

Calcio per bambini - Distinzioni ASF

Categoria

G

	Imparare a giocare a calcio	Vivere la molteplicità	Giocare a calcio
	<p>Calcio mirato</p> <p>Guardiano del ponte</p> <p>Tigerball</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>3 contro 3</p>
	<p>Calcio mirato</p> <p>Guardiano del ponte</p> <p>Tigerball</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>3 contro 3</p>
	<p>1 contro 1</p> <p>Scuola della palla 1</p> <p>Attacco in superiorità numerica</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>5 contro 5</p>
	<p>1 contro 1</p> <p>Scuola della palla 1</p> <p>Attacco in superiorità numerica</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>5 contro 5</p>
	<p>portiere + 1 contro portiere + 1</p> <p>Scuola della palla 2</p> <p>4 contro 4 + 2 jolly</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>6 contro 6</p>
	<p>portiere + 1 contro portiere + 1</p> <p>Scuola della palla 2</p> <p>4 contro 4 + 2 jolly</p>	<p>Parcorso a ostaculi</p>	<p>6 contro 6</p>



Da calciatore ad artista del pallone

Le distinzioni ASF calcio per bambini rappresentano un importante pietra miliare nella filosofia di formazione del concetto di calcio per bambini ASF. Sono una conferma dei progressi di apprendimento delle giovani calciatrici e dei giovani calciatori.

Gli allenatori distribuiscono la distinzione a ogni bambino che si allena regolarmente e con grande impegno.

Le tre distinzioni

- «Calciatore» per la categoria G
- «Dribblomane» per la categoria F
- «Artista del pallone» per la categoria E

Dopo aver assolto con successo le consegne, i bambini ricevono la loro distinzione (member card ASF Calcio dei bambini personale e la relativa distinzione che può essere incollata nell'apposito spazio del libro «Laura e Simone»).

I bambini delle annate più giovani, nelle rispettive categorie (G, F o E), ottengono le distinzioni nella forma base (distinzione senza stella) e nel secondo anno nella forma per avanzati (distinzione con stella).

Obiettivo principale

Vogliamo ancorare la nostra filosofia di formazione negli allenamenti delle società sportive, e sostenere gli allenatori affinché possano applicarla nella loro programmazione annuale. In questo modo la nostra visione (ridere, imparare e realizzare prestazioni durante ogni allenamento o torneo) potrà essere portata a compimento.

Entro tre anni, il 50% di tutti i bambini registrati (categorie G-E) dovrebbero ottenere annualmente la propria distinzione.

Perché le distinzioni?

Attraverso le distinzioni vogliamo:

- Premiare l'impegno dei bambini durante gli allenamenti;
- Fornire agli allenatori un orientamento per il loro programma di allenamento;
- Ancorare la nostra filosofia di gioco e di formazione.

Le forme di gioco e di esercizio del «3per3» sono l'applicazione pratica della nostra filosofia di gioco e di formazione.

Sulla base del «3per3» vengono definiti gli obiettivi di apprendimento annuali per le categorie G, F ed E. Se al termine di ogni anno tutti gli obiettivi di apprendimento sono raggiunti e i bambini dimostrano le loro competenze nelle diverse consegne, essi ottengono la distinzione.

In che cosa consistono le consegne per ottenere le distinzioni?

Le consegne per ottenere le distinzioni si basano sul «3per3» e sono suddivise in tre ambiti: «imparare a giocare a calcio», «vivere la molteplicità» e «giocare a calcio».

Sono tre le consegne da assolvere nell'ambito «imparare a giocare a calcio». Le consegne si orientano alle situazioni di gioco:

- Segnare reti
- Preparare reti da soli
- Preparare reti in gruppo

Richiedono la messa in pratica di competenze tecniche e di gioco sia da soli che in gruppo.

Nell'ambito «vivere la molteplicità» i bambini possono mostrare nel percorso a ostacoli i progressi individuali raggiunti. Il percorso è composto da una serie di compiti motori, che possono essere anche allenati isolatamente per poi essere assemblati nel percorso.

Nell'ambito «giocare a calcio» i bambini organizzano autonomamente una partita senza arbitro rispettando le regole del fairplay. I bambini giocano in diversi ruoli e cercano di applicare i principi di gioco.

In questo modo è possibile sostenere lo sviluppo delle competenze sociali, della personalità e di gioco del bambino nel corso dell'anno.

Iscrizione e assolvimento

Come posso iscrivere la mia squadra?

In veste di allenatore, tramite login su clubcorner.ch. Registrare tutti i bambini e iscriversi.

Quali documenti sono a disposizione?

Per pianificare il mio allenamento:

- Pianificazione annuale (mostra il percorso per ottenere le distinzioni e può essere adattata alle esigenze individuali);
- Progressioni per le forme di gioco ed esercitazioni del «3per3»;
- Panoramica degli obiettivi di apprendimento delle tre categorie G, F ed E.

Per lo svolgimento delle distinzioni:

- Spiegazioni relative all'ottenimento delle distinzioni del calcio dei bambini;
- Descrizione delle singole consegne per categoria.

Come si ottengono le distinzioni?

Sono tre le possibilità:

- Durante una giornata speciale di dimostrazione che si tiene a fine stagione;
- Durante gli allenamenti: a tal fine sono necessarie due unità di allenamento consecutive;
- Nel corso della stagione: durante l'anno come «controllo continuo degli obiettivi di apprendimento».

Indicazione

La differenza tra la distinzione senza stella e con stella sarà evidenziata **in rosso** nella spiegazione degli esercizi.

Calcio per bambini - Distinzioni ASF

Punto centrale dell'allenamento: Imparare a giocare a calcio

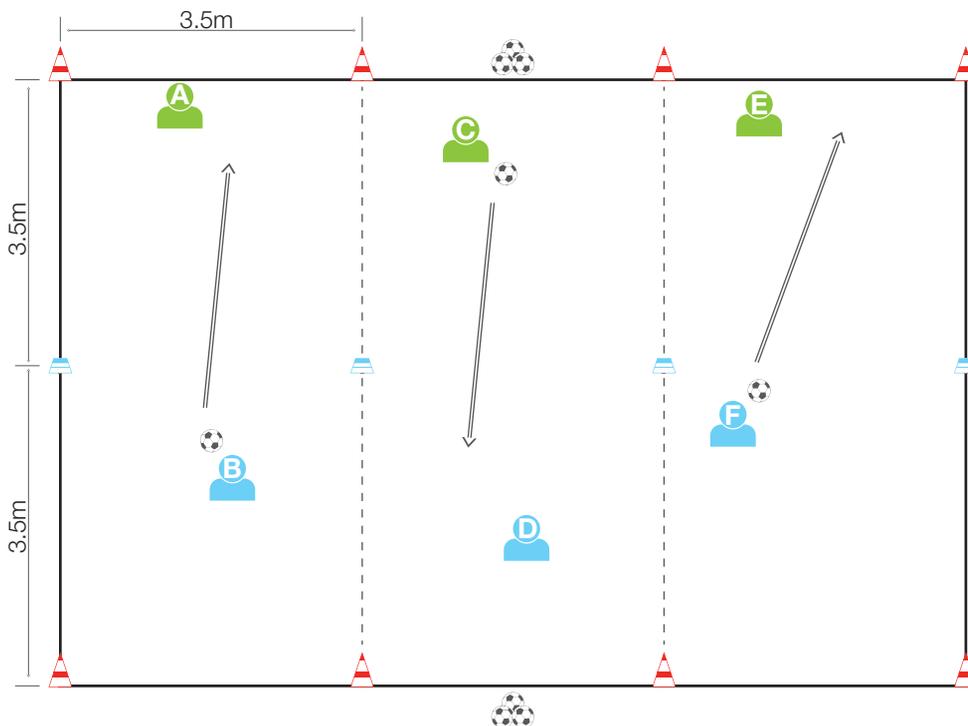


Situazione di gioco 1: segnare reti

Segnare reti

Calcio mirato (portiere contro portiere)

Categoria
G



Svolgimento:

- 2 portieri si posizionano uno di fronte all'altro.
- A turno, ogni portiere cerca di segnare (tiro rasoterra) e di evitare di subire reti dall'avversario.
- La linea centrale non può essere superata.
- 6 bambini, 3 campi, 3 mini partite da 3-5 min. A ogni nuova partita gli avversari cambiano.

1° round: solo con il piede dx

2° round: solo con il piede sx

3° round: con entrambi i piedi

Materiale:

- 8 coni
- 4 cinesini
- 3-9 palloni
- 6 casacche (3 per colore)

Dimensioni:

Ampiezza porta: 3,5 m

Lunghezza campo: **7 m**

Criteri di osservazione:

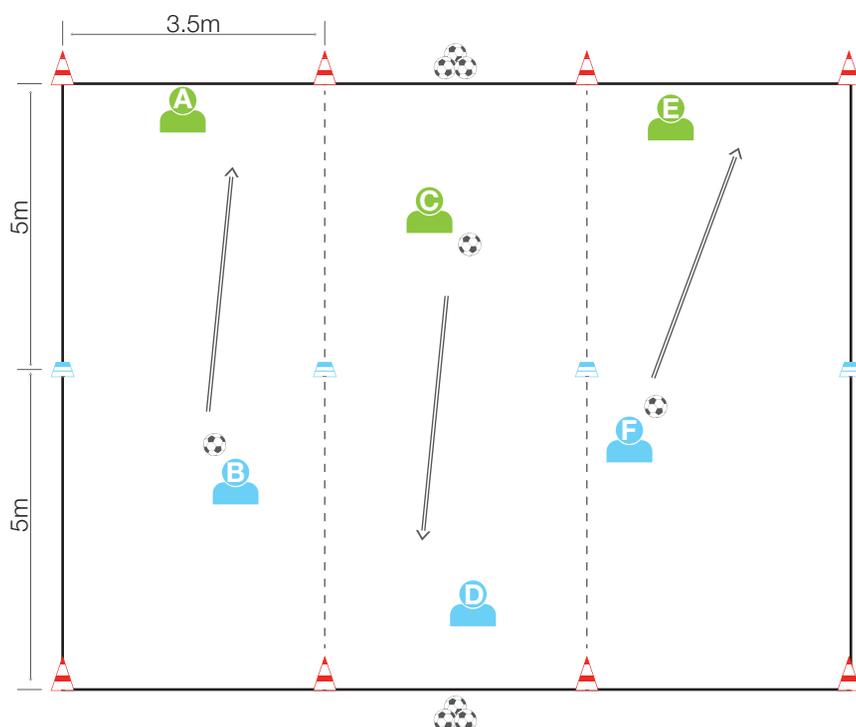
1. Ogni bambino segna minimo una rete ad ogni round.
2. Ogni bambino para almeno una rete.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- 2 criteri di osservazione sono stati raggiunti.



	Nome	Criteri d'osservazione						Rius- cito	Data
		Turno 1		Turno 2		Turno 3			
		Rete segnata destro	Rete evitata	Rete segnata sinistro	Rete evitata	Rete segnata destro/ sinistro	Rete evitata		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									



Svolgimento:

- 2 portieri si posizionano uno di fronte all'altro.
- A turno, ogni portiere cerca di segnare (tiro rasoterra) e di evitare di subire reti dall'avversario.
- La linea centrale non può essere superata.
- 6 bambini, 3 campi, 3 mini partite da 3-5 min. A ogni nuova partita gli avversari cambiano.

1° round: solo con il piede dx

2° round: solo con il piede sx

3° round: con entrambi i piedi

Materiale:

- 8 coni
- 4 cinesini
- 3-9 palloni
- 6 casacche (3 per colore)

Dimensioni:

mpiezza porta: 3,5 m

lunghezza campo: **10 m**

Criteri di osservazione:

1. Ogni bambino segna minimo una rete ad ogni round.
2. Ogni bambino para almeno una rete.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- 2 criteri di osservazione sono stati raggiunti.



	Nome	Criteri d'osservazione						Rius- cito	Data
		Turno 1		Turno 2		Turno 3			
		Rete segnata destra	Rete evitata	Rete segna- ta sinistro	Rete evitata	Rete segnata destra/ sinistra	Rete evitata		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									

Calcio per bambini - Distinzioni ASF

Punto centrale dell'allenamento: Imparare a giocare a calcio

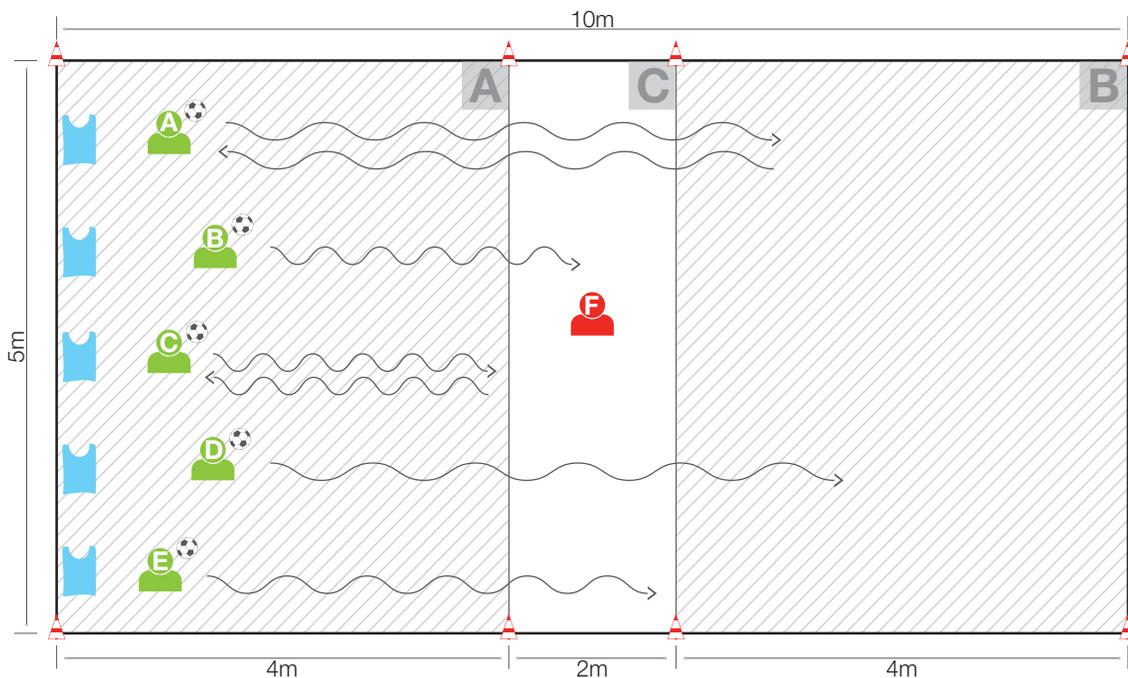


Situazione di gioco 2a: preparare reti da soli

Preparare reti da soli

Guardiano del ponte

Categoria
G



Svolgimento:

- Al segnale 5 bambini cercano di portare la palla dalla zona A alla zona B e tornare dribblando. La palla non deve uscire lateralmente e deve essere fermata prima che esca dalla linea di fondo delle due Zone A e B.
- Nel frattempo, nella zona C un difensore (guardiano del ponte) cerca di rubare la palla ai bambini.
- Se il tentativo riesce il bambino può mettersi una casacca.
- Se il guardiano riesce nel suo compito = scambio di ruoli. (Il guardiano del ponte rimane per al max. 3 passaggi).
- Durata del gioco = 10 volte

Materiale:

- Almeno 8 coni
- Almeno 7 casacche
- Almeno 5 palloni

Dimensioni:

Campo: 5 x 10 m

Lunghezza ponte: **2 m**, Lunghezza Zone A e B: **4 m**

Criteri di osservazione:

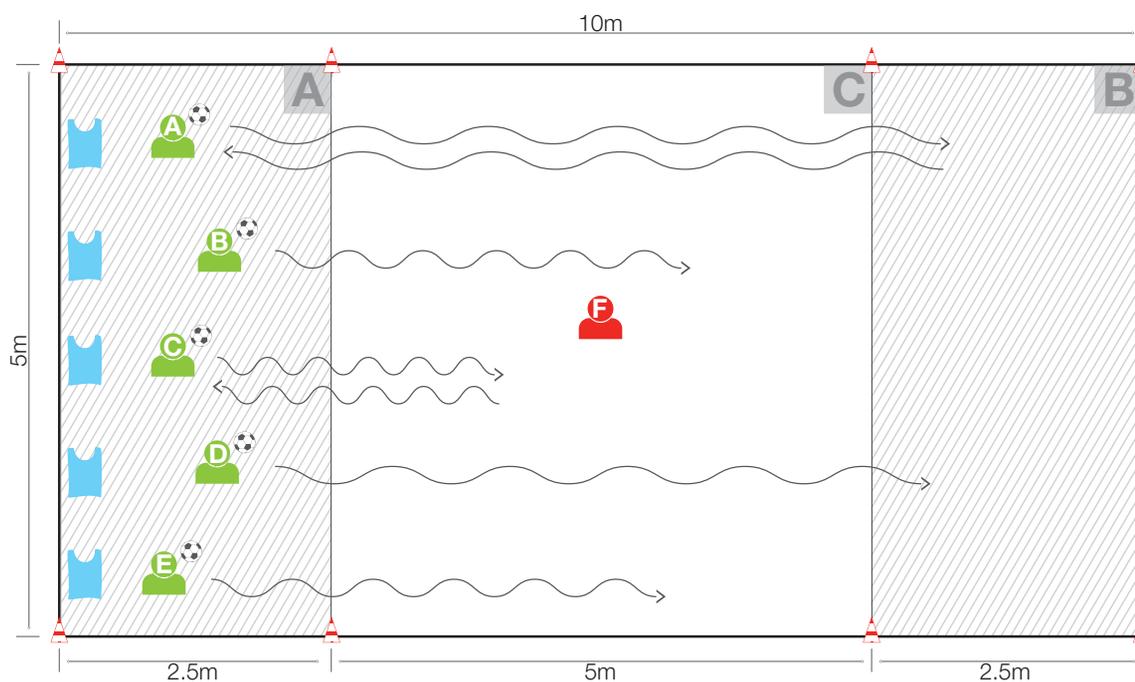
1. Riesce a dribblare avanti e indietro senza perdere il pallone?
2. Il pallone può essere controllato (fermato) nell'area di arrivo?

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- Al bambino riesce **almeno 1 tentativo** (tentativo corretto = entrambi i criteri d'osservazione sono adempiti).



	Nome	Criteri d'osservazione			Riuscito	Data
		Andata e ritorno senza perdita del pallone	Immobilizzare le palla nelle zone	Numero di tentativi riusciti su 10 passaggi		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						



Svolgimento:

- Al segnale 5 bambini cercano di portare la palla dalla zona A alla zona B e tornare dribblando. La palla non deve uscire lateralmente e deve essere fermata prima che esca dalla linea di fondo delle due Zone A e B.
- Nel frattempo, nella zona C un difensore (guardiano del ponte) cerca di rubare la palla ai bambini.
- Se il tentativo riesce il bambino può mettersi una casacca.
- Se il guardiano riesce nel suo compito = scambio di ruoli. (Il guardiano del ponte rimane per al max. 3 passaggi).
- Durata del gioco = 10 volte

Materiale:

- Almeno 8 coni
- Almeno 13 casacche
- Almeno 5 palloni

Dimensioni:

Campo: **5 x 10 m**
 Lunghezza ponte: **5 m**, Lunghezza Zone A e B: **2.5 m**

Criteri di osservazione:

1. Riesce a dribblare avanti e indietro senza perdere il pallone?
2. Il pallone può essere controllato (fermato) nell'area di arrivo?

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- Al bambino riesce **almeno 3 tentativo** (tentativo corretto = entrambi i criteri d'osservazione sono adempiti).



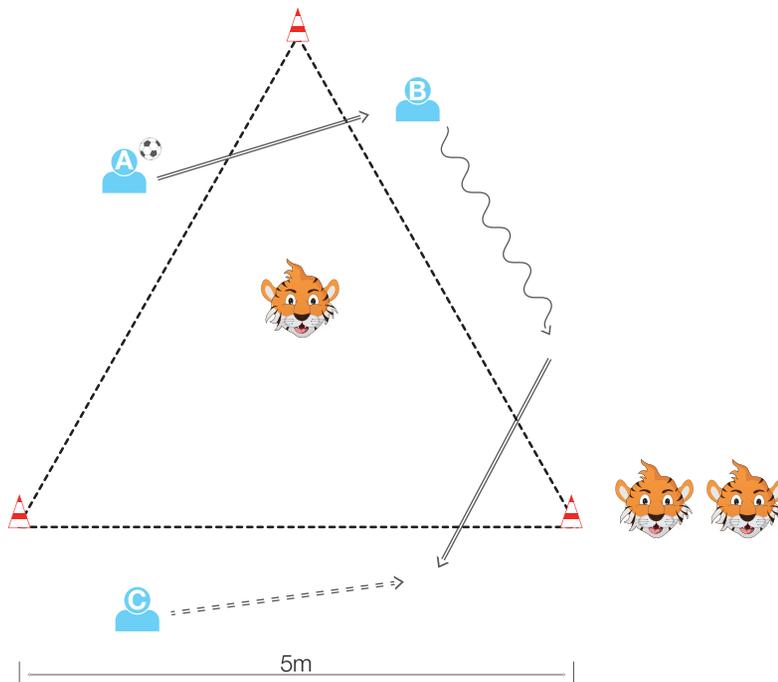
	Nome	Criteri d'osservazione			Riuscito	Data
		Andata e ritorno senza perdita del pallone	Immobilizzare le palla nelle zone	Numero di tentativi riusciti su 10 passaggi		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						

Situazione di gioco 2b: preparare reti in gruppo

Preparare reti in gruppo

Tigerball

Categoria
G



Svolgimento:

- 3 bambini = attaccanti, 3 bambini = difensori
- I 3 attaccanti si mantengono al di fuori del triangolo. Al centro del triangolo si trova il difensore (= tigre).
- Obiettivo dei tre attaccanti = 5 passaggi consecutivi attraverso la zona del triangolo **senza far conquista** la palla al difensore.
- Dopo ogni tentativo cambiare il difensore (tigre).
- Gli attaccanti devono rimanere al di fuori del triangolo, la tigre solo all'interno.

Materiale:

- 3 coni
- 6 casacche (3 per colore)
- 3-6 palloni

Dimensioni:

Lunghezza lati del triangolo: **5 m**

Criteri di osservazione:

1. Gli attaccanti riescono a fare 5 passaggi di fila attraverso la zona del triangolo?

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- **1 tentativo** su un massimo di 6 deve riuscire alla squadra che attacca

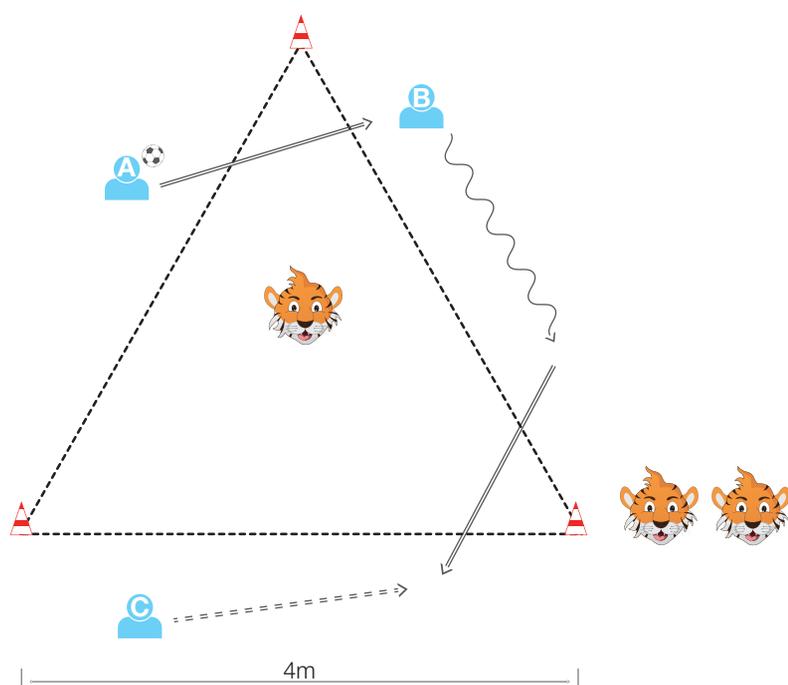
Prepare reti in
grupp

Tigerball

Categoria
G



	Nome	Criteri d'osservazione			Rius- cito	Data
		5 passaggi di fila	La tigre tocca il pallone, ma non lo conquista	1 tentativo su un massimo di 6 deve riuscito		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						



Svolgimento:

- 3 bambini = attaccanti, 3 bambini = difensori
- I 3 attaccanti si mantengono al di fuori del triangolo. Al centro del triangolo si trova il difensore (= tigre).
- Obiettivo dei tre attaccanti = 5 passaggi consecutivi attraverso la zona del triangolo **senza toccare** la palla al difensore.
- Dopo ogni tentativo cambiare il difensore (tigre).
- Gli attaccanti devono rimanere al di fuori del triangolo, la tigre solo all'interno.

Materiale:

- 3 coni
- 6 casacche (3 per colore)
- 3-6 palloni

Dimensioni:

Lunghezza lati del triangolo : **4 m**

Criteri di osservazione:

1. Gli attaccanti riescono a fare 5 passaggi di fila attraverso la zona del triangolo?

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- **2 tentativi** su un massimo di 6 deve riuscire alla squadra che attacca.

Prepare reti in gruppo

Tigerball

Categoria
G



	Nome	Criteri d'osservazione			Riuscito	Data
		5 passaggi di fila	La tigre no tocca il pallone	2 tentativo su un massimo di 6 deve riuscito		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						

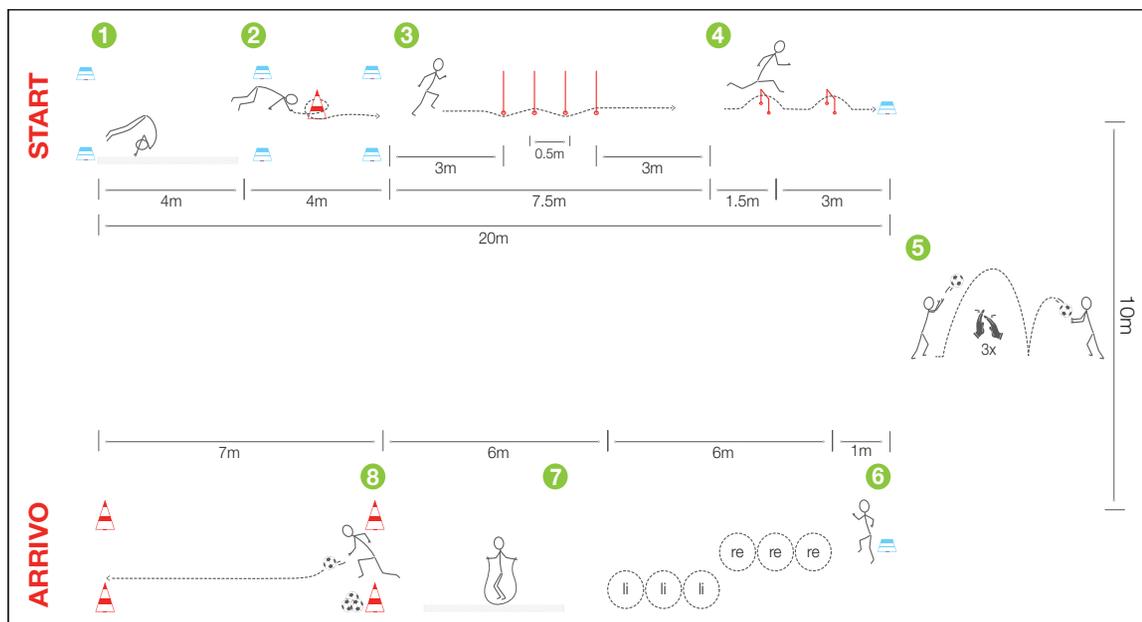
Calcio per bambini - Distinzioni ASF

Punto centrale dell'allenamento 2: vivere la molteplicità



Percorso a ostacoli

Categoria
G



Svolgimento:

- I compiti del percorso (1-8) vanno svolti uno dopo l'altro e senza interruzioni.

Materiale:

- 1 casacca
- 5 coni
- 8 cinesini
- 4 stanghe per lo slalom
- 2 ostacoli
- 6 palloni
- 6 cerchi
- 1 corda

Criteri di osservazione:

1. **Capriola in avanti:** eseguire una capriola in avanti. (Appoggiarsi bene su entrambe le mani prima di eseguirla). Dall'inizio alla fine (rialzarsi in piedi) occorre tenere un oggetto tra le ginocchia.
2. **Forza:** effettuare il percorso senza fermarsi da A a B a «quattro zampe» (a pancia in giù). Solo mani e piedi possono toccare il suolo.

3. **Slalom:** effettuare uno slalom senza toccare i paletti (4 paletti, a 50 cm di distanza).
4. **Ostacoli:** saltare i 2 ostacoli (alti 20-30 cm) senza toccarli (tipologia di salto libera).
5. **Pallone:** 2x lanciare in alto con le mani il pallone, battere 2x le mani e riafferrare il pallone dopo che ha toccato il suolo una volta.
6. **Percorso con cerchi allineati:** saltare su una gamba all'interno dei cerchi senza toccarli. Tipologia di salto: v. schizzo.
7. **Salto con la corda:** saltare la corda 10 volte (tipologia di salto libera, ripartire da zero in caso di errori).
8. **Passaggi precisi:** lanciare il pallone per 2 volte in un'area di 2x2 m da una distanza di 7 m. Ogni tentativo è da eseguire con la mano dx e la sx. Max. 5 tentativi.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- **6 su 8** criteri di osservazione sono stati raggiunti
- **Non ci sono limiti di tempo.**
- **Al max. 3 tentativi** per compito.

Percorso a ostacoli

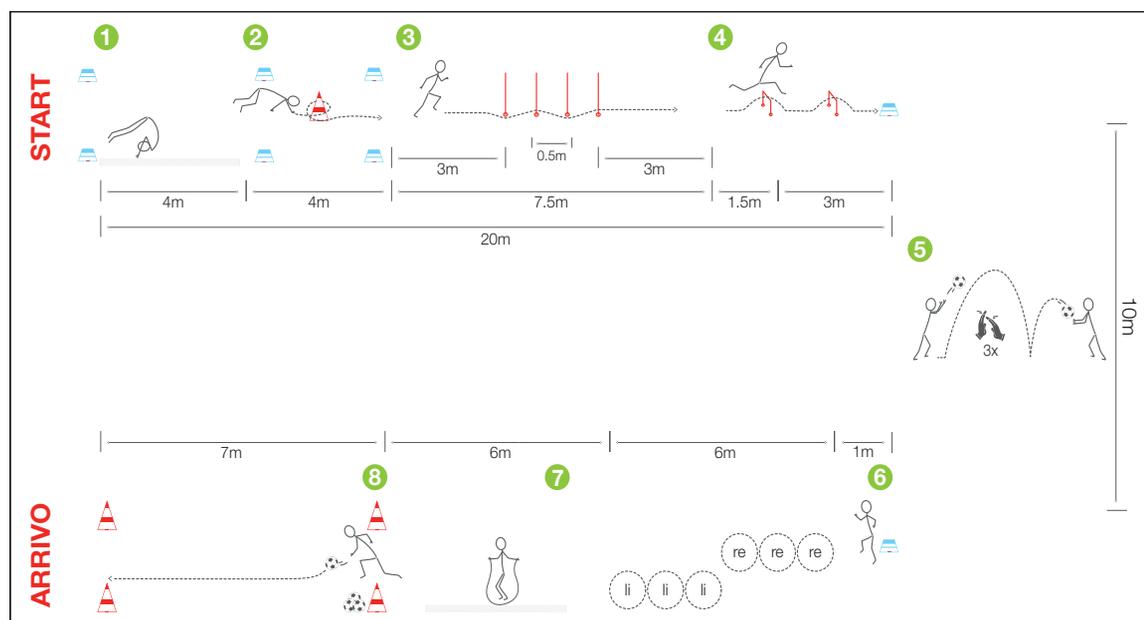
Categoria
G



	Nome	Criteri d'osservazione								Tempo	Riuscito	Data
		1	2	3	4	5	6	7	8			
		Capriola	Forza	Slalom	Ostacoli	Pallone	Salti	Salto corda	Passaggi precisi			
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												

Percorso a ostacoli

Categoria
G



Svolgimento:

- I compiti del percorso (1-8) vanno svolti uno dopo l'altro e senza interruzioni.

Materiale:

- 1 casacca
- 5 coni
- 8 cinesini
- 4 stanghe per lo slalom
- 2 ostacoli
- 6 palloni
- 6 cerchi
- 1 corda

Criteri di osservazione:

- Capriola in avanti:** eseguire una capriola in avanti. (Appoggiarsi bene su entrambe le mani prima di eseguirla). Dall'inizio alla fine (rialzarsi in piedi) occorre tenere un oggetto tra le ginocchia.
- Forza:** effettuare il percorso senza fermarsi da A a B a «quattro zampe» (a pancia in giù). Solo mani e piedi possono toccare il suolo.

- Slalom:** effettuare uno slalom senza toccare i paletti (4 paletti, a 50 cm di distanza).
- Ostacoli:** saltare i 2 ostacoli (alti 20-30 cm) senza toccarli (tipologia di salto libera).
- Pallone:** 2x lanciare in alto con le mani il pallone, battere 2x le mani e riafferrare il pallone dopo che ha toccato il suolo una volta.
- Percorso con cerchi allineati:** saltare su una gamba all'interno dei cerchi senza toccarli. Tipologia di salto: v. schizzo.
- Salto con la corda:** saltare la corda 10 volte (tipologia di salto libera, ripartire da zero in caso di errori).
- Passaggi precisi:** lanciare il pallone per 2 volte in un'area di 2x2 m da una distanza di 7 m. Ogni tentativo è da eseguire con la mano dx e la sx. Max. 5 tentativi.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- 7 su 8** criteri di osservazione sono stati raggiunti.
- Il percorso è portato a termine in **2 minuti**.
- Si effettua **1 tentativo** per compito.

Percorso a ostacoli

Categoria
G



	Nome	Criteri d'osservazione								Tempo	Riuscito	Data
		1	2	3	4	5	6	7	8			
		Capriola	Forza	Slalom	Ostacoli	Pallone	Salti	Salto corda	Passaggi precisi			
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												

3 contro 3 (con portiere)

Categoria
G



Svolgimento:

- Partita senza arbitro.
- Durata = 20 minuti.
- Prima, durante e dopo la partita agire autonomamente come squadra.
- Ogni 5 minuti il responsabile dei test da un segnale per scambiare le posizioni (4 x 5 min = 20 min).
- I compiti devono essere svolti senza l'aiuto dell'allenatore.

Materiale:

- 8 casacche (4 per colore)
- 1 set di cinesini
- 10 palloni
- 2 porte (5m)

Situazione di partenza:

- 2 porte; distanza: 15 m
- Materiale: 2 x 4 casacche, 1 set di coni, 10 palloni

Compiti per i bambini:

Da svolgere autonomamente:

- Segnare il campo.
- Distribuire i palloni in campo (3 per ogni linea laterale e 2 a ogni porta).
- Formare squadre equilibrate.
- Definire le regole di base/gli schieramenti.
- Dare il via al gioco autonomamente.
- Giocare 20 minuti autonomamente rispettando le regole del fairplay.
- Al segnale scambiare le posizioni di gioco.
- Al fischio finale stringere la mano degli avversari.

Criteri di osservazione:

Prima della partita: (5min)

1. Segnare il campo da soli e distribuire i palloni (3 per ogni linea laterale, 2 a ogni porta).
2. Formare squadre equilibrate.
3. Definire le regole di base/gli schieramenti all'interno della squadra.
4. Dare il via al gioco da soli.

Durante la partita:

5. In ogni squadra è visibile almeno 3 volte il principio di gioco: «tutti partecipano al gioco di attacco».
6. I giocatori si scambiano le posizioni al segnale.
7. Tutti i bambini applicano il fairplay.

Al termine della partita: (5min)

8. I bambini si stringono la mano.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- **6 su 8 criteri di osservazione sono stati raggiunti.**

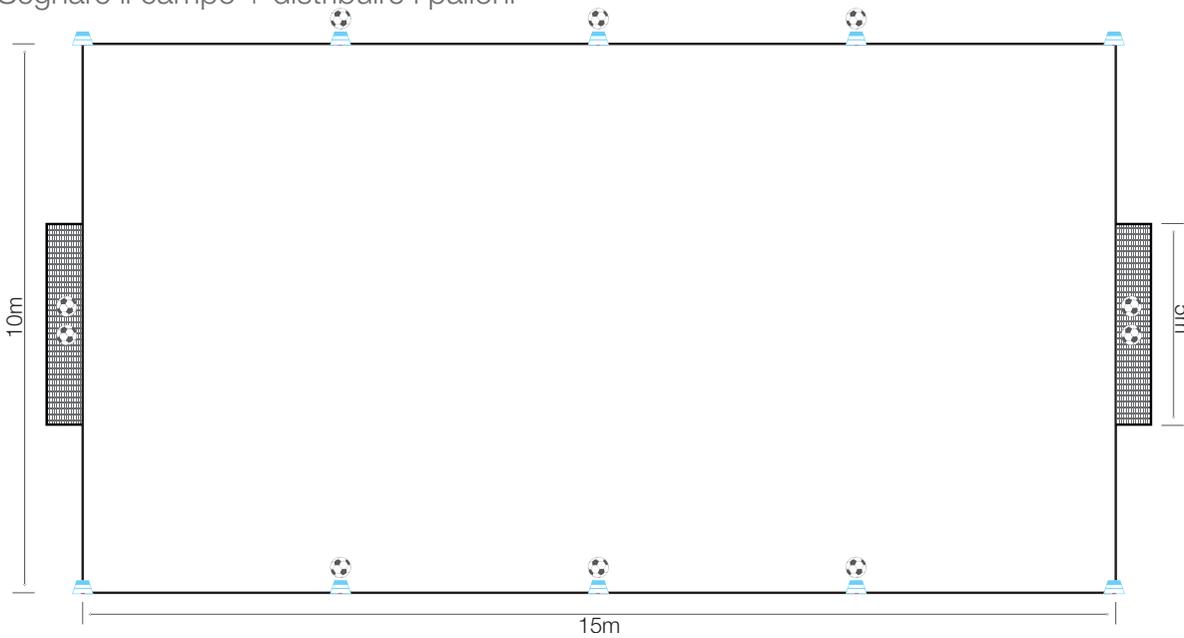
3 contro 3 (con portiere) Categoria **G**



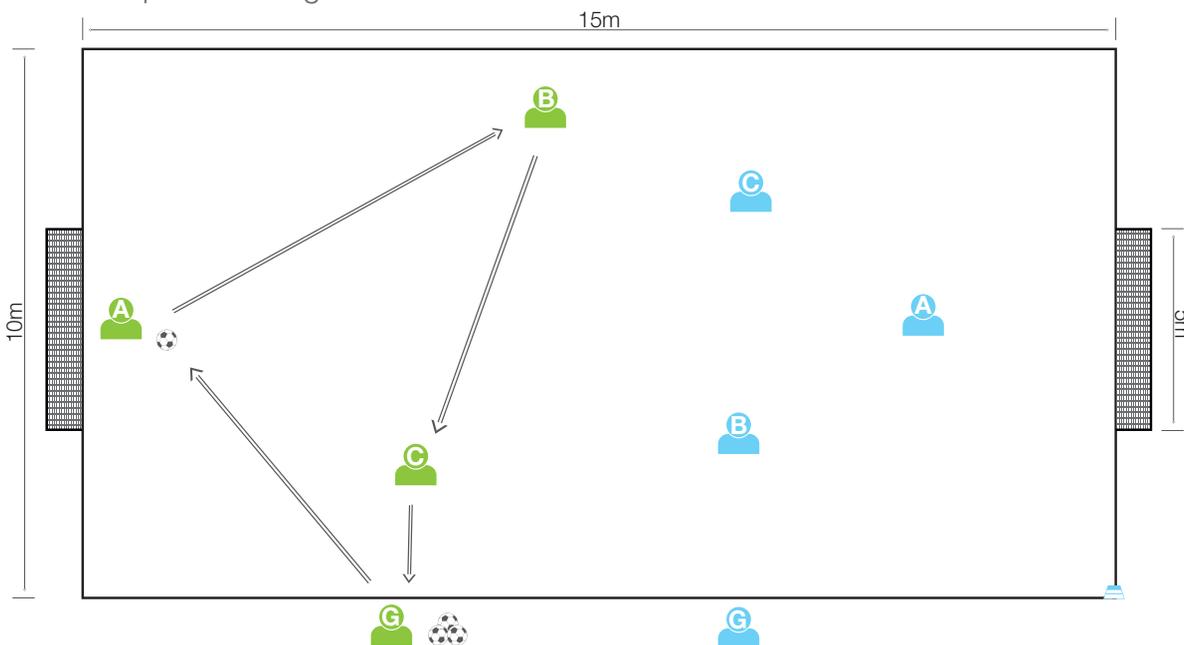
Situazione di partenza



Segnare il campo + distribuire i palloni



Rotazione posizioni di gioco



3 contro 3 (con portiere)

Categoria
G



Squadre	Criteri d'osservazione								Rius- cito	Data		
	Prima della partita				Durante la partita			Al termine della partita				
	1	2	3	4	5			6			7	8
	Segnare il campo e distribuire i palloni	Formare squadre	Definire le regole di base	Dare il via al gioco	Il principio di gioco «tutti partecipano al gioco di attacco» (é visibile ameno 3 volte in ogni squadra)			Rotazione posizioni di gioco			Fairplay	Stretta di mano
1					2	3						
Squadra 1												
Squadra 2												
Squadra 3												
Squadra 4												

Squadra 1

Squadra 2

Squadra 3

Squadra 4

3 contro 3 (con portiere)

Categoria
G



Svolgimento:

- Partita senza arbitro.
- Durata = 20 minuti.
- Prima, durante e dopo la partita agire autonomamente come squadra.
- Ogni 5 minuti il responsabile dei test da un segnale per scambiare le posizioni (4 x 5 min = 20 min).
- I compiti devono essere svolti senza l'aiuto dell'allenatore.

Materiale:

- 8 casacche (4 per colore)
- 1 set di cinesini
- 10 palloni
- 2 porte (5m)

Situazione di partenza:

- 2 porte; distanza: 15 m
- Materiale: 2 x 4 casacche, 1 set di coni, 10 palloni

Compiti per i bambini:

Da svolgere autonomamente:

- Segnare il campo.
- Distribuire i palloni in campo (3 per ogni linea laterale e 2 a ogni porta).
- Formare squadre equilibrate.
- Definire le regole di base/gli schieramenti.
- Dare il via al gioco autonomamente.
- Giocare 20 minuti autonomamente rispettando le regole del fairplay.
- Al segnale scambiare le posizioni di gioco.
- Al fischio finale stringere la mano degli avversari.

Criteri di osservazione:

Prima della partita: (5min)

1. Segnare il campo da soli e distribuire i palloni (3 per ogni linea laterale, 2 a ogni porta).
2. Formare squadre equilibrate.
3. Definire le regole di base/gli schieramenti all'interno della squadra.
4. Dare il via al gioco da soli.

Durante la partita:

5. In ogni squadra è visibile almeno 3 volte il principio di gioco: «tutti partecipano al gioco di attacco».
6. I giocatori si scambiano le posizioni al segnale.
7. Tutti i bambini applicano il fairplay.

Al termine della partita: (5min)

8. I bambini si stringono la mano.

L'obiettivo di apprendimento è conseguito se:

- **8 su 8 criteri di osservazione sono stati raggiunti.**

3 contro 3 (con portiere)

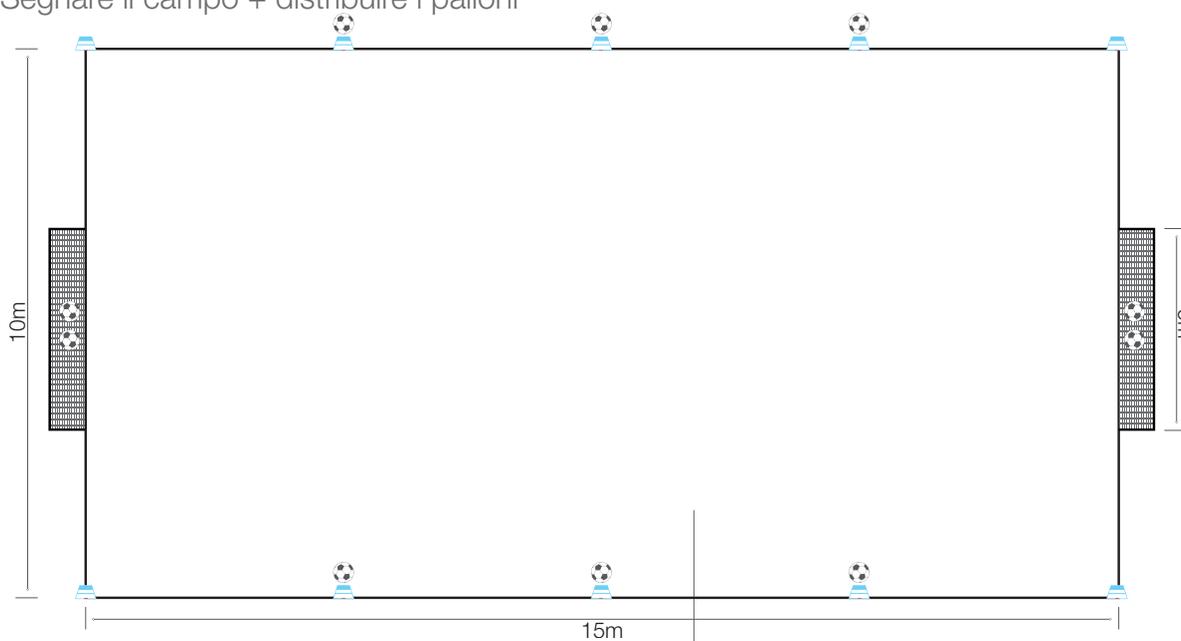
Categoria
G



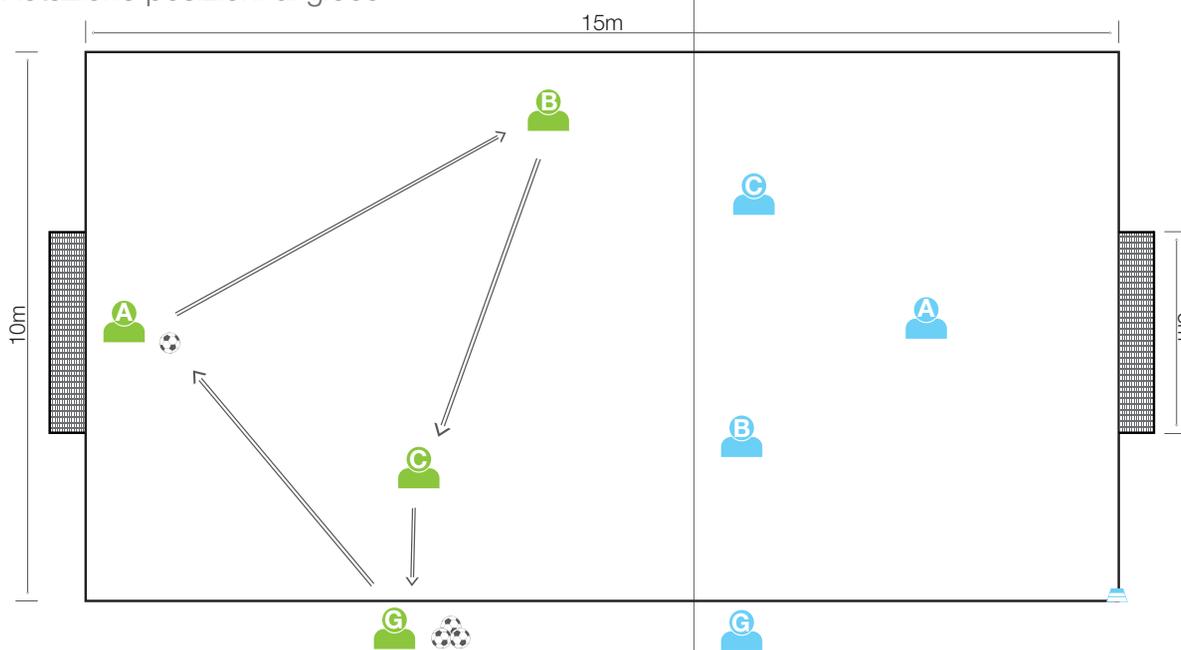
Situazione di partenza



Segnare il campo + distribuire i palloni



Rotazione posizioni di gioco



3 contro 3 (con portiere)

Categoria
G



Squadre	Criteri d'osservazione								Rius- cito	Data		
	Prima della partita				Durante la partita			Al termine della partita				
	1	2	3	4	5			6			7	8
	Segnare il campo e distribuire i palloni	Formare squadre	Definire le regole di base	Dare il via al gioco	Il principio di gioco «tutti partecipano al gioco di attacco» (é visibile almeno 3 volte in ogni squadra)			Rotazione posizioni di gioco			Fairplay	Stretta di mano
1					2	3						
Squadra 1												
Squadra 2												
Squadra 3												
Squadra 4												

Squadra 1

Squadra 2

Squadra 3

Squadra 4
