Cristiano Baruffi, Tommaso Baruffi, Andrea Morsini,  
 Stefano Spagnoli, Andrea Lotti, Massimiliano Pellerin,  
 Filippo D'Amico, Pietro Di Felice, Tiziana Ruffini, Daniele  
 Caracciolo, Mirco Adriano, Enzo Serrato, Giovanni Riccio,  
 Marco Biondi, Luca Piccinini, Niccolò Tassinari,  
 Antonio Tassinari, Daniele Pagan, Paolo Garavito,  
 Barbara Lusa

L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## PICCOLI AMICI E PRIMI CALCI

Categoria	Anno di Nascita	Confronto / Partita	Tempi di Gioco
<b>Piccoli Amici</b>	2014 – 2015 - 2016 (per i nati nel 2015 e 2016, esclusivamente al compimento anagrafico dei 5 anni)	Giochi di abilità tecnica o di vario genere + partite 2:2, 3:3,	3 x 10' + 3 x 10' alternati da attività di gioco
<b>Primi Calci</b>	2012 - 2013 (possono partecipare anche i giovani nati nel 2014 che hanno compiuto i 6 anni di età)	Giochi di abilità tecnica o di vario genere + partite 4:4, 5:5	3 x 10' + 3 x 10' alternati da attività di gioco

Un giovane calciatore nato nel 2015 **NON** potrà in nessuna occasione giocare nei Primi Calci, anche se avrà compiuto 6 anni di età;

L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO

## PULCINI



Categoria	Anno di Nascita	Confronto / Partita	Tempi di Gioco
<b>Pulcini 1° anno</b>	2011 (possono partecipare anche al max n.3 giovani nati nel 2012 che hanno compiuto 8 anni di età)*	7:7 + Grassroots Challenge (anche più partite contemporaneamente = multipartite)	3-4 x 15'
<b>Pulcini Misti</b>	2010 e/o 2011 (possono partecipare anche i giovani nati nel 2012 che hanno compiuto 8 anni di età)	7:7 + Grassroots Challenge (anche più partite contemporaneamente = multipartite)	3-4 x 15'
<b>Pulcini 2° anno</b>	2010 (possono partecipare anche al max n.3 giovani nati nel 2011)	7:7 + Grassroots Challenge (anche più partite contemporaneamente = multipartite)	3-4 x 15'

Un giovane calciatore nato nel 2012 **NON** potrà in nessuna occasione giocare nei Pulcini, anche se avrà compiuto 8 anni di età;






L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 2. ORGANIZZAZIONE

- 
**ADATTABILITÀ E FLESSIBILITÀ**  
 Modellare le proposte sulle necessità del territorio  
 Rispondere e reagire in modo pronto e attento
- 
**AUTONOMIA E RESPONSABILITÀ**  
 Prendere le giuste decisioni  
 Essere affidabili
- 
**COLLABORAZIONE**  
 Raggiungere efficienza ed efficacia massima in tutte le aree  
 Costruire una squadra






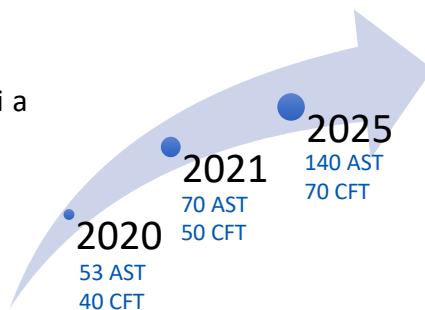
L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 3. PROGRAMMA

- 
**6/8 Società coinvolte** (Scuole Calcio Elite ed una Femminile)
- 
**Progressivo coinvolgimento** di tutte le realtà territoriali a diversi livelli e con diversi interventi  
*“Una struttura capillare che risponda alle esigenze del territorio”*
- 
**140** Aree di Sviluppo Territoriale (variabile a seconda delle esigenze del territorio)  
**70** Centri Federali Territoriali (variabile a seconda delle esigenze del programma)



L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 4. COINVOLGIMENTO DEL TERRITORIO



*... dimmi e io dimentico, mostrami e io ricordo, coinvolgimi ed io imparo...*

Lavoro integrato con l'AdB a supporto delle Società

Incontri formativi a servizio del territorio

CFT (Formazione Interna) – AST (Formazione per il Territorio)

Sabato mattina (Incontro, Scambio, Confronto)

L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 5. IL CALENDARIO

*...L'esperienza dimostra che, se si prevede da lontano il disegno che si desidera intraprendere, si può agire con rapidità una volta venuto il momento di eseguirlo."*



AST 3 interventi settimanali. Il calendario è costruito in collaborazione con le Società.

Il calendario deve tenere conto della Formazione Interna che avviene il Lunedì nei CFT

### Inizio attività

AST indicativamente fine settembre  
CFT indicativamente fine Novembre

L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 6. ATLETI COINVOLTI



**AST** -> Coinvolgimento esteso a tutti i tesserati delle società coinvolte (fino alle categorie) **U14 M**, **U15 F**

**CFT** -> Selezione Territoriale **U15F**,  
Selezione Territoriale **U14M**,  
Selezione Territoriale **U13M**



L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 7. FAMIGLIE



- **Costruire un legame** con una componente essenziale dell'educazione dei calciatori e delle calciatrici
- Formazione su **tematiche specifiche**
- **Interventi dedicati** nell'ambito delle attività AST

*Le famiglie devono essere nostre alleate*

L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

CORSO DI FORMAZIONE PROPEDEUTICA DI 1° LIVELLO



## 8. RUOLI E COMPETENZE

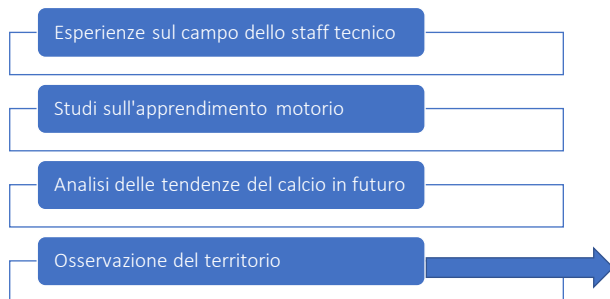
**Rispetto delle competenze**

**Chiara identificazione dei ruoli e della struttura**



*Il rispetto è una cosa reciproca se vuoi rispetto, prima impari a rispettare*

## I CONTENUTI DELLA METODOLOGIA



## I DATI DEL TERRITORIO

- Stile di conduzione **prevalentemente direttivo**;
- **30%** degli allenamenti non presenta un **clima idoneo all'apprendimento**;
- Vi è una **prevalenza di tecnica analitica**;
- **Tempo di impegno motorio** negli allenamenti 40% Senza la partita 34%;



14 PUNTI DI RIFERIMENTO DELLA METODOLOGIA



**PROMUOVERE LINEE GUIDA UNIFORMI SUL TERRITORIO**

10 Presupposti: linee guida tecniche/organizzative uniformi da applicare sul territorio;

**APPLICARE 3 MODELLI DI ALLENAMENTO INTEGRATI**

3 modelli d'allenamento: per le categorie Piccoli Amici/Primi Calci, Pulcini, Esordienti;

**PROMUOVERE ATTIVITÀ ADATTE ALL'ETÀ**

Proposte tecniche adatte all'età dei giocatori;

**GIOCARE PER PRINCIPI**

Applicare un gioco per principi e non per schemi;  
10 Elementi del gioco;



10 presupposti della Metodologia CFT per l'Attività di Base







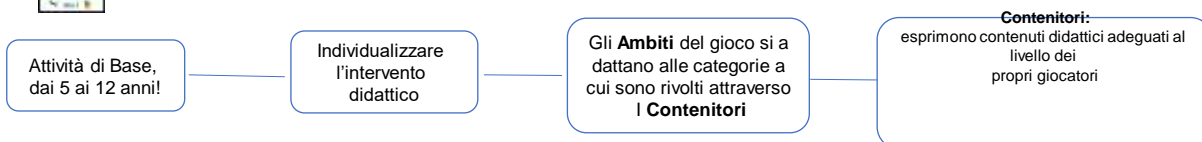

### I 3 MODELLI D'ALLENAMENTO



Caratteristiche	Categoria Piccoli Amici/Primi Calci	Categoria Pulcini	Categoria Esordienti
Numero di stazioni previste	6	6	7
Numero degli Ambiti del Gioco coinvolti	6	6	6 (Ambito Tecnico ripetuto 2 volte)
Numero di giocatori coinvolti	da 6 a 12	da 6 a 16	da 6 a 18
Durata di ogni stazione	15 minuti	15 minuti	12 minuti
Durata dell'allenamento	90 minuti	90 minuti	90 minuti



### I 3 MODELLI D'ALLENAMENTO



	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)





**LE CARATTERISTICHE COMUNI DELLE ATTIVITÀ**



1. **Promuovere la continuità del gioco;**
2. Preferire spazi e contesti semplici;
3. Presentare le proposte in forma competitiva e ludica;
4. Inserire le regole in modo progressivo;
5. **Proporre sempre delle varianti;**
6. Evitare divieti e imposizioni che snaturano il gioco
7. Non prevedere l'eliminazione dei giocatori
8. Evitare l'imposizione di un determinato numero di passaggi in attività situazionali
9. Evitare l'imposizione di un determinato numero di tocchi di palla in attività situazionali
10. Non prevedere un solo livello di successo

**PROMUOVERE LA CONTINUITÀ DEL GIOCO**

Soluzioni: presenza di transizioni positive/negative; l'azione successiva inizia quando termina quella precedente (senza intervento di avvio da parte dell'allenatore); le spiegazioni avvengono durante l'attività, senza interrompere il gioco

**PROPORRE SEMPRE DELLE VARIANTI**

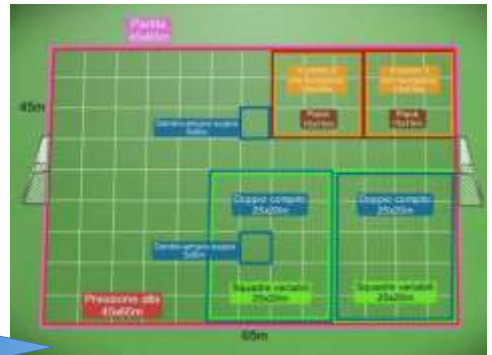
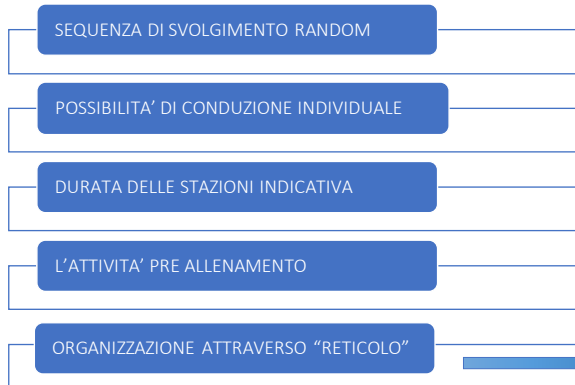
Soluzioni: cambiano: la velocità di esecuzione richiesta; la composizione delle squadre; le richieste tecniche (obbligo di utilizzo del piede meno abile); si ampliano o si diminuiscono gli spazi di gioco; l'attività viene svolta in superiorità, parità o inferiorità numerica.



**NON "ESERCIZI" MA...AMBIENTI DI APPRENDIMENTO**




## 5 CONSIGLI FONDAMENTALI PER ORGANIZZARE LA MIA SEDUTA DI ALLENAMENTO



## AMBITO TECNICO



n.5: + Gioco - esercizi

**Piccoli Amici – Primi Calci  
U6-U9**

**Contenitore  
GIOCHI DI TECNICA**

Ludico  
Alta Densità  
Avversario



Guardo dove conduco palla 

## AMBITO TECNICO



### n. 10: Variabilità nella pratica

**Pulcini  
U10-U11**

Contenitore  
**TECNICA IN  
MOVIMENTO**

Basso impegno cognitivo

Arto meno abile

Creatività esecutiva



Provare gestualità differenti



## AMBITO TECNICO



### n. 8: Orientamento al compito

**Esordienti  
U12- U13**

Contenitore  
**TECNICA FUNZIONALE**

Obiettivo da raggiungere

Alto carico cognitivo

Codici comunicativi condivisi



Dare indicazioni calcio specifiche



## AMBITO MOTORIO



### n.7: Appassionare allo sport

**Piccoli Amici – Primi Calci  
U6-U9**

**Contenitore  
ESPLORAZIONE DEL  
MOVIMENTO**

Creatività Esecutiva

3 momenti distinti

Corpo libero o piccoli attrezzi



Scoprire nuove soluzioni motorie



## AMBITO MOTORIO



### n.1: Giocatore protagonista

**Pulcini  
U10-U11**

**Contenitore  
ORIENTAMENTO DEL  
MOVIMENTO**

Calcio orientato

Varianti alle regole del calcio

Interazione Palla/Avversario



Ricerca contatto con avversario



## AMBITO MOTORIO



### n 2: Organizzazione dell'allenamento

**Esordienti  
U12-U13**

**Contenitore  
AVVIAMENTO ALLA  
PERFORMANCE**

Forza, Velocità, Agility  
Carico Naturale  
Utilizzo della Palla quando...



Riorganizzare rapidamente i compagni



## AMBITO FINALIZZAZIONE



### n°9: Includere

**Piccoli Amici – Primi Calci  
U6-U9**

**Contenitore  
DUELLO**

1 contro 1

Possesso e non possesso

Anche no finalizzazione



Conduzione nello spazio libero



AMBITO FINALIZZAZIONE

## n°10: Variabilità della pratica

<b>Pulcini U10-U11</b>
<b>Contenitore SITUAZIONI DI GIOCO</b>
Squadre o reparti
1 porta regolamentare
Punteggio



Riconoscere densità e spazi liberi

AMBITO FINALIZZAZIONE

## n°1: Giocatore Protagonista

<b>Esordienti U12-U13</b>
<b>Contenitore SMALL SIDED GAME</b>
Numeri e spazi ridotti
Temi o condizionamenti
2 porte



Riconoscere autonomamente i propri errori



## AMBITO GARA



### n. 6: Educare attraverso movimento

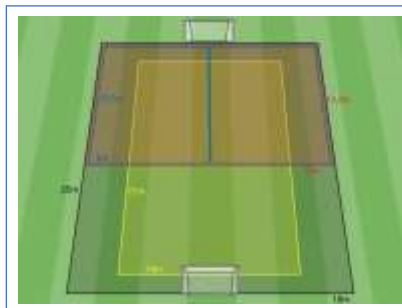
**Piccoli Amici – Primi Calci**  
U6-U9

**Contenitore**  
**PRITITA PA/PC**

CU n. 1

2c2 - 5c5

Possibilità multipartite



Riflettere sul risultato



## AMBITO GARA



### n. 7: Appassionarsi allo sport

**Pulcini**  
U10-U11

**Contenitore**  
**PARTITA PULCINI**

CU n. 1

7c7



Evidenziare comportamenti privilegiati  
compagni





## AMBITO GARA



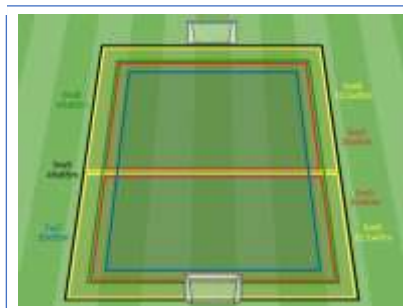
n. 1: Giocatore protagonista

**Esordienti  
U12-U13**

Contenitore  
**PARTITA ESORDIENTI**

CU n. 1

9c9



Coraggio di affrontare 1c1 

## AMBITO CONOSCENZA DEL GIOCO



n.2: Organizzazione dell'allenamento

**Piccoli Amici – Primi Calci  
U6-U9**

Contenitore  
**CALCIO DI STRADA**

Tradizione Calcistica Popolare

Autonomia

Ambientazione e Contesto



Ricerca sempre riconquista palla 

## AMBITO CONOSCENZA DEL GIOCO



### n.4: Tempo di impegno motorio

**Pulcini  
U10-U11**

**Contenitore  
SOSTEGNO**

Trasversalità  
"Caratteristiche comuni"  
diverse  
Qualità dei giocatori



Riconoscere le distanze



## AMBITO CONOSCENZA DEL GIOCO



### n.6: Educare attraverso il movimento

**Esordienti  
U12-U13**

**Contenitore  
PARTITA A TEMA**

Principi di Gioco  
Ambiente come stimolo  
Atteggiamenti e Abitudini



Incitare ad un gioco in verticale



AMBITO DOMINIO DEL GIOCO

n°1: Giocatore protagonista

**Piccoli Amici – Primi Calci U6-U9**

**Contenitore  
GIOCHI DI COLLABORAZIONE**

1 o coppie, contro singoli

Opportunità, no obbligo

Scoperta del compagno



Trasmettere palla quando c'è pressione

AMBITO DOMINIO DEL GIOCO

n°5: + Gioco - Esercizi

**Pulcini  
U10-U11**

**Contenitore  
GIOCHI DI POSSESSO**

Almeno coppie o squadre

Finalizzazione mai prevista

Letture superiorità numerica



Continuità di gioco tra i due possesi



## AMBITO DOMINIO DEL GIOCO



### N°4: Elevato tempo impegno motorio

<b>Esordienti U11-12</b>
<b>Contenitore GIOCHI DI POSIZIONE</b>
Superiorità numerica
Direzione identificabile
Obiettivi



Individuare tempo per l'inserimento

