



Scuola Calcio

COME ALLENARE, CON OPPORTUNI GIOCHI, LA STIMOLAZIONE COGNITIVA A LIVELLO TATTICO NELLA SCUOLA CALCIO

A cura di Ernesto Marchi

La stimolazione cognitiva, con i giovani calciatori della Scuola cCalcio, risulta fondamentale per il potenziamento di funzioni quali la memoria, l'attenzione, la capacità di ragionamento e di concentrazione.

Per questo motivo l'utilizzo dei giochi e/o situazioni di gioco ad indirizzo tattico-calcistico risultano di fondamentale importanza per stimolare le principali funzioni cognitive che possano favorire l'apprendimento cognitivo.

Queste funzioni potranno aiutare l'apprendimento cognitivo sia a livello generale, sia in modo specifico nel calcio, consentendo al giovane calciatore di effettuare scelte tecnico-tattiche funzionali al contesto operativo (situazionale).

Tutti i giochi, in generale, hanno la capacità di stimolare nei bambini l'apprendimento cognitivo.

Nella Scuola Calcio, in base all'età dei bambini ed agli obiettivi che si intendono perseguire, si possono strutturare "giochi e/o situazioni di gioco per la stimolazione cognitiva" che prevedono il ricorso a ben precisi e funzionali pre-requisiti e comportamenti tattici.

Nella Categoria Piccoli Amici (5-7 Anni) e Primi calci (7-9 Anni) utilizzeremo giochi e/o situazioni di gioco per la stimolazione cognitiva a livello tattico finalizzati allo sviluppo di una funzionale (chiaramente in rapporto all'età) visione di gioco.

Nella Categoria Pulcini (9-11 Anni) utilizzeremo giochi e/o situazioni di gioco per la stimolazione cognitiva a livello tattico finalizzati allo sviluppo di funzionali movimenti di smarcamento di ordine spaziale (dove smarcarsi).

Nella Categoria Esordienti (11-13 Anni) utilizzeremo giochi e/o situazioni di gioco per la stimolazione cognitiva a livello tattico finalizzati allo sviluppo di funzionali movimenti di smarcamento di ordine spazio-temporale (dove e quando smarcarsi).

In ogni seduta di allenamento, nella parte finale, prima della parte relativa alla partita "libera", non dovrà mai mancare un gioco e/o una situazione di gioco ad indirizzo tattico per la stimolazione cognitiva.

Con due allenamenti settimanali (situazione ordinaria per la stragrande maggioranza delle squadre appartenenti al ciclo della Scuola Calcio) personalmente consiglio di:

- utilizzare una situazione di gioco nel corso del primo allenamento settimanale;
- utilizzare un gioco a tema (esercitazione a tema) nel corso del secondo allenamento settimanale.

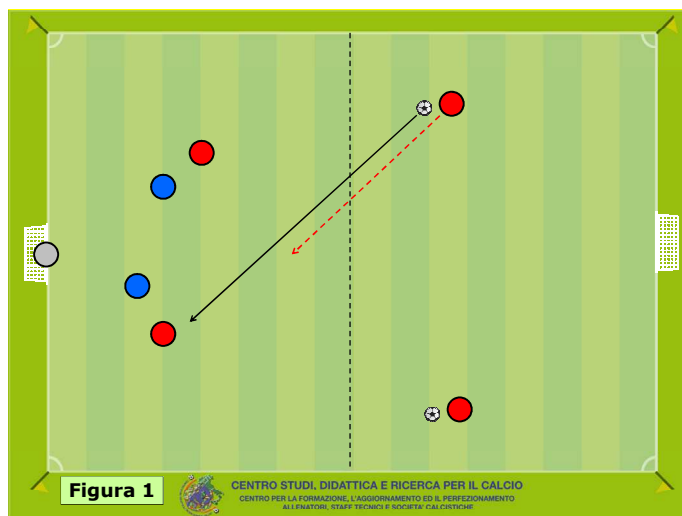
Vediamo ora alcune proposte di lavoro per ogni Categoria di calciatori.

CATEGORIA PICCOLI AMICI/PRIMI CALCI

SITUAZIONI DI GIOCO

Situazioni di gioco di 1c1, 2c1 (attaccanti in superiorità numerica), 2c2, 3c2 (attaccanti in superiorità numerica) con possibilità di prevedere o meno una fase di "transizione negativa" per il giocatore o giocatori che cominceranno la situazione di gioco ricoprendo la funzione di difendenti.

Faccio ora un esempio relativo allo svolgimento della situazione di 3c2 (Figura 1).



Avremo nella metà campo offensiva due attaccanti ROSSI e due difensori BLU, mentre nell'altra metà campo i due attaccanti ROSSI in possesso palla saranno dislocati come rappresentato in figura 1.

Per iniziare ogni mini-situazione l'Istruttore chiamerà uno dei due attaccanti ROSSI in possesso palla; l'attaccante chiamato dovrà giocare palla ad uno dei due compagni dislocati nella metà campo offensiva e seguire la palla stessa in modo che si venga a creare una situazione di 3c2.

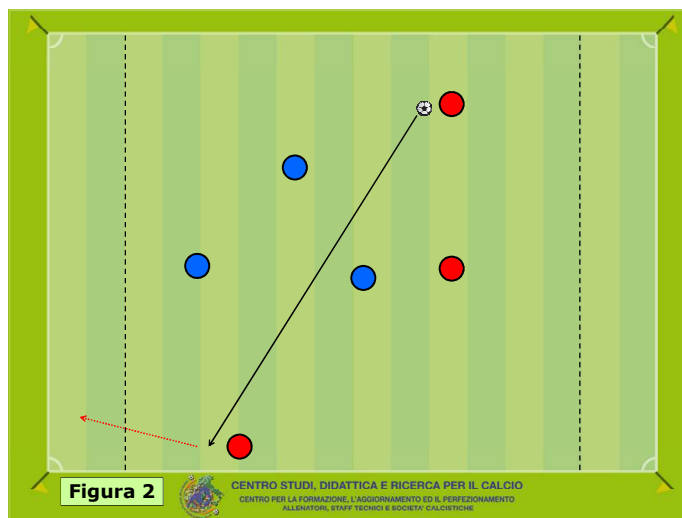
GIOCHI A TEMA

Giochi con utilizzo della linea di meta e con l'utilizzo di porte multiple per cercare di sviluppare una visione di gioco a 360° che non venga "canalizzata" esclusivamente in direzione di una "porta unica" e della "palla", ma anche nei confronti di punti di riferimento multipli tra cui i compagni di squadra e gli avversari.

I giochi a tema descritti a seguire potranno essere effettuati con 3 o 4 giocatori per ciascuna squadra.

Palla in meta (Figura 2)

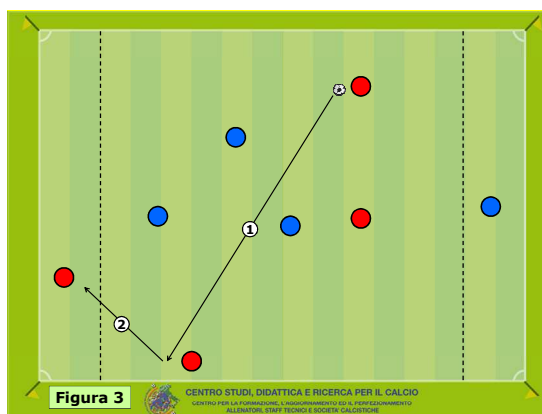
Ogni squadra, per guadagnare 1 punto, dovrà riuscire a portare (condurre) la palla nello "spazio di meta" e controllarla (fermarla) perfettamente con la suola.



Palla al capitano in meta (Figura 3)

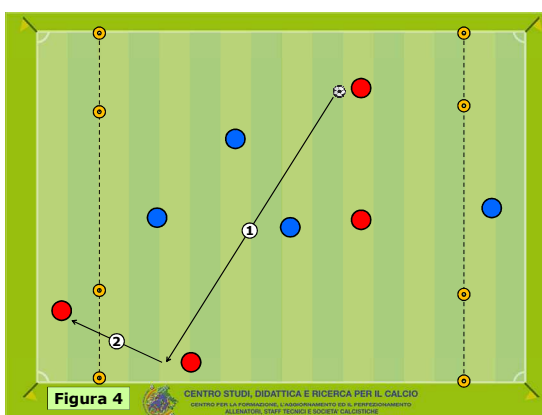
Ogni squadra, per guadagnare 1 punto, dovrà riuscire a passare la palla al proprio capitano dislocato nello spazio di meta.

Il gioco potrà essere effettuato anche con le mani.



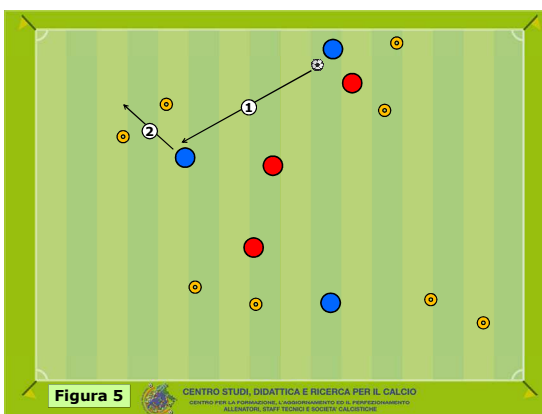
Palla al capitano in meta con porte multiple (Figura 4)

Come la versione precedente, solamente che il capitano dovrà riuscire a ricevere la palla dietro una delle porticine dislocate sulla linea di meta.



Porte multiple (Figura 5)

All'interno dello spazio di gioco, in ordine sparso, saranno dislocate delle porticine (una in più rispetto al numero di giocatori previsto per ciascuna squadra).

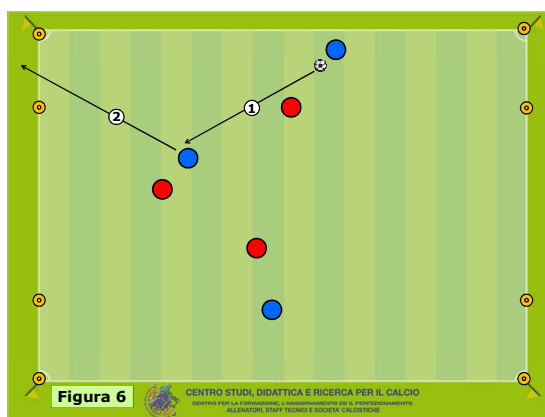


Per guadagnare 1 punto ciascuna squadra potrà fare gol in una qualsiasi delle porticine dislocate all'interno dello spazio di gioco.

Variante: per ottenere 1 punto non basterà soltanto fare gol, ma la palla dovrà essere anche arrestata dietro alla porta stessa da un compagno.

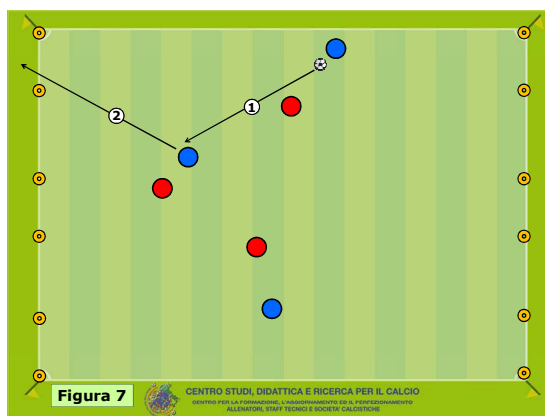
Quattro porte (Figura 6)

Ogni squadra dovrà difendere due porte ed attaccarne due; le porte saranno tutte dislocate sulle due linee di fondo campo.



Sei porte (Figura 7)

Come il gioco a tema precedente, solamente che le porte saranno tre per ciascuna squadra.



CATEGORIA PULCINI

SITUAZIONI DI GIOCO

Situazioni di gioco di 2c3 (attaccanti in superiorità numerica), 3c3, 2c4 (attaccanti in superiorità numerica), 3c4 (attaccanti in superiorità numerica)

con possibilità di prevedere o meno una fase di “transizione negativa” per i giocatori che cominceranno la situazione di gioco ricoprendo la funzione di difendenti.

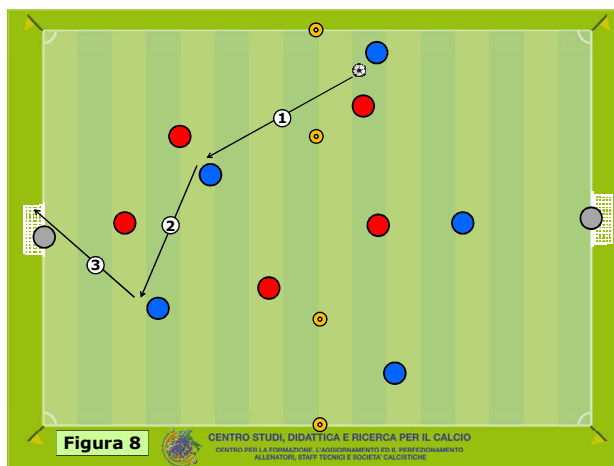
GIOCHI A TEMA

Giochi con vincoli di ordine spaziale (spazio di smarcamento).

I giochi a tema descritti a seguire potranno essere effettuati con 5 o 6 giocatori per ciascuna squadra.

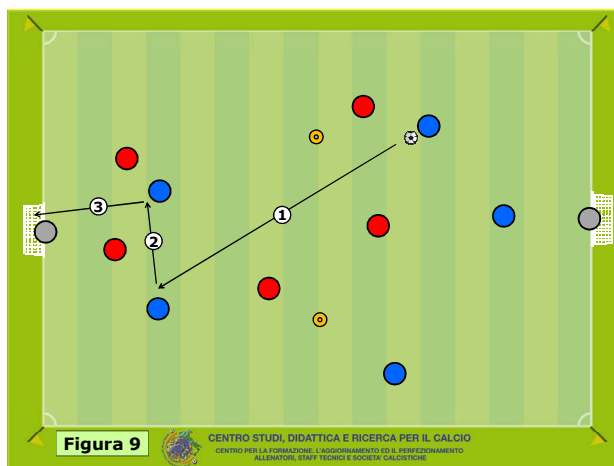
Canalizzazione centrifuga del gioco offensivo (Figura 8)

La palla potrà entrare nella metà campo offensiva solo tramite passaggio (e non tramite conduzione) e passando attraverso una delle due porte dislocate lateralmente e lungo la linea di centrocampo.



Canalizzazione centripeta del gioco offensivo (Figura 9)

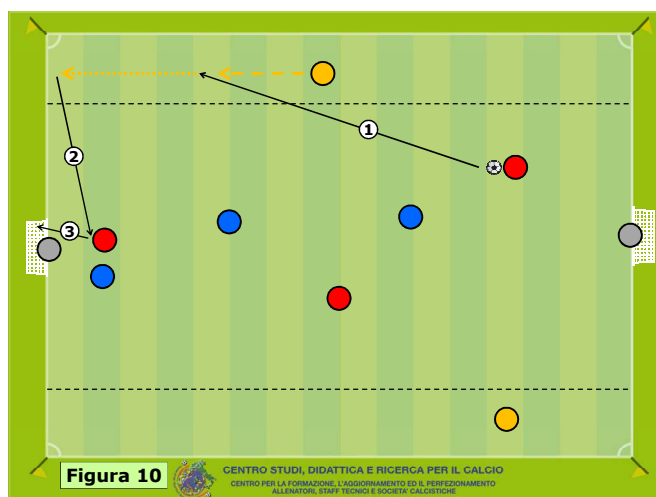
Come il gioco a tema precedente, solamente che la palla dovrà passare attraverso una sola porta dislocata centralmente lungo la linea di centrocampo.



Sponde laterali (Figura 10)

Delimitare due corridoi laterali all'interno dei quali saranno dislocate due sponde "neutre".

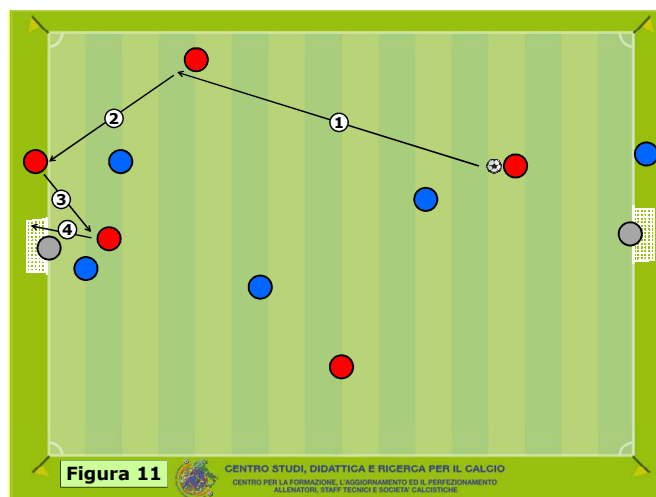
Le sponde non potranno uscire dai corridoi laterali e la rete sarà valida, solamente se realizzata da un giocatore "interno" su passaggio di una delle due sponde.



Sponde a fondo campo (Figura 11)

Nello spazio dietro ciascuna linea di fondo campo verrà dislocata una sonda.

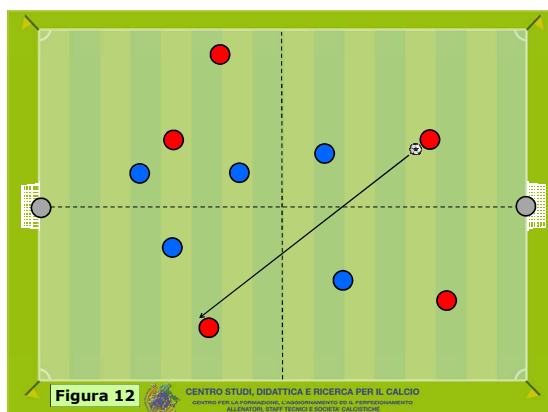
Il gol sarà valido se realizzato da un giocatore "interno" su passaggio della sonda.



Quadranti (Figura 12)

Campo di gioco suddiviso in quattro quadranti: due in una metà campo e due nell'altra.

La palla potrà entrare nella metà campo offensiva solo tramite passaggio e se proveniente da un quadrante difensivo posto in diagonale.



CATEGORIA ESORDIENTI

SITUAZIONI DI GIOCO

Situazioni di gioco di 4c6 (attaccanti in superiorità numerica), 5c6 (attaccanti in superiorità numerica), 6c6, 6c8 (attaccanti in superiorità numerica) con possibilità di prevedere o meno una fase di "transizione negativa" per i giocatori che cominceranno la situazione di gioco ricoprendo la funzione di difendenti.

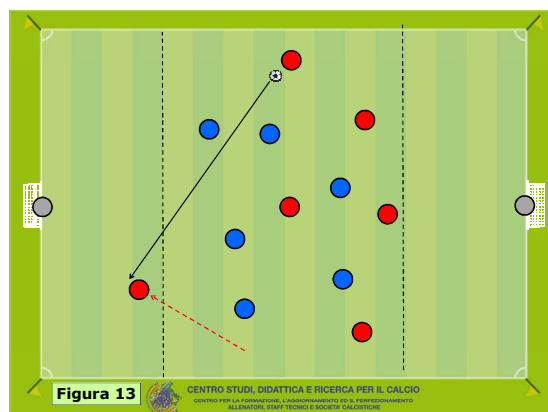
GIOCHI A TEMA

Giochi con vincoli di ordine spazio-temporale (spazio e tempo di smarcamento).

I giochi a tema descritti a seguire potranno essere effettuati con 7 od 8 giocatori per ciascuna squadra.

Tre zone con inserimento (Figura 13)

Campo suddiviso in tre zone trasversali.

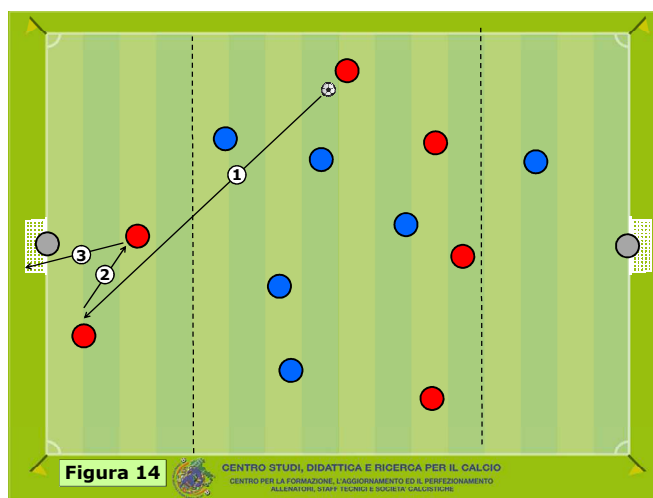


Nelle due zone davanti a ciascuna porta non potrà entrare alcun giocatore se non quello che dovrà cercare di concludere in porta.

Quest'ultimo giocatore non potrà entrare nella zona finale prima che parta il passaggio ed una volta entrato dovrà andare alla conclusione entro 3" al massimo.

Tre zone con sponda per il gol (Figura 14)

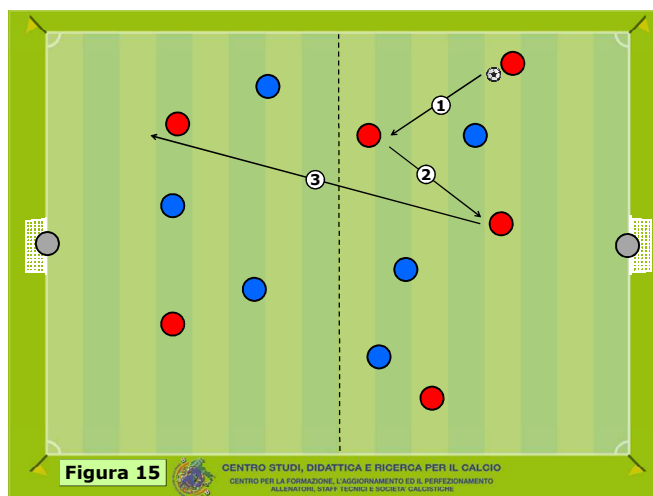
Come il gioco a tema precedente, solo che nella zona finale sarà dislocato un attaccante per squadra (sponda).



Il gol sarà valido solamente su passaggio da parte della "sponda".

Obbligo di sponda per lanciare nella metà campo offensiva (Figura 15)

Si potrà lanciare nella metà campo offensiva solamente dopo una sponda con un compagno dislocato spalle alla porta.



La sponda ed il lancio dovranno essere effettuati di prima intenzione.

Obbligo di sponda per lanciare nella metà campo offensiva con quadranti (Figura 16)

Come il gioco a tema precedente, solamente che il passaggio dovrà essere effettuato verso uno dei quadranti offensivi a favore di un compagno di squadra proveniente da uno degli altri quadranti. ♦

