



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

evolution
programme

ACCEDI AI REGOLAMENTI DI GIOCO DELL'ATTIVITÀ DI BASE E CONDIVIDILI CON I GIOVANI GIOCATORI

U6
UNDER
U7



U8
UNDER
U9



U10
UNDER
U11



U12
UNDER
U13







GIOCHIAMO TUTTI

Definiamo le regole delle competizioni in base alle necessità dei giovani giocatori

PARTIAMO DA ALCUNE CONSIDERAZIONI SULLA PRATICA SPORTIVA IN ETÀ GIOVANILE

La pratica regolare di uno sport è un'attività molto comune tra i giovani. Il 58% dei bambini tra 6 e 10 anni, il 60,6% degli 11-14enni e il 50,1% dei 15-17enni praticano sport, con percentuali più alte tra i maschi (Annuario Statistico Italiano, 2021). Tuttavia, l'abitudine a fare sport diminuisce con l'età. Il fenomeno dell'abbandono precoce dello sport, noto come drop-out (Bussmann, 2004), ha diverse cause:

-  **Eccessive aspettative:** allenatori, genitori e dirigenti spesso si aspettano prestazioni irrealistiche, creando pressioni che spesso inducono i giovani ad abbandonare.
-  **Selezione precoce:** la ricerca del risultato immediato favorisce atleti più maturi fisicamente, escludendo quelli con uno sviluppo più tardivo.
-  **Allenamenti noiosi:** spesso gli allenamenti sono ripetitivi e non divertenti, riducendo l'interesse dei giovani praticanti.
-  **Difficoltà nella gestione del tempo:** i giovani faticano a conciliare impegni scolastici e sportivi.

ALCUNI NUMERI PER COMPRENDERE LA SITUAZIONE

L'abbandono precoce è evidente anche nel calcio (ReportCalcio 2022). Analizziamo i dati pre-2020 per evitare l'influenza della pandemia COVID-19:

- Il numero di tesserati nei settori giovanili è rimasto stabile (838.259 nel 2009, 839.888 nel 2019), ma il numero dei praticanti adulti è diminuito in modo significativo (da 474.493 nel 2009 a 365.034 nel 2019, -24%)
- Il numero di Club è in calo (da 14.690 nel 2009 a 12.449 nel 2019, -15%).
- La fascia d'età con più tesserati è quella U10/U11, ma il numero diminuisce progressivamente nelle categorie successive.

L'abbandono può essere fisiologico (lavoro, studio, infortuni) o "patologico" (errori e scelte sbagliate dall'ambiente che circonda i giocatori).

Mentre gli aspetti fisiologici dell'abbandono sono difficili da controllare, possiamo fare di più per ridurre le condizioni patologiche. Favorire un'esperienza sportiva positiva può portare i giovani a continuare il loro percorso sportivo o rimanere coinvolti nello sport in altre vesti: allenatori, dirigenti, arbitri o tifosi.



Il regolamento di gioco può contribuire a creare un ambiente ideale per i giovani calciatori, riducendo il rischio di drop-out. Alcune scelte regolamentari adottate dalla FIGC, SGS nell'Attività di Base sono:

- ★ **Cambi obbligatori:** tutti i giocatori in lista giocano almeno un tempo.
- ★ **Risultato azzerato:** al termine di ogni tempo, il risultato riparte da 0-0.
- ★ **Numero ridotto di giocatori e spazi:** le modalità di gioco vengono adattate alle capacità psicofisiche delle diverse fasce d'età.

COME CI AIUTANO LE MODALITÀ DI GIOCO PER L'ATTIVITÀ DI BASE

Le modalità di gioco previste per l'Attività di Base, rinnovate dalla stagione 2023/2024, mirano a contrastare l'abbandono della pratica sportiva:

- ★ **Attività senza punteggio:** *situazioni di gioco, duello e multi-partita* permettono di coinvolgere anche i giocatori meno efficaci tecnicamente-
- ★ **Destutturazione delle partite:** punteggio separato per ogni tempo di gioco, proposte pre-gara e numeri ridotti di giocatori nelle partite sono solo alcune delle regole che permettono di differenziare le modalità di gioco dei giovani da quello degli adulti, aiutando a concentrare l'attenzione sulla formazione e non solo sul risultato.
- ★ **Giocare anche con numeri ridotti rispetto a quelli previsti nella gara della categoria di riferimento (dall' 1 contro 1 al 5 contro 5):** questa soluzione permette di coinvolgere anche giocatori che hanno cominciato in ritardo il loro percorso sportivo attraverso attività più consone alle loro competenze.
- ★ **Aumento della pratica motoria:** il tempo di coinvolgimento motorio in gara può essere raddoppiato (approfondisci i numeri della ricerche nelle sezioni che presentano il regolamento delle modalità di gioco per le categorie U8/U9, U10/U11, U12/U13).

CONCLUSIONE

Uno degli obiettivi delle modalità di gioco per l'Attività di Base è quello di **coinvolgere tutti i giocatori nel contesto di gara**, garantendo un percorso formativo adeguato alle loro esigenze.

Giochiamo tutti!

