Credit Suisse cup by SFV School Tour

#IamCScup

# Lezioni di sport per scuole elementari

CREDIT SUISSE
main partner

PUMA
technical partner

# Sommario

Insegnare il calcio giocando 4
11 Consigli pratici 6
Arbitrare una partita 8
Organizzare una partita 10

Lezione 1 – Leoni di mare e orsi polari 12
Lezione 2 – Il ponte sul fiume 14
Lezione 3 – Flipper coi cassoni 16
Lezione 4 – Il circo dei funamboli 18
Lezione 5 – Laghi e montagne 20
Lezione 6 – Raccolta medaglie 22

Allestimento del cortile per la ricreazione 24
Tornei 25

# Introduzione

**Il calcio non deve necessariamente restare confinato al rettangolo verde: infatti è uno dei giochi a cui i ragazze e ragazzi si dedicano più volentieri a ricreazione e nelle ore di ginnastica. Affinché tutti i bambini e ragazzi possano accedere allo sport e al calcio in particolare, l'Associazione Svizzera di Football (ASF) sostiene l'impegno di tutte le scuole elementari in Svizzera.**

Il presente opuscolo è destinato ai docenti della scuola primaria e intende essere uno strumento per avvicinare al calcio i bambini di questa fascia di età in maniera divertente e adeguata al loro modo di essere.

Come insegnare il calcio giocando? Quali regole comuni si devono fissare? Quale ruolo o quali ruoli deve assumere il docente durante la partita? Come si parla a partita finita?

Le forme di organizzazione e le indicazioni pratiche riportante nel presente opuscolo sono impostate sulle condizioni delle scuole elementari svizzere e si fondano sul progetto «Calcio per bambini» della ASF.

Durante una lezione tutti i bambini dovrebbero divertirsi, imparare e mettere in pratica qualcosa: il divertimento, cioè la gioia di giocare, è la cosa più importante.

Tutti gli scolari interessati vogliono partecipare alla partita, ciò significa che non ci devono essere lunghe pause e giocatori in panchina. Queste esigenze vanno tenute ben presenti sia in palestra durante le lezioni sia in cortile durante la ricreazione o negli eventuali tornei scolastici.

Le nostre proposte per l'organizzazione delle lezioni di ginnastica e del gioco libero a ricreazione consentono a tutti di partecipare, sia maschi che femmine, sia allenati che meno allenati. E con i piani partite per i tornei scolastici tutti i partecipanti giocano dall'inizio alla fine: eliminazioni e riserve sono concetti che vengono lasciati al calcio professionistico.

# Insegnare il calcio giocando

## Giocare per imparare

Giocare è un bisogno fondamentale per i bambini e probabilmente è anche il miglior modo per imparare. Quando giocano, i bambini sperimentano importanti per l'apprendimento. e sono costantemente attenti. La tecnica di base vengono trasmesse in maniera ludica. È meglio rinunciare ad esercizi ripetitivi, poiché i bambini perdono velocemente la concentrazione, e lasciare spazio alla loro creatività.

## Accompagnare la partita

I bambini agiscono volentieri da soli e, nel quadro delle loro possibilità, vogliono decidere autonomamente. Una partita è perciò il terreno d'apprendimento ideale e il «gioco libero» la forma più adatta.

I bambini devono imparare a svolgere il gioco in modo autonomo. In caso di situazioni litigiose i bambini vanno aiutati a trovare una soluzione consensuale che permette di proseguire il gioco.

## Stabilire regole di gioco semplici

L'intensità del gioco e la partecipazione dei bambini aumentano giocando con squadre da 3 a 5 giocatori in piccoli campi uno accanto all'altro. Prima della partita, formare delle piccole squadre e accordarsi su regole di gioco semplici.

## Osservare e variare

Durante la lezione i bambini esercitano le numerose varianti del calcio. Nel corso della partita possono esprimere la loro creatività e divertirsi. L'insegnante osserva attentamente ciò che succede sul campo e, se necessario, interviene con degli adattamenti.

## Discutere della partita

Giocare scatena sensazioni intense, come il piacere, la felicità e l'orgoglio. A volte, però, suscita anche rabbia e sorpresa. Per questo è importante che i bambini imparino a gestire le loro emozioni. dopo la partita, l'insegnante può discutere coi bambini di determinate situazioni di gioco o di certi comportamenti. Al centro della partita vi devono essere non solo la vittoria o la sconfitta, ma anche la cooperazione, l'apprendimento e l'esperienza.

## 11 Consigli pratici

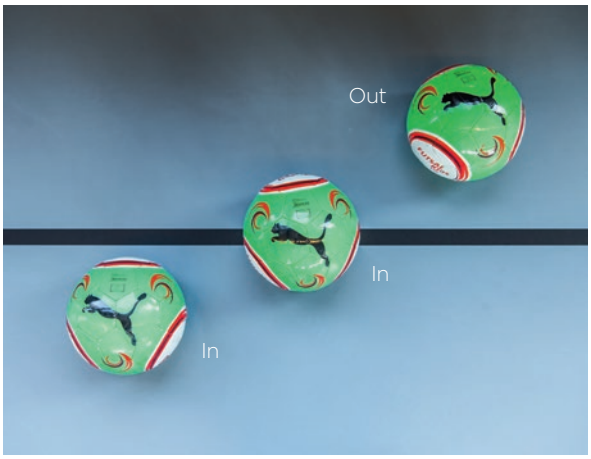
1. Tutti giocano (nel limite del possibile nessun giocatore di riserva)
2. Ogni giocatore ha la sua palla.
3. Preparare il materiale necessario all'inizio della lezione e utilizzarlo a seconda dei bisogni.
4. Una storia come fil rouge.
5. Dei piccoli gruppi e numerose reti sono sinonimo di divertimento e di tanto movimento.
6. Utilizzare dei palloni soffici.
7. Nessuna eliminazione.
8. Definire insieme le regole e rispettarle.
9. Giocare senza arbitro.
10. Evitare i tempi morti.
11. La nostra tabella di marcia: gioco libero, esercitarsi, giocare.

# Arbitrare una partita

Per arbitrare una partita di calcio tra bambini non è necessario conoscere per filo e per segno tutte le regole della Fifa. Seguendo questi suggerimenti, il gioco rimane un divertimento.

## Fuori

La palla non è più in gioco se supera completamente le linee laterali o di fondo. Se ciò avviene, la squadra che non ha toccato per ultima la palla, procede alla rimessa in gioco. La rimessa in gioco può avvenire con le mani, facendo rotolare la palla o calciandola. In palestra vi è la possibilità di fare rimbalzare la palla sulle pareti.




## Mani

Se la palla viene toccata con le mani o le braccia, la partita viene interrotta. La squadra avversaria ottiene un calcio di punizione dal punto in cui la palla è stata toccata. A seconda del livello dei bambini, la partita riprende con un passaggio o un dribbling. Durante le lezioni di ginnastica tutti i calci di punizione sono indiretti: ciò significa che non si può tirare direttamente a rete.

## Fallo

Un giocatore commette fallo quando dà un calcio, spinge, colpisce, trattiene o sgambetta l'avversario. La partita viene interrotta e la squadra che ha subito il fallo conquista un calcio di punizione. A seconda del livello dei bambini, la partita riprende con un passaggio o un dribbling. Durante le lezioni di ginnastica tutti i calci di punizione sono indiretti: ciò significa che non si può tirare direttamente a rete.

## Rete

In palestra vi sono numerose possibilità per allestire delle porte, ad esempio con cassoni svedesi, panchine, tappetini, reti da unihockey, paletti, ecc. Questa varietà fa sì che anche le reti possano essere segnate in modi diversi, con un tiro da lontano, rasoterra o alto, oppure superando o aggirando tutta la difesa.

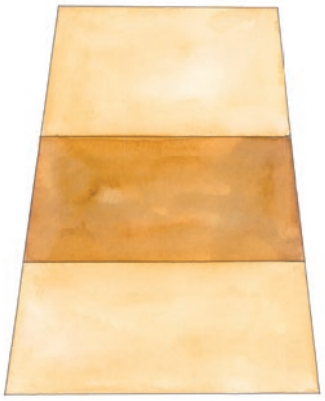
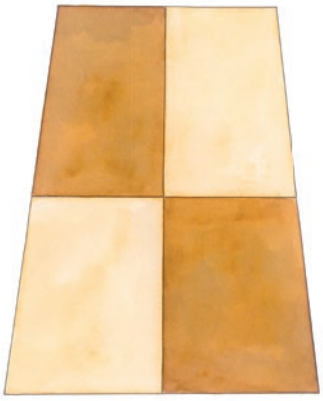
Quando viene segnata una rete, si può riprendere il gioco in due modi:

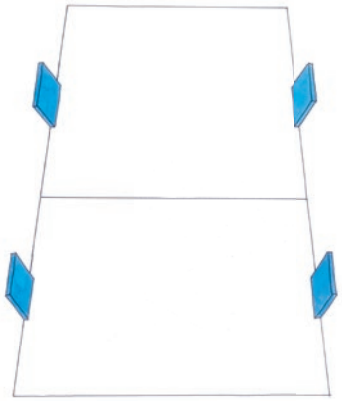
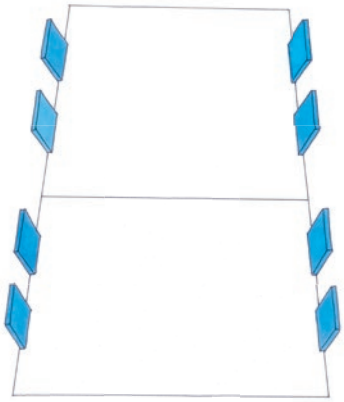
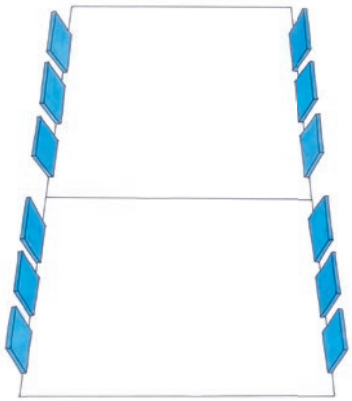
1. direttamente con un passaggio o un dribbling (la partita è più fluida)
2. da centrocampo

# Organizzare una partita

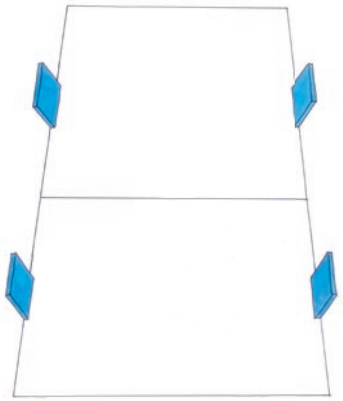
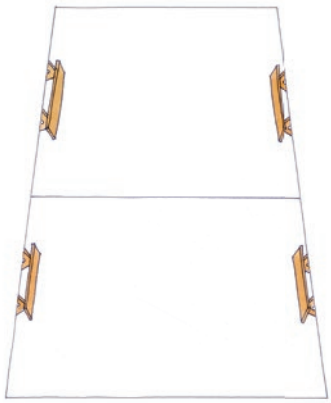
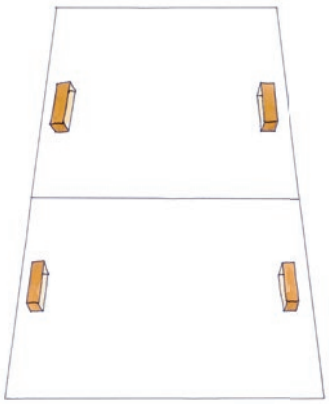
Durante le lezioni di ginnastica è preferibile optare per forme di gioco dallo svolgimento chiaro. In questo modo tutti i bambini possono giocare. Nel caso in cui sia necessario procedere a sostituzioni, le pause vanno minimizzate. Giocare a calcio prendendo spunto da una storia e formando squadre equilibrate è molto più divertente.

Le palestre sono spesso di dimensioni diverse. La superficie di gioco risulta così automaticamente limitata. Affinché tutti i bambini possano giocare il più possibile, si consiglia di limitare lo spazio a disposizione.

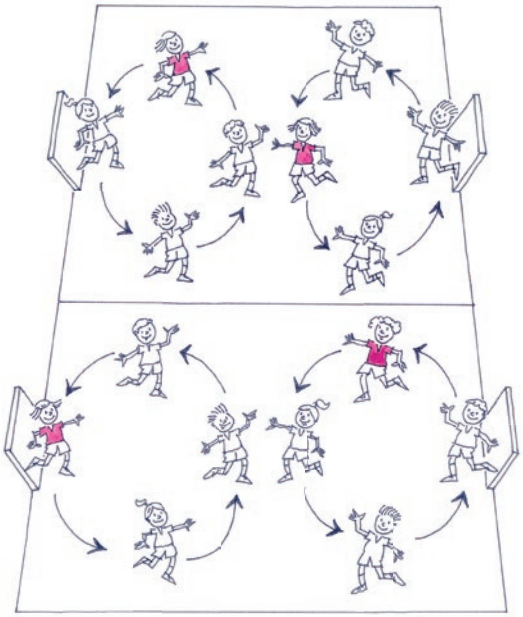
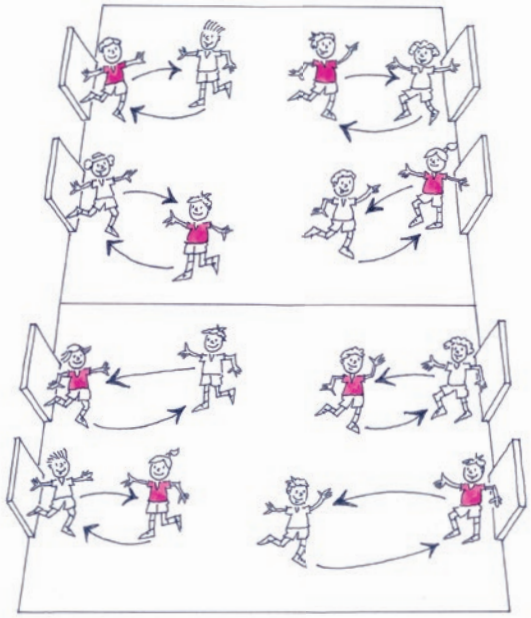
| **Campi da gioco** | | |
|---|---|---|
| Due campi | Tre campi | Quattro campi |
| |  |  |

| **Numero di porte** | | |
|---|---|---|
| Una porta su ogni lato | Due porte su ogni lato | Tre porte su ogni lato |
|  |  |  |

## Tipi di porte

| Tappetini | Panchine | Elementi di cassone |
|---|---|---|
|  |  |  |

## Squadre

| Rotazione della posizione dei giocatori | Cambiare portiere |
|---|---|
|  |  |

# Lezione 1 – Leoni di mare e orsi polari

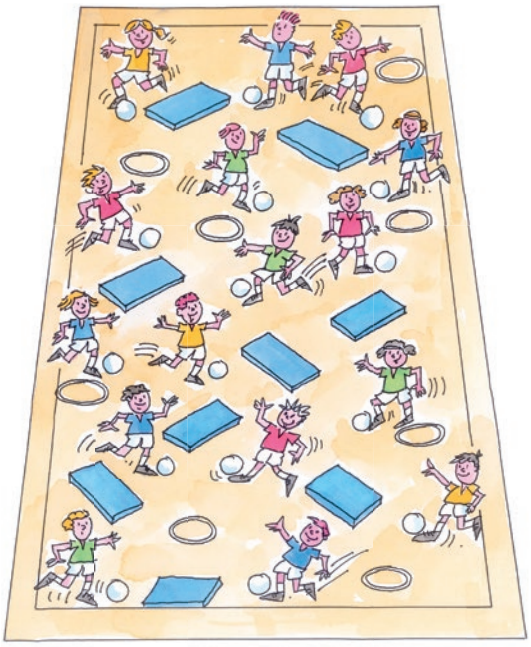
*1°–3° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Nel mare di tappeti

*Introduzione, 15 minuti*

**Materiale**

- 1 tappeto per leone marino
- 1 cerchio per orso polare
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per ogni bambino



**Descrizione**

Formare due squadre: i leoni marini e gli orsi polari. Ripartire i tappeti (isole) e i cerchi (iceberg) nella palestra.

**Gioco libero**

Tutti i bambini dribblano attorno alle isole (tappeti) e agli iceberg (cerchi). Variare il tocco di palla: collo ed esterno del piede, destro/sinistro, ecc.

**Esercitare**

Quando l'insegnante fa un segno con il braccio:

1. I bambini posano la loro palla sull'isola e prendono un pallone libero.
2. I bambini posano la loro palla sull'iceberg e prendono un pallone libero.
3. Effettuano un dribbling attorno all'isola o all'iceberg solo con il piede sinistro o con quello destro (poi il contrario).

**Gareggiare**

A un segnale gli orsi polari posano il pallone su un iceberg, i leoni marini su un'isola. Quale delle due squadre è più veloce? Idem, al contrario.

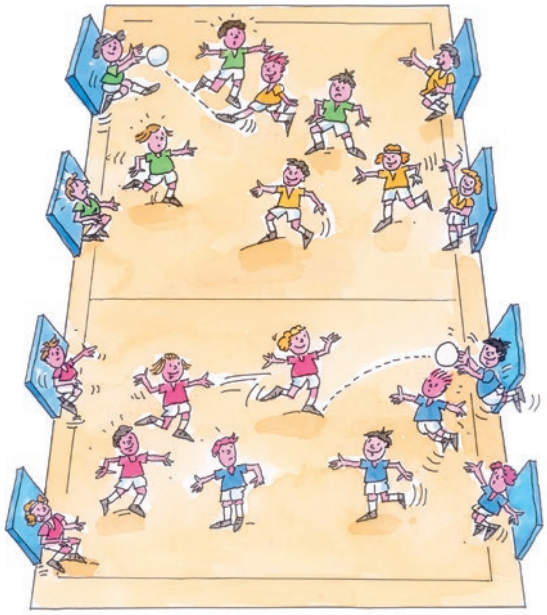
**Focus**

- I bambini conducono la palla in modo controllato?
- I bambini riescono a effettuare i compiti loro assegnati?

## Torneo sul ghiaccio

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- 8 tappeti
- 2 palloni
- 1 casacca per ogni bambino



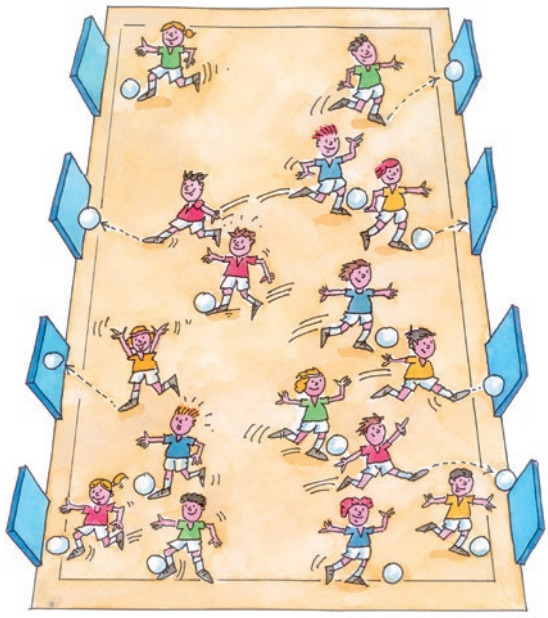
**Descrizione**
- Dividere la palestra in due campi. Per ogni campo due porte (appoggiare i tappeti alle pareti). Giocare con le squadre formate durante l'introduzione.
- I bambini giocano una partita con o senza portiere. Le due squadre attaccano e difendono entrambe le porte.
- 3 turni di circa 7 minuti. Gli avversari, la posizione dei giocatori e il portiere cambiano dopo ogni turno.
- Giocare utilizzando le pareti. La palla è fuori (-> rimessa in gioco con i piedi) quando supera la linea e finisce nell'altro campo.

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano al gioco?
- I bambini cercano di dribblare e di passare la palla in avanti?
- I portieri partecipano attivamente al gioco e alle azioni d'attacco?

## Gli iceberg nel mirino

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- 4 tappeti
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per ogni bambino



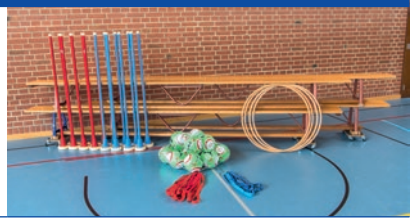
**Descrizione**
- Preparare le porte (tappeti) prima della partita. Ogni bambino ha una palla.
- I bambini dribblano liberamente e cercano di segnare il maggior numero possibile di reti. Dopo ogni rete segnata, bisogna cambiare tappeto.
- 2–3 volte:
  1. turno: segnare tirando col piede sinistro.
  2. turno: segnare tirando col piede destro.
  3. turno: segnare tirando col piede destro o con quello sinistro.

# Lezione 2 – Il ponte sul fiume

*1°–3° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Guardiani di ponti

*Introduzione, 15 minuti*



**Materiale**

- Paletti o coni per delimitare il campo di gioco
- 4 panchine
- 1 pallone per bambino
- Un nastro o una casacca per ogni bambino
- 4 cerchi

**Descrizione**

Demarcare due spiagge e un ponte (zona centrale) utilizzando le linee, dei paletti o dei coni. Formare due squadre e suddividerle sulle due spiagge.

**Gioco libero**

I bambini dribblano sul ponte e passano sull'altra spiaggia. Cercano di condurre il pallone con dei passettini e colpendolo il più possibile.

**Esercitare**

Condurre il pallone in diversi modi: col collo del piede, con l'esterno, solo con il destro o solo con il sinistro.

**Gareggiare**

Designare 2 guardiani del ponte e nelle zone di partenza riempire due cerchi con dei nastri. I bambini cercano di dribblare i guardiani del ponte e di arrivare così sulla spiaggia opposta. Se un guardiano riesce ad impossessarsi di un pallone e a spedirlo fuori dal campo di gioco, i ruoli vengono invertiti. Se invece un bambino riesce ad attraversare il ponte conquista un nastro.

Alla fine chi ha vinto più nastri?

**Più facile**

Degli ostacoli al posto dei difensori, solo un guardiano, allargare i ponti.

**Più difficile**

Designare più guardiani, restringere il ponte.

**Focus**

- I bambini riescono ad applicare le consegne?
- I bambini riconoscono quando vi è uno spazio libero?
- I compiti sono troppo facili/difficili?

## Torneo in spiaggia

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- Paletti o coni per delimitare i campi
- 4 panchine
- 2 palloni
- Un nastro o una casacca per ogni bambino

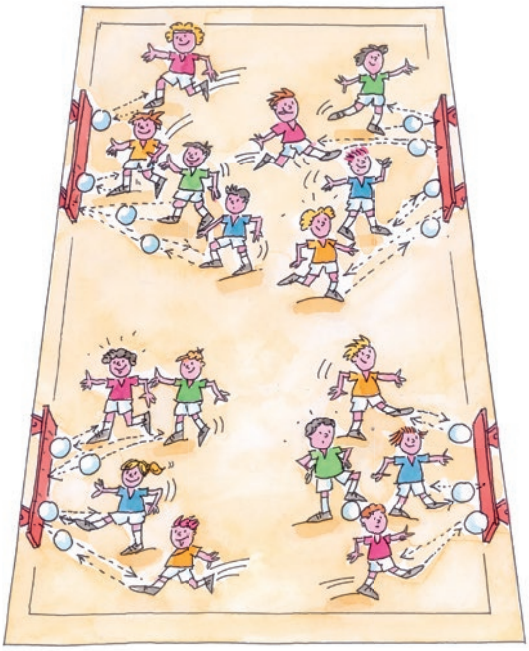
**Descrizione**
- Dividere la palestra in due campi da gioco. Una porta (panchina rovesciata) per ogni campo. Riprendere le squadre formate durante l'introduzione.
- I bambini giocano una partita con o senza portiere. Ogni squadra difende la propria rete.
- 3 turni di circa 7 minuti ognuno. Dopo ogni turno cambiare avversari, posizione dei giocatori e portieri.
- Giocare con le linee laterali. La palla è fuori se supera la linea laterale.

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano alla partita?
- I bambini cercano di dribblare e di passare la palla in avanti?

## Curling sotto i ponti

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- 4 panchine
- 1 palla per bambino
- Un nastro o una casacca per bambino



**Descrizione**

Utilizzare le panchine impiegate per le partite precedenti. Suddividere i bambini davanti alle panchine (circa lo stesso numero per ogni panchina).

Ogni bambino ha una palla. Chi riesce a calciare la sua palla verso la panchina, facendo in modo che questa si fermi il più vicino possibile alla panchina senza però toccarla?

Dopo ogni tiro riuscito, aumentare la distanza.

1. turno: col piede sinistro
2. turno: col piede destro

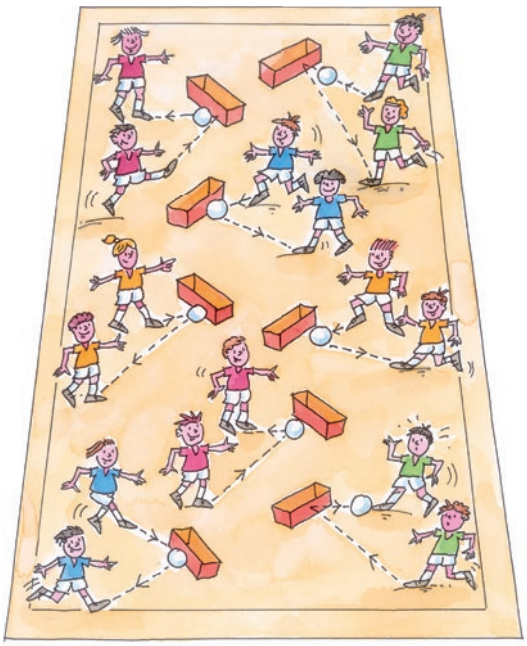
# Lezione 3 – Flipper coi cassoni

*1°–3° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Flipper coi cassoni

*Introduzione, 15 minuti*

**Materiale**
- 2 cassoni svedesi
- 1 palla per bambino
- 1 nastro o una casacca per bambino



**Descrizione**
Sparpagliare nella palestra tutti gli elementi dei cassoni. Formare delle squadre di due.

**Gioco libero**
Le coppie si muovono liberamente, passandosi la palla.

**Esercitare**
1. I bambini conducono la palla e la passano al compagno con la destra e la sinistra.
2. I bambini passano la palla al compagno facendola rimbalzare contro il paraurti (elementi del cassone o pareti).

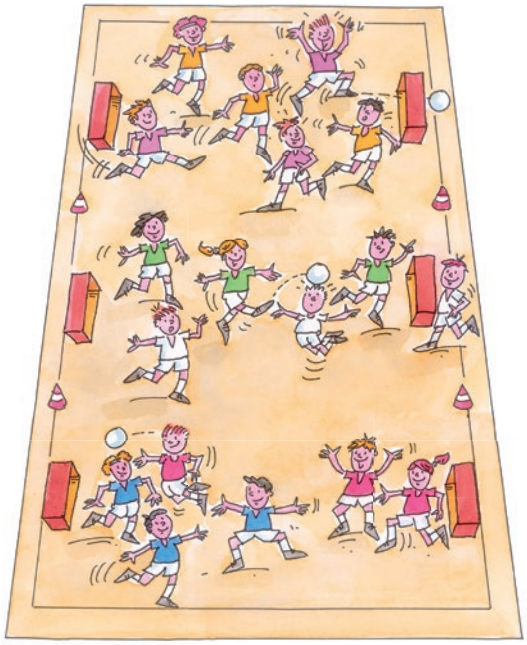
**Gareggiare**
- Quale coppia riesce per prima a effettuare 10 passaggi utilizzando i paraurti (sempre uno diverso)?
- Una squadra di difensori cerca di impedire il passaggio.

**Focus**
- I passaggi sono precisi?
- Si eseguono passaggi d'interno?

## Torneo di flipper

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- 2 cassoni svedesi
- 3 palloni
- 1 nastro/casacca per bambino



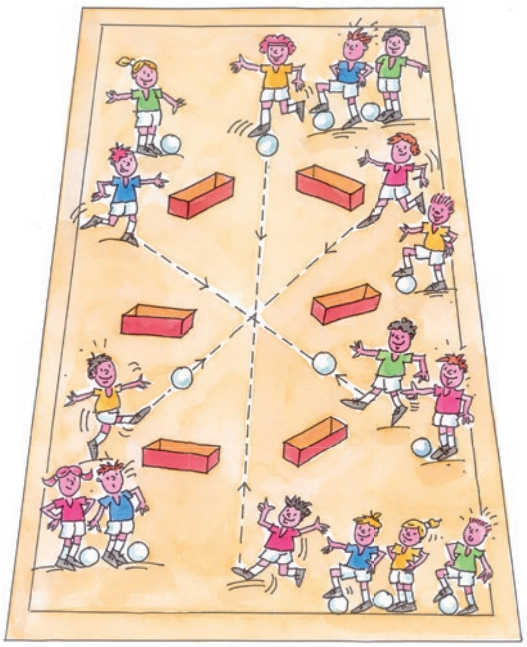
**Descrizione**
- Dividere la palestra in tre campi da gioco. Due porte per ogni campo (elementi del cassone). Formare 6 squadre. Le reti possono essere segnate da dietro o da davanti.
- Tre turni di circa 7 minuti. Cambiare avversari, posizione dei giocatori e portieri dopo ogni turno.
- Giocare contro le pareti. La palla è fuori (-> rimessa in gioco coi piedi) se supera la linea e rotola nell'altro campo.

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano al gioco?
- I bambini cercano con decisione la conclusione a rete?

## Passaggio flipper

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- 2 cassoni svedesi
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**
- Utilizzare gli elementi dei cassoni già impiegati in precedenza e sistemarli in mezzo alla palestra, in modo tale da lasciare degli spazi di grandezza differente tra un elemento e l'altro.
- Riprendere le coppie formate durante l'introduzione.
- I bambini prendono posizione con un pallone davanti agli elementi dei cassoni al centro della palestra e cercano di passare la palla al compagno dall'altra parte attraverso il flipper.

Quale squadra riesce a effettuare cinque passaggi senza che la palla tocchi uno degli elementi di cassone?

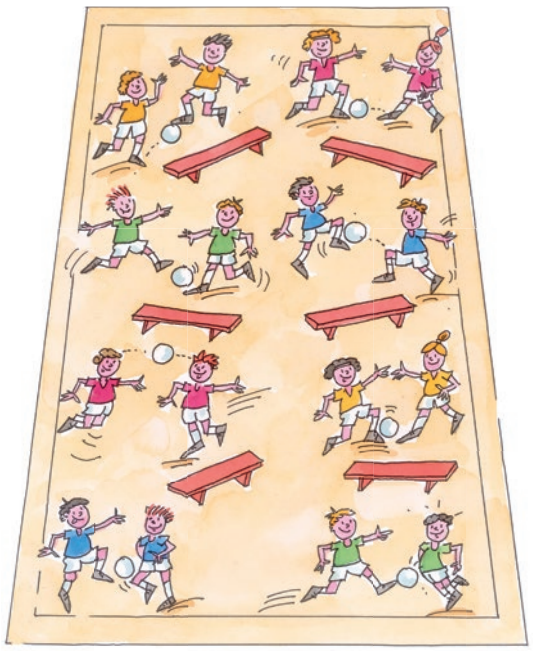
# Lezione 4 – Il circo dei funamboli

*4°–6° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Inventori di finte

*Introduzione, 15 minuti*

**Materiale**
- 4 panchine
- 1 palla per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**
Distribuire 4 panchine nella palestra; formare delle squadre di 2.

**Gioco libero**
Le squadre di 2 si passano la palla liberamente in tutta la palestra.

**Esercitare**
1. I bambini conducono la palla ed effettuano dei passaggi di destro e di sinistro al compagno.
2. Toccare la palla al massimo tre volte, poi passarla.
3. Condurre la palla, effettuare una finta e passare.

Ogni squadra inventa ed esercita una finta con la palla (ogni bambino ha la sua palla): mostrare la finta agli altri ed esercitarla

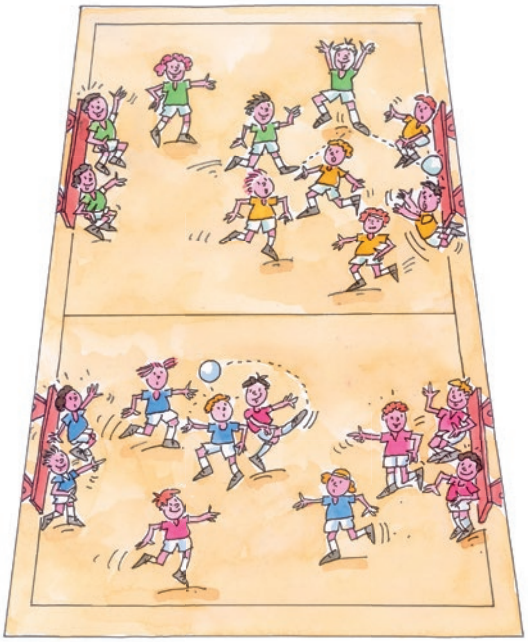
**Gareggiare**
Chi ha imparato più finte?

**Focus**
- Ognuno esercita le finte proposte dagli altri?
- Aiuto reciproco?

## Torneo degli artisti del pallone

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- 2 palloni
- 4 panchine
- 1 nastro/casacca per bambino



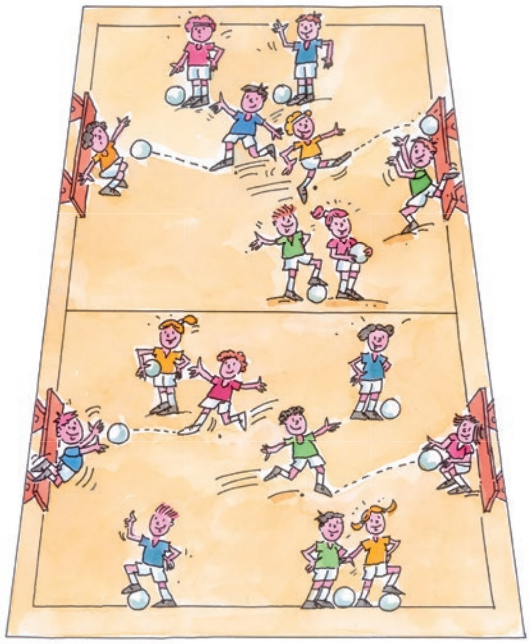
**Descrizione**
- Dividere la palestra in due campi da gioco. Una porta per ogni campo (panchina rovesciata). Formare 4 squadre.
- Partita su una porta. Tre turni di circa 7 minuti. Cambiare avversari, posizione dei giocatori e portieri dopo ogni turno.

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano al gioco?
- I bambini passano e dribblano con decisione spingendosi all'attacco?

## Tirare dei rigori

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- Un pallone per bambino
- 4 panchine
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**
- Utilizzare le panchine impiegate in precedenza. Un portiere per ogni panchina.
- Ogni rigorista ha un pallone. Gara individuale: calciare un rigore con un portiere.
- Ogni bambino può tirare il calcio di rigore col destro o col sinistro.
- I rigori devono essere tirati in due porte diverse (portiere differente).

Chi ha segnato più rigori?

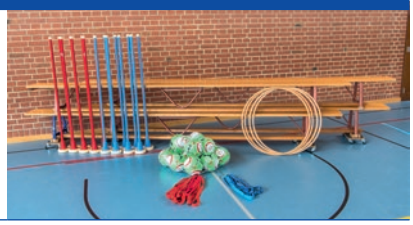
# Lezione 5 – Laghi e montagne

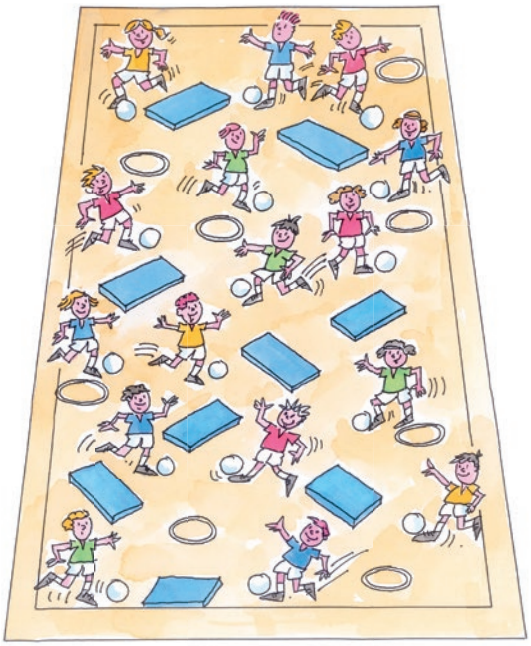
*4°–6° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Camminare e nuotare

*Introduzione, 15 minuti*

**Materiale**
- 1 tappetino per nuotatore
- 1 cerchio per escursionista
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino





**Descrizione**
- Distribuire dei tappetini (laghi) e dei cerchi (montagne) nella palestra.
- Formare due squadre: gli escursionisti e i nuotatori.

**Gioco libero**
Tutti i bambini dribblano attorno alle montagne (cerchi) e ai laghi (cerchi).
Variare il controllo palle: collo e esterno del piede, destro/sinistro, ecc.

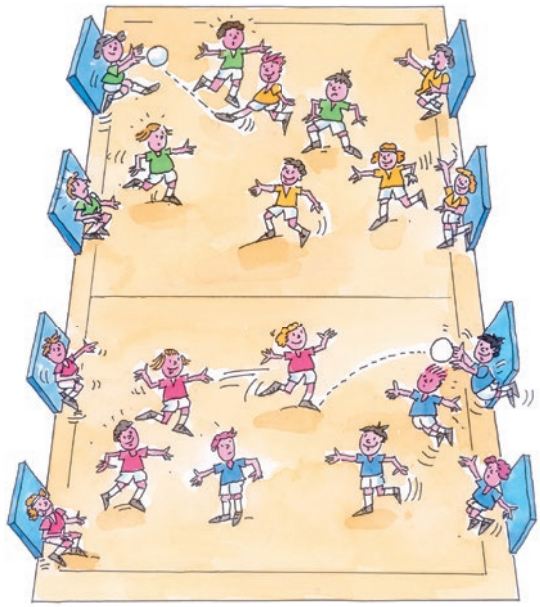
**Esercitare**
- Dribblare attorno al cerchio col collo del piede (destro o sinistro).
- Dribblare attorno al tappeto con l'esterno del piede (destro o sinistro).

**Gareggiare**
1. L'insegnante mostra un nastro blu:
   … i nuotatori posano la loro palla nel lago, gli escursionisti su una montagna.
   Sono stati riempiti prima i laghi o le montagne?
2. L'insegnante mostra un nastro rosso:
   … i nuotatori posano la loro palla su una montagna, gli escursionisti nel lago.
3. L'insegnante mostra o il nastro rosso o quello blu:
   Regola 1 o 2.

## Coppa delle Alpi

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- 8 tappetini
- 2 palloni
- 1 nastro/casacca per bambino



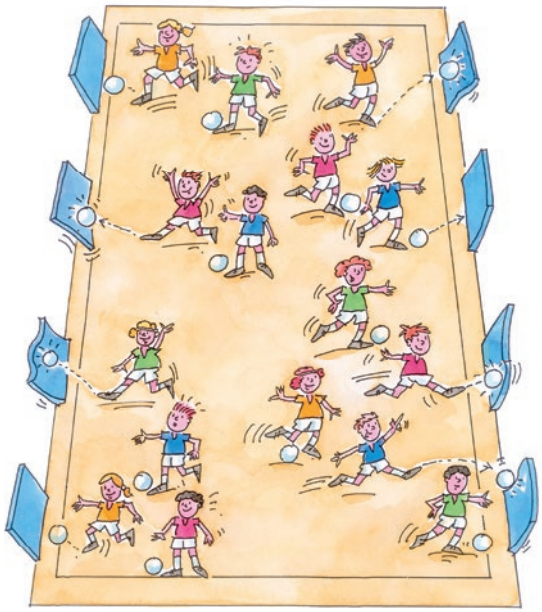
**Descrizione**
- Suddividere la palestra in due campi da gioco. Due porte per ogni campo (tappetini contro le pareti). Riprendere i gruppi formati durante l'introduzione.
- I bambini giocano una partita con portiere.
- Tre turni di circa 7 minuti ognuno. Cambiare avversari, posizione dei giocatori e portieri dopo ogni turno.
- Giocare con le pareti. La palla è fuori (rimessa in gioco con il piede) quando supera la linea laterale.

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano al gioco?
- I bambini cercano con decisione la conclusione a rete?

## Re dei tappeti

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- 8 tappeti
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**
- Utilizzare i tappeti impiegati per la partita precedente. Ogni bambino ha un pallone.
- Quattro bambini tirano a turno contro il tappeto.
- Chi riesce per primo a fare cadere il tappeto?

**Varianti**
- Aumentare la distanza.
- Tirare tutti nello stesso tempo.
- Quale squadra fa cadere per prima il tappeto?

# Lezione 6 – Raccolta medaglie

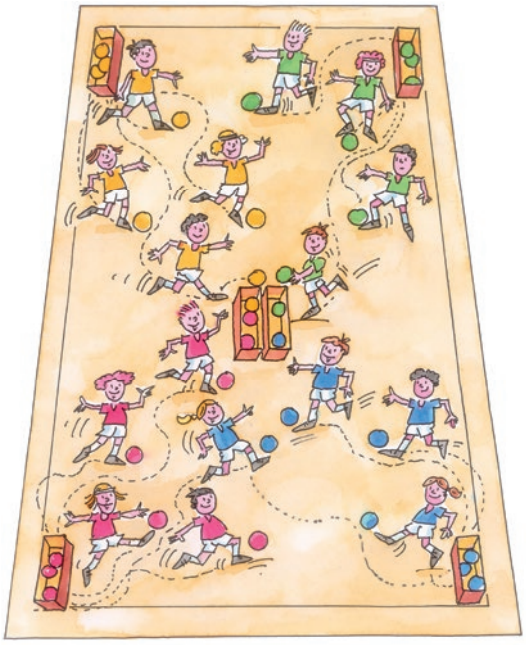
*4°–6° anno di scolarizzazione, 45 minuti*

## Furto di medaglie

*Introduzione, 15 minuti*

**Materiale**

- 4 tipi di palloni (ad esempio: palle soffici, palline da tennis, da pallavolo, da calcio)
- 8 elementi di un cassone
- 2–3 palle per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**

- Sistemare un elemento di un cassone in ognuno dei quattro angoli della palestra e deporre al suo interno un numero indifferente di palloni.
- Piazzare 2x2 elementi di un cassone al centro della palestra. Formare 4 squadre.

Formare dei gruppi di due all'interno di ogni squadra. Ogni squadra ha un suo colore di palla. Ad esempio la squadra A ha quelle rosse, la squadra B quelle bianche. A un segnale dato, tutti i giocatori dribblano partendo dal loro angolo verso il centro della palestra e depongono le loro palle in uno dei due cassoni. Dopodiché tornano al punto di partenza e ripartono con una seconda palla, eventualmente con una terza.

Quale squadra è riuscita per prima a portare tutte le sue palle (medaglie) nel cassone? Quattro turni, dopo ogni turno le squadre cambiano angolo.

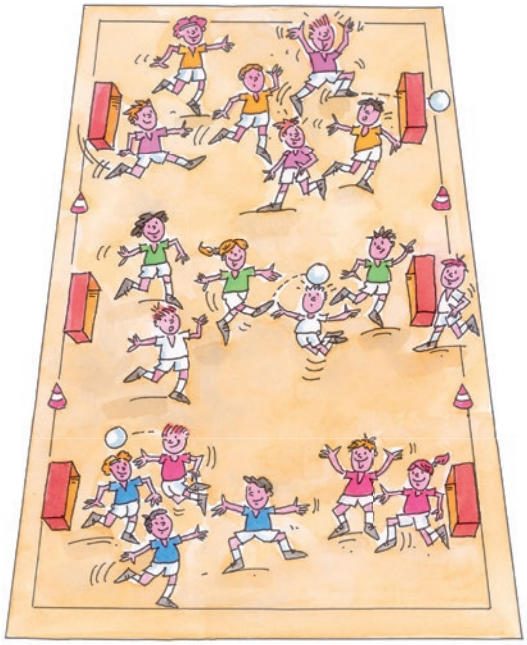
**Varianti**

- Controllare solo col piede destro o sinistro
- Con le spalle rivolte alla porta, di fianco, ecc.

## Torneo di coppa

*Parte principale, 25 minuti*

**Materiale**
- 6 elementi di un cassone
- 3 palle
- 1 nastro/casacca per bambino



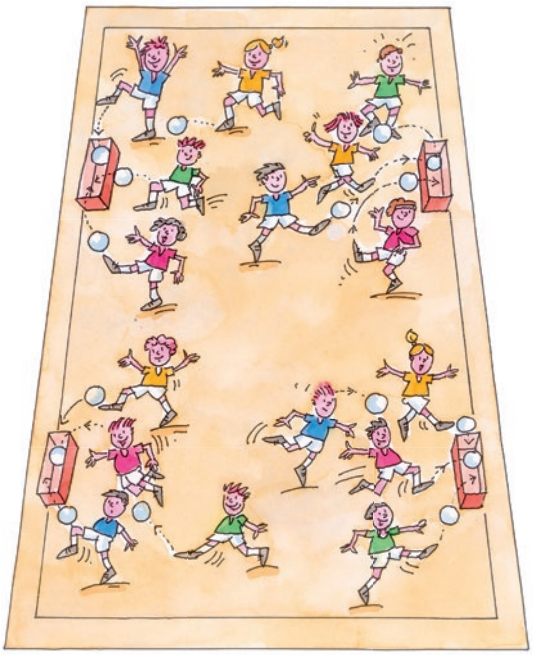
**Descrizione**
- Suddividere la palestra in tre campi da gioco. Due porte per ogni campo (disporre l'elemento del cassone orizzontalmente). Formare 6 squadre.
- I bambini giocano una partita con portiere. Le reti possono essere segnate da dietro o da davanti.
- Tre turni di circa 7 minuti. Cambiare avversari, posizioni dei giocatori e portieri dopo ogni turno

**Focus**
- Tutti i bambini partecipano al gioco?
- I bambini dribblano e passano con decisione la palla in avanti?

## Pallonetti

*Parte finale, 5 minuti*

**Materiale**
- 6 elementi di un cassone
- 1 pallone per bambino
- 1 nastro/casacca per bambino



**Descrizione**
Utilizzare gli stessi elementi del cassone. Palla al piede, i bambini si sistemano in gruppi di grandezza più o meno uguale davanti agli elementi del cassone.

- Chi riesce a insaccare il pallone nell'elemento del cassone?
- Chi ci riesce, aumenta la distanza (ad esempio utilizzare le linee per orientarsi)

Chi riesce a insaccare più pallonetti?

# Allestimento del cortile per la ricreazione

**Il calcio è uno dei giochi più amati e più adatti da praticare durante le ricreazioni. Le squadre si formano in un batter d'occhio e in un attimo i bambini stanno correndo dietro alla palla. Idee su come allestire il cortile durante le pause.**

Avere spazi liberi accessibili a tutti per giocare spensieratamente è molto importante per lo sviluppo dei bambini. Poiché durante le ricreazioni i bambini si riversano tutti allo stesso tempo nel cortile, lo spazio risulta talvolta limitato.

Spesso sono i più grandicelli a stabilire chi può o non può giocare. I più piccoli, le bambine e chi ha meno dimestichezza con la palla devono spesso accontentarsi di un ruolo secondario. Affinché tutti i bambini abbiano la possibilità di giocare a calcio, è necessario organizzare lo spazio in modo ottimale.

Allestendo più campi da gioco uno accanto all'altro, tutti possono partecipare. Porte di dimensioni ridotte, piccole squadre e piccoli campi permettono di aumentare la partecipazione e di trarre il massimo del piacere dal gioco. I seguenti disegni danno un'idea di come può essere allestito un cortile.

# Tornei

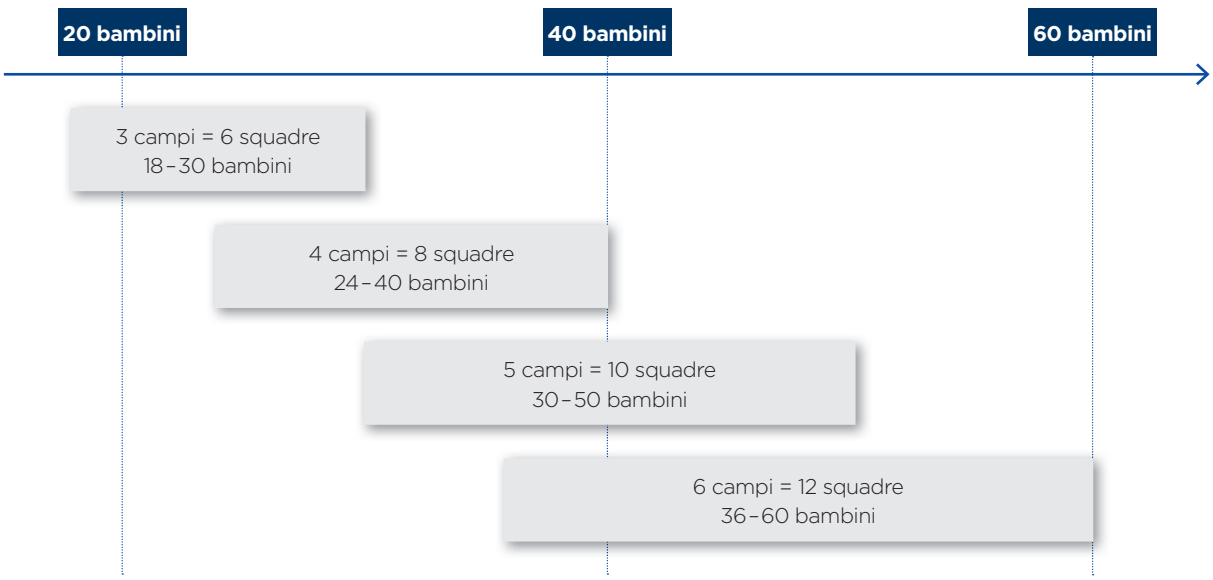
**L'esperienza prevale sul risultato, ciò significa che durante i tornei tutti i bambini devono poter giocare senza costrizioni di sorta, in un contesto intriso di fairplay, di rispetto e in una forma che soddisfa i loro bisogni.**

Dal terzo al settimo anno di scolarizzazione, l'Associazione svizzera di football raccomanda la forma di torneo della categoria F del calcio per bambini. Visto e considerato che fair-play e rispetto sono d'obbligo, si gioca senza arbitro. Tutte le squadre giocano lo stesso numero di partite e non vi sono tempi morti. Inoltre, tutti i membri di una squadra devono poter giocare in tutte le posizioni. Alla fine del torneo non viene stilata nessuna classifica.

| Descrizione | |
|---|---|
| Forma del torneo | Sistema di rotazione, nessuna partita eliminatoria, nessuna classifica |
| Numero di giocatori/-trici | 3 contro 3 fino a 5 contro 5; se possibile nessun sostituto |
| Durata del torneo | 6–8 turni; 60–180 minuti |
| Durata delle partite | 10–15 minuti |
| Numero di squadre | 6–12 squadre |
| Campo | 20 × 15 metri (3 contro 3); 30 × 20 metri (5 contro 5) |
| Porte | Una porta per squadra (3–5 metri) o due piccole porte ognuna |
| Palloni | Taglia 4, 290 o 360 grammi |

I tornei con un sistema di rotazione permettono di pianificare con flessibilità e sono poco complicati da realizzare. Il numero di squadre dipende dal numero di partecipanti (vedi grafico sotto). Il numero di campi viene determinato in funzione del numero di squadre presenti. I campi possono essere delimitati con dei cinesini o dei paletti.

Per le porte, si consiglia invece di utilizzare dei paletti o dei coni. Non essendoci né classifica né partite eliminatorie, il numero di turni è libero e, se necessario, può essere adattato durante il torneo.



## E gli insegnanti?

Durante un torneo, gli insegnanti rimangono vicini ai campi per seguire le partite e in caso di situazioni litigiose intervengono per trovare una soluzione consensuale e far sì che il gioco riprenda rapidamente. Il loro compito però non finisce qui.

### Prima del torneo

- Distribuire le cartoline «piano delle partite» (vedi riquadro)
- Indicare le regole di gioco conosciute
- Chiarire eventuali domande

### Durante il torneo

- Gestire il tempo di gioco
- Fischiare l'inizio e la fine delle partite

### Dopo il torneo

- Raccogliere le cartoline «piano delle partite»
- Radunare il materiale
- Congedarsi dai bambini.

### Carte «piano delle partite»

L'ASF mette a disposizione le cosiddette cartoline «piano delle partite», concepite per le categorie juniores E, F e G (fascia d'età da 6 a 11 anni), che indicano le possibilità di organizzare tornei con diversi numeri di squadre. Le cartoline riportano inoltre dati sulle dimensioni dei campi di gioco e sulle diverse forme di torneo (partite alternate a giochi per i bambini > vedi Percorso-gioco).

- «piani di gioco» per tornei a 6 squadre
- «piani di gioco» per tornei a 8 squadre
- «piani di gioco» per tornei a 10 squadre
- «piani di gioco» per tornei a 12 squadre
- Campi di gioco
- Percorso-gioco

Queste carte da gioco possono essere ordinate gratuitamente su kinderfussball@football.ch. Le carte «piano delle partite» sono presenti anche Kit per tornei ASF, che contiene tutto il materiale necessario per un positivo svolgimento degli incontri. Il pratico Kit può essere ordinato al prezzo di 280 franchi via e-mail presso l'ASF all'indirizzo: kinderfussball@football.ch.

## Colophon

**Lezioni di sport per scuole elementari**

**Autori:** Claudia Furger, Dominik Müller, Raphael Kern
**Gestione del progetto:** Raphael Kern
**Foto:** Daniel Rodriguez
**Illustrazione:** Rolf Imbach

Edizione 2017

Schweizerischer Fussballverband
Association Suisse de Football
Associazione Svizzera di Football
Swiss Football Association

Postfach · 3000 Bern 15 · Schweiz
Case postale · 3000 Berne 15 · Suisse
Casella postale · 3000 Berna 15 · Svizzera
P.O. Box · 3000 Bern 15 · Switzerland

Haus des Schweizer Fussballs
Maison du football suisse
Casa del calcio svizzero
The House of Swiss Football
Worbstrasse 48 · 3074 Muri

T +41 31 950 81 11
F +41 31 950 81 81
info@football.ch · www.football.ch