



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO
FRIULI VENEZIA GIULIA



VADEMECUM PER ALLENATORE E DIRIGENTE

CATEGORIE DI BASE
PICCOLI AMICI
PRIMI CALCI
PULCINI
ESORDIENTI

2020-2021

À 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

Site: www.figc.it / www.figc.it/it/organigramma del Settore Giovanile e Scolastico

Coordinatore Federale Regionale: Giovanni Morsini
e-mail: g.morsini@figc.it

REFERENTI REGIONALI

Antonio Barbelli (Responsabile Settore Regionale FIGC)
Sandro Giorgioli (Coordinatore Regionale FIGC per i Calcio 8, Calcio 9, Calcio 10, Calcio 11, Calcio 12)
Mauro Zatta (Tutor della Scuola di Calcio della FIGC e Formatore del Tutor FIGC FVG)

Raffaella Lusa (Responsabile Regionale FIGC Calcio Femminile)
Antonio Sestini (Coordinatore Regionale FIGC FIGC)
Antonio Colonna (Coordinatore Regionale FIGC Attività Scolastiche)
Luca Morsini (Responsabile Formazione dello Sport)

DELEGATI PROVINCIALI E DISTRETTUALI FIGC

Matteo Adriano (Trento), Simone Ripoli (Eco Mente Cortina), Andrea Lotti (Belluno),
Jacopo Isardi (Tolmezzo), Guido Garavito (Pordenone)

CENTRO FEDERALI TERRITORIALI
AREE DI SVILUPPO TERRITORIALE

DAVE SACCOLO DI SECCO, 90 / CASIERA DELLA FELZINA, PN

Alfonso Bartolotta (Responsabile Settore FIGC FIGC e FIGC di Casierera della Dolina, PN)
Giuseppe Santolite (Responsabile Organizzazione FIGC Casierera della Dolina, PN)
Marco Botta (Responsabile Settore FIGC e FIGC di Sui Group di Novegno, UD)

PAUL RAVICOLA (Responsabile Organizzazione FIGC Sui Group di Novegno, UD)

BRUNO, UD

Silvestro Peruzzolo (ECC - Responsabile Organizzazione Regionale)

E-mail: ud.figc@figc.it / bruno@figc.it
www.figc.it / www.figc.it/it/organigramma
ud.figc@figc.it

TUTOR AREE (GRUPPO ALLE SOCIETA')

Guido Baruffini, Tommaso Baruffini, Andrea Motta,
Stefano Spagnoli, Andrea Lotti, Massimiliano Pellerin,
Vigilio D'Amico, Pietro Di Felice, Tiziana Rigolini, Daniele
Cassatola, Mirco Adriano, Eric Sestini, Giovanni Riccio,
Antonio Basso, Luca Picchini, Niccolò Tassinari,
Antonio Tassinari, Daniele Piloni, Paolo Garavito,
Stefano Lotti

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
Piccoli Amici	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
Primi Calci	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
Pulcini 1° anno	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'
Pulcini Misti	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'
Pulcini 2° anno	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



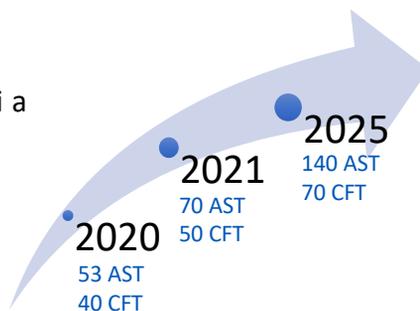
L'AREA DI SVILUPPO TERRITORIALE: *Obiettivi, Struttura ed Avvio.*

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

I 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





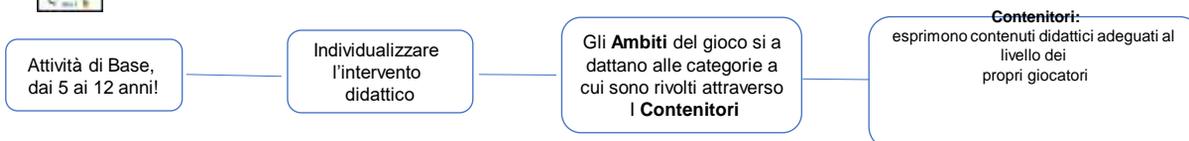

1.3 MODELLI D'ALLENAMENTO



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



1.3 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



SCOPRIRE IL NUOVO METODO

Questo documento è stato elaborato dalla FIGC in collaborazione con i tecnici e i dirigenti delle federazioni regionali e dei club, al fine di promuovere un modello di insegnamento innovativo e centrato sul giocatore.

LA QUALITÀ DEI COMPORTAMENTI DEL GIOCATTORE

La qualità dei comportamenti del giocatore è il risultato di un processo di apprendimento che coinvolge l'intera persona (fisica, psicologica, sociale).

LE COMPETENZE E LO STILE DI CONDUZIONE DELL'INSEGNANTE

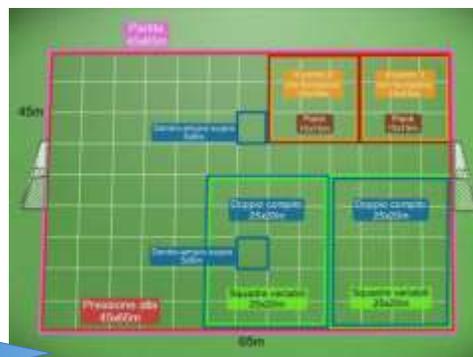
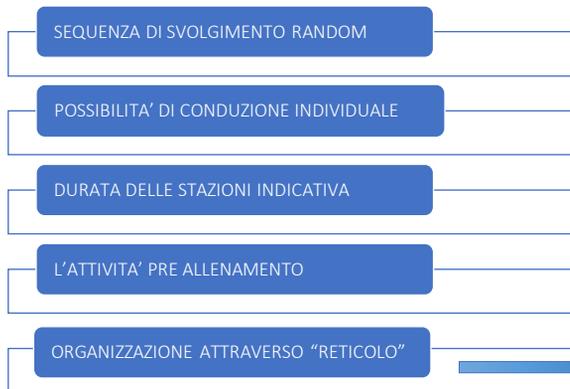
L'insegnante deve essere in grado di creare ambienti di apprendimento che favoriscano lo sviluppo delle competenze e dello stile di conduzione del giocatore.

APPRENDIMENTO EFFICACE

L'apprendimento efficace si realizza quando il giocatore è coinvolto, motivato e si impegna attivamente nell'attività.



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

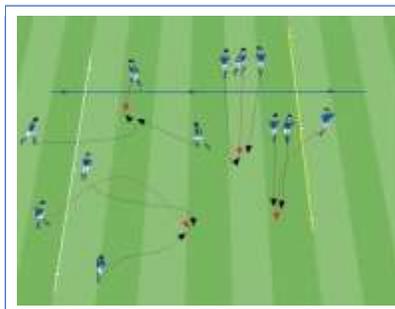
Pulcini
U10-U11

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

Pulcini U10-U11
Contenitore SITUAZIONI DI GIOCO
Squadre o reparti
1 porta regolamentare
Punteggio



Riconoscere densità e spazi liberi

AMBITO FINALIZZAZIONE

n°1: Giocatore Protagonista

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



Riconoscere autonomamente i propri errori



AMBITO GARA



n. 6: Educare attraverso movimento

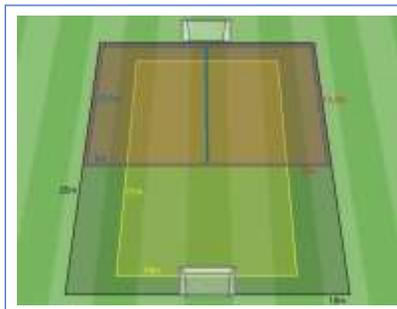
**Piccoli Amici – Primi Calci
U6-U9**

**Contenitore
PARTITA PA/PC**

CU n. 1

2c2 - 5c5

Possibilità multipartite



Riflettere sul risultato



AMBITO GARA



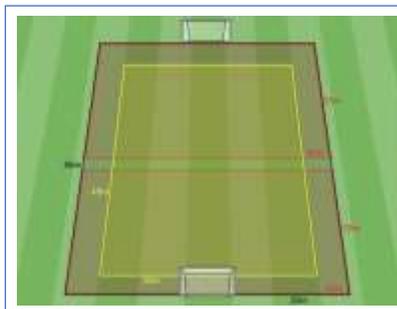
n. 7: Appassionarsi allo sport

**Pulcini
U10-U11**

**Contenitore
PARTITA PULCINI**

CU n. 1

7c7



Evidenziare comportamenti privilegiati
compagni



AMBITO GARA



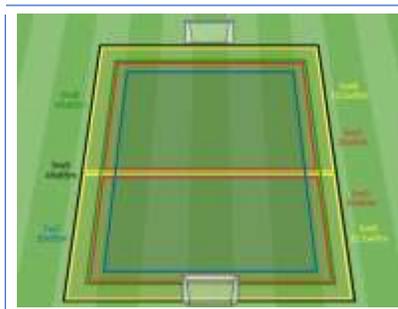
n. 1: Giocatore protagonista

**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

Esordienti U11-12
Contenitore GIOCHI DI POSIZIONE
Superiorità numerica
Direzione identificabile
Obiettivi



Individuare tempo per l'inserimento

