



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO 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!**

