

GIOCHIAMO MEGLIO

Variamo le esperienze di gara per garantire una formazione completa

PARTIAMO DA ALCUNE CONVINZIONI DIFFUSE CHE POSSONO RAPPRESENTARE UN FRENO ALLO SVILUPPO DEL CALCIO GIOVANILE

Abitudini formative radicate nel tempo e l'attitudine a riprodurre mezzi e metodi del calcio adulto in quello giovanile hanno portato al consolidamento di una serie di "miti" e credenze che rischiano di ridurre le potenzialità di sviluppo dei giovani calciatori:

-  **Il calcio si gioca 11 contro 11**, visto che gli adulti utilizzano questa modalità di gioco anche i giovani devono applicarla il prima possibile.
-  **Il ruolo di ogni giocatore va specializzato secondo le attitudini individuali** fin dalle categorie di avviamento così da consolidare fin da subito la conoscenza dei compiti per quella specifica zona di campo.

Spesso queste convinzioni derivano da consuetudini che non hanno un fondamento giustificato dai dati della ricerca ma dalla sensazione che "essendo sempre stato così, sia giusto continuare ad allenare applicando le stesse logiche di un tempo".

ALCUNI NUMERI PER AIUTARCI A CAPIRE LA SITUAZIONE

La ricerca scientifica nell'ambito dell'apprendimento motorio e gli approfonditi studi degli eventi che si manifestano nelle varie modalità di gioco a numero e spazi ridotti hanno permesso di riconoscere l'importanza di un percorso formativo che si adatti alle potenzialità psicofisiche di ogni fascia d'età giovanile.

L'intento della FIGC, SGS è quello di creare un percorso graduale che adegua numeri, spazi e complessità alle necessità dei giovani calciatori cercando di guidarli al massimo sviluppo del loro potenziale prestativo. Vediamo alcuni esempi:

- 1) Il numero di giocatori coinvolti in ogni partita condiziona la loro distribuzione spaziale e di conseguenza il tipo di compiti da svolgere e le situazioni con le quali entra in interazione (Bribo et. al.). Modalità di gioco come il 9 contro 9 o l'11 contro 11 favoriscono la stabilità della posizione e dei comportamenti di gioco. Modalità di gioco come il 5 contro 5 ed il 7 contro 7 favoriscono invece l'occupazione di aree di campo superiori, più vicine ad entrambe le porte e quindi l'interazione con un maggior numero di situazioni varie e casuali. **Seguire un percorso graduale** (dall'1 contro 1 all'11 contro 11) **permette quindi di sfruttare i valori formativi di ogni modalità di gioco.**
 - 2) Partite e situazioni a numero ridotto di giocatori permettono una maggiore densità di interazioni dirette con la palla ed una conseguente migliore possibilità di essere coinvolti in scelte che determinano il gioco (tiri, parate, difesa della porta, duelli, passaggi chiave, ecc.).
- Nel 9 contro 9, rispetto all'11 contro 11, aumentano significativamente il numero di conclusioni in porta ed il numero di contatti con la palla per giocatore (Guida tecnica per le scuole di calcio, 2006)
 - Nel 7 contro 7, rispetto all'11 contro 11, aumenta il numero di passaggi e di azioni di collaborazione efficace mentre rimangono sostanzialmente simili valori relativi a parametri fisiologici legati alla fatica (Capranica et al. 2001).
 - Nel 5 contro 5, rispetto a numeriche di gioco superiori si riscontra un maggior numero di conclusioni in porta ed un'elevata variabilità di azioni offensive e difensive (Angulo et al. 2020).



Abbinare alle partite diverse modalità di gioco a numero ridotto (duello 1 contro 1, Situazioni di gioco variabili a seconda delle categorie, multi-partite con formati diversi), **permette quindi di aumentare quantità e densità di esperienze efficaci.**

COME CI AIUTA IL MODELLO DI COMPETIZIONE PROPOSTO PER LA STAGIONE 2023/2024?

La sperimentazione del nuovo modello competitivo proposto nell'Attività di Base si pone anche l'obiettivo di quantificare il numero di eventi tecnici significativi (tiri in porta, tentativi di dribbling, contrasti, ecc.) che le Situazioni di Gioco pre-gara e le Multi-partite garantiscono ai loro partecipanti rispetto ad un pari minutaggio in contesto di partita. I numeri delle ricerche effettuate verranno resi disponibili al termine della prima fase sperimentale prevista a Maggio 2023.

CONCLUDENDO

Uno degli obiettivi della nuova struttura di competizione è quello di **migliorare l'efficacia dell'esperienza formativa in contesto di competizione** trovando modalità di gioco più adatte ad ogni fascia d'età che concedano ai giocatori di confrontarsi al massimo livello possibile di densità e qualità degli stimoli.

Giochiamo meglio!