

GUIDA DI PSICOLOGIA SPORTIVA PER LE SCUOLE CALCIO

Pacchetto schede per aree

I	Corporea-motoria									
Schede n°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

II	Emotiva-affettiva									
Schede n°	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

III	Cognitiva-mentale									
Schede n°	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

IV	Sociale-morale									
Schede n°	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

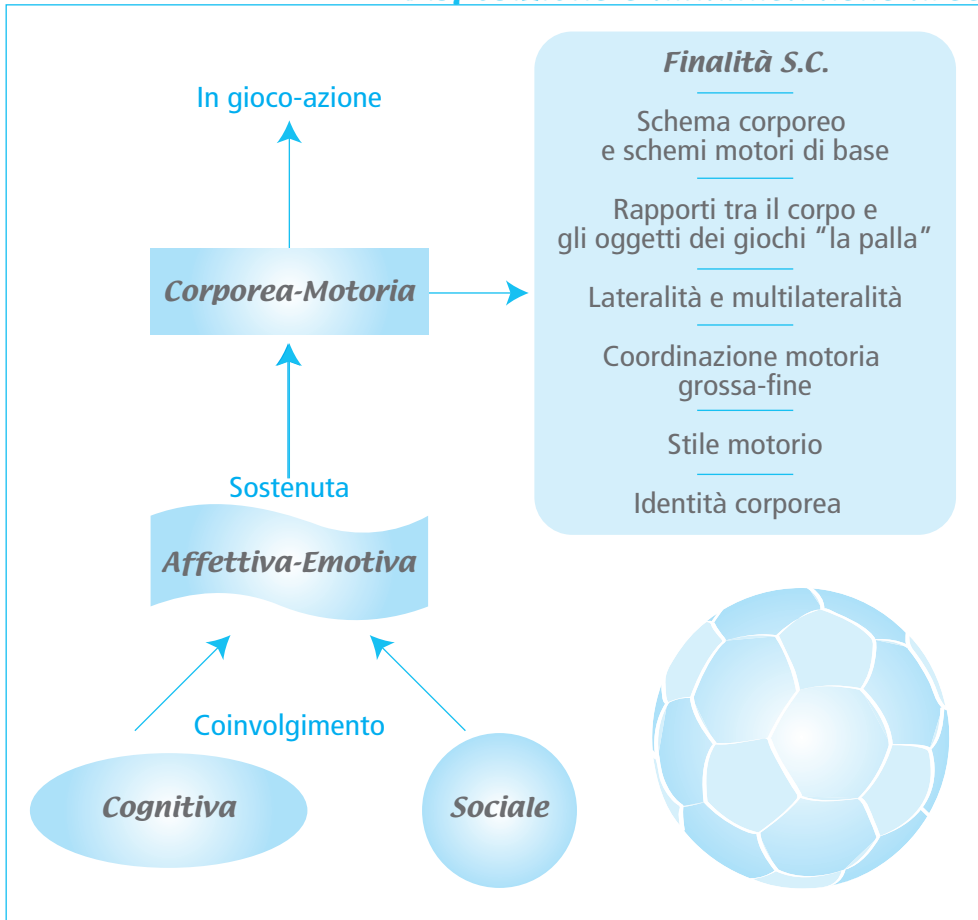
Al complesso base dei giochi si aggiungeranno quelli proposti dall'Operatore e dagli allievi



Operatività

- ✓ Sarà appropriato **associare** i giochi per aree, ovvero quelli riportati nelle schede 1-11-21-31 di seguito, e poi gli altri abbinamenti.
- ✓ All'inizio ed alla fine di ogni serie si fa la **partitina**, in parte libera e in parte guidata dal riferimento alle 4 aree della personalità.
- ✓ In totale quindi i giochi programmati sono **40** più **20** partitelle.
- ✓ Il tutto da distribuire, ripetere, sviluppare nell'anno sportivo.
- ✓ È opportuno eseguire dei **test di verifica periodici**, per ogni Area, correlati agli obiettivi prefissati (**test**: schema corporeo e motorio, emotività, comportamento alle regole, socialità, attitudine al calcio, ecc.).

Disposizione e dinamica delle aree



Come si deve comportare l'educatore in questa area

- ✓ Usare maggiormente il linguaggio del corpo, non verbale, della mimica facciale.
- ✓ Preparare con cura il "disegno" del gioco sul terreno, renderlo attraente con sufficienti attrezzature, né poche e né tante, colorate e ben disposte nello spazio.
- ✓ Dare dimostrazione diretta di come si fa il gioco, muoversi lentamente con plasticità associandovi un'espressione del viso congrua, dotata di simpatia e motivante.
- ✓ Dal movimento spontaneo e libero del fanciullo cercare di modellare la sua motricità sia con "le mani", toccando le parti del corpo da agire che sollecitando l'imitazione (apprendimento a specchio).

I area: Corporeo-motoria



Naturalmente qualsiasi gioco attiva, più o meno intensamente, tutte le aree della personalità in evoluzione.

I moduli-area tendono a fortificarle una alla volta e a dare dei significati psicomotori, sia polisportivi che attinenti al gioco del calcio, sempre congrui all'età dei fanciulli, in modo che siano di facile assimilazione (vedere i risultati delle verifiche).



Le modalità di apprendimento prevalenti dei “piccoli amici”

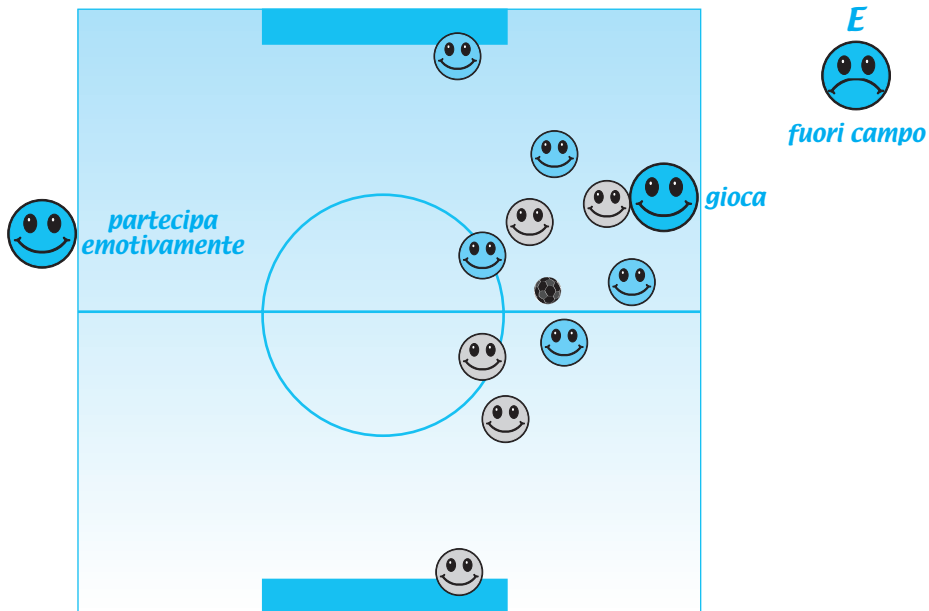
- ✓ Per spontaneità ed intuizione (mentre gioca apprende da solo).
- ✓ Per imitazione o forma a specchio (gli basta guardare l'educatore e i coetanei).
- ✓ Per risposta rinforzata o riflessi condizionati se dopo aver fatto un gesto ricevono una lode dall'**E**, i fanciulli tenderanno a ripeterlo, e quindi a memorizzarlo. Mentre, quando un dato comportamento è seguito da un **NO** o dal silenzio dell'**E** i fanciulli sono portati a non rifarlo e quindi ad eliminarlo dalla mente.

In generale i piccoli imparano subito tutto ciò che gli dà piacere, in ogni area della personalità. Ricordano quello che li fa divertire e accrescere la propria fiducia. Anche adeguate novità li attraggono, spinti dal desiderio di provarle e riuscire a farle.



Partitina a palla definita così data l'età, ma anche perché si può davvero giocare con una palla a dimensioni ridotte, rispetto al pallone da gara ufficiale. Giocare a palla-pallone, gioire insieme ai coetanei, costituisce la pietra miliare su cui costruire la personalità sportiva dei fanciulli.

- ✓ Il gioco inizia nella forma più libera e spontanea, come se i fanciulli si trovassero nel cortile delle loro case o ai giardini pubblici e si mettono giocare a palla. E va benissimo se tutti gli corrono dietro, vuol dire che hanno una grande voglia di divertirsi. Il sano egoismo e il bisogno di possesso dei nostri piccoli amici, se aiutati a maturarsi, lasciano ben presto posto a forme di collaborazioni interpersonali e allo sbocciare dei sentimenti sociali.
- ✓ Si consiglia all'**E** di farla svolgere in parte libera dai suoi condizionamenti, per cui dovrà sistemarsi "fuori campo" visivo dei fanciulli, giacché basta la sua presenza fisica ad influenzerli. Per cui si sistemerà a distanza di sicurezza ed osserverà come giocano da soli senza intervenire.
- ✓ In un secondo tempo l'**E** potrà portarsi a bordo campo e partecipare alle emozioni della gara come uno spettatore qualsiasi amante del Gioco del pallone. Molto positivo è anche giocare insieme a loro, essere uno del gruppo, uno alla "pari".
- ✓ A fine partitina ascolterà i commenti dei fanciulli e si mostrerà empaticamente contento delle loro gesta.



Note sulla partitina:

I area: Corporeo-motoria

Area corporeo-motoria e unità di base (partire da attenzioni particolari)



Area corporeo-motoria e unità di base

Attenzioni particolari

- ✓ Può capitare di notare che un fanciullo non comprenda appieno quello che gli si dice, è probabile che il suo apparato uditivo non funzioni come dovrebbe.
- ✓ Similmente l'educatore può osservare che un fanciullo non riesca ad imitare, come fanno i suoi compagni, certi movimenti o gesti, oppure calcola male le distanze, in alcuni casi può sussistere un difetto visivo.
- ✓ Le condizioni suddette possono altresì agire negativamente sul livello e sulla qualità dell'attenzione del bambino, sul suo grado di partecipazione ai giochi. Spesso appare distratto e inconsapevolmente disturba i suoi compagni.

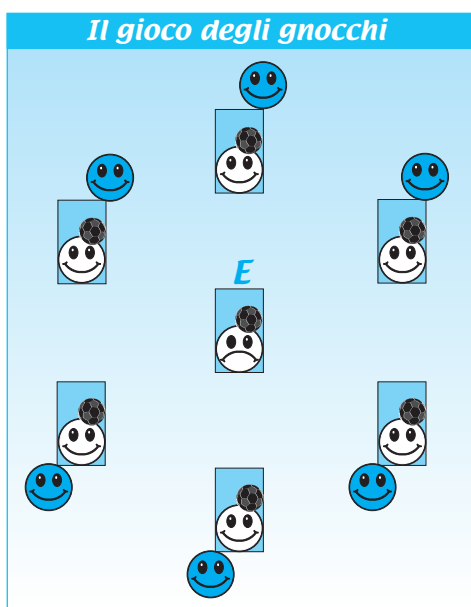
È necessario parlare con i genitori

- ✓ Se a stagione avviata c'è un nuovo fanciullo che si aggrega, è doveroso, da parte dell'educatore, aiutarlo ad inserirsi nel gruppo. I primi giorni dovrà stargli molto vicino, chiamarlo spesso per nome, giocare con lui, al fine di stabilire un legame, a due, di riferimento.
Un sentimento di affetto che consentirà al piccolo amico di sentirsi protetto (dalle sue paure interiori) e accettato (vincere la timidezza – superare la vergogna – il sentirsi estraneo).



L'Educatore-Istruttore avrà l'obbligo di segnalare, tra le note delle schede suddette, chi ha abbandonato anzitempo la scuola calcio, quando e perché se ne è andato.

 Quali azioni motorie	 Obiettivi	 Cosa sollecitiamo
Contatti fisici Posture indotte	Costruzione del corpo 	Sensazioni Immagini Sensibilità } Aspetti psicologici
Stare in silenzio Rilassarsi	Affetto di sé 	Fiducia negli altri } Aspetti sociali
Respirare	Accettare se stessi e gli altri 	Rispetto del corpo } Aspetti morali



Come muoversi

L'**E** con una palla in mano ed un fanciullo disteso sopra un tappetino, si mettono in mezzo, ed eseguono i gesti, guidati da un ritmo. Il corpo del fanciullo e le sue parti fungono da pasta frolla, da lavorare, impastare, stendere, per fare gli "gnocchi" premendo la palla, ora sul petto, poi sulla pancia, quindi su di una coscia, dx/sx, ecc. Formate le coppie tra bambini, queste devono imitare quello che sta facendo l'**E** con il loro compagno. Lo "gnocco" si lascia lavorare (si mette nelle mani altrui) poi i ruoli s'invertono.

L'**E** nomina ad alta voce le parti del corpo che sta impastando, nota se i fanciulli ripetono. Sottolineare le parti dx e sx, avanti-dietro, alto-basso, ecc. Anche in questo caso al fanciullo dovrà restare impressa una rappresentazione dell'intera corporeità e delle emozioni gradevoli connesse alle manipolazioni.

 **La cellula primaria costruisce il corpo.**

Osservazioni:

II area: Emotiva-affettiva

Età: 6-7 anni

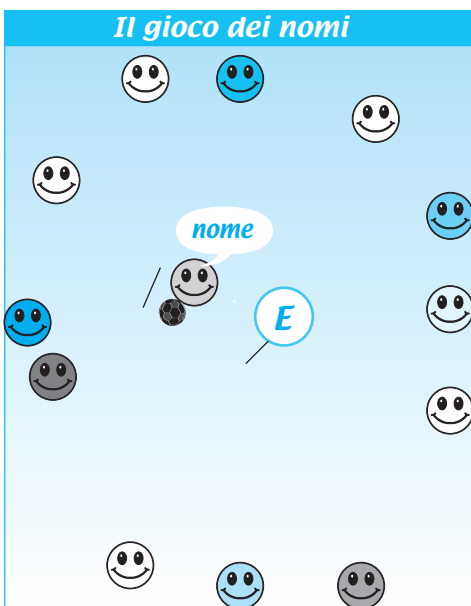
gruppo A/B di n... piccoli amici

 Quali azioni motorie	 Obiettivi	 Cosa sollecitiamo
Denominarsi	Identità 	Sicurezza
Calciare dx/sx	Conoscere i compagni e l' E	Orientamento
Lanciare		Individualità
Prendere	Socializzare 	Ritmo
Fare passaggi		Come chiama per nome i fanciulli l' E
Colpire	Divertirsi 	Stare insieme
		Come l' E accetta le espressioni emotive dei suoi allievi

Aspetti psicologici

Aspetti sociali

Aspetti morali



Gioco sicuramente da fare nei primi incontri per conoscersi, serve per consolidare la sicurezza e l'identità di ogni fanciullo

Come muoversi

I fanciulli si dispongono in cerchio, con una palla in mano, attorno all'**E** che dirà il proprio nome e spiegherà il gioco. Esso consisterà nel passare la palla ad un fanciullo; questi dopo averla presa con le mani farà un passo avanti, si fermerà e pronuncerà forte il proprio nome. Dopo di che, **E** e fanciulli giocheranno a passaggi tra loro due, ogni volta che la palla viene calciata dal fanciullo, il suo nome verrà ripetuto da tutti i compagni. Dopo qualche minuto avanti un altro.

Variazioni e sviluppi del gioco: aggiungere un terzo e fare il triangolo, ogni volta che uno calcia, gli altri dicono il suo nome, anche quello dell'**E** quando gioca. Far giocare in coppia, poi in piccoli gruppi.

Cosa deve fare l'**E**: sottolineare con intensità affettiva l'identità del fanciullo, creare un clima gioioso e motivante (sentirsi chiamato da tutti dà una forte spinta partecipativa al gioco).

 **Il sistema emotivo è quello più sensibile ed attivo a questa età.**

Osservazioni:



Le modalità di apprendimento prevalenti dei “pulcini”

Le forme di acquisizione delle conoscenze dei fanciulli, evidenziate nella fascia di età precedente, vengono utilizzate anche in questo periodo, sebbene esse si affinino e si strutturino in maniera più articolata e redditizia.

Le modalità più consone in questa fase sono:

- ✓ **Per prove ed errori** (durante i giochi sbagliando e riprovando imparano ad evitare i comportamenti errati e nel contempo assimilano quelli ben eseguiti, quelli più efficaci).
- ✓ **Per simbolismi** (durante i giochi i fanciulli scherzano sulle funzioni delle cose, le utilizzano in maniera impropria per comprenderle meglio) – **ed analogie** (un dato movimento può essere utile per più scopi).
- ✓ **Per confronto tra la realtà e le immagini mentali possedute** (induzione concreta: esempio i fanciulli osservando un gesto nuovo lo paragonano alle impronte già formate riadattandole).
- ✓ **Per riflessione tra rappresentazioni concrete immagazzinate** (deduzione pratica-operativa: esempio i fan avvicinando mentalmente due immagini di atti ne producono una terza, nuova, e la sperimentano subito).



Indicazioni per il 1° settore: gioco-attletica-ginnastica

Eeguire dei giochi che richiamano:

- I punti cardinali
- L'orologio
- Le figure geometriche di base (cerchi-quadrati-rettangoli-triangoli, ecc.)
- Le linee (rette-diagonali-curve), i punti, i tratti, ecc.
- Le lettere dell'alfabeto (es. di parole chiave)
- I segnali stradali (momenti di educazione)
- Le variazioni spaziali (sopra-sotto/vicino-lontano/ecc.)
- Quelle temporali (lento-veloce/ora-aspetta, ecc.)
- Esercizi fisici sul posto e in movimenti ritmati
- Attività per i singoli (percorsi vari), per coppie, per squadre (staffette)
- Organizzare i giochi in modo che vi siano delle fasi in cui un solo "pulcino" esegua un esercizio e gli altri lo osservano come si comporta regolandosi di conseguenza (imitazione-confronto-pensieri correttivi-incoraggiamento-ecc.)
- Alternare periodi in cui due squadre si esibiscono e gli altri fanno il tifo (educazione)

Scopo intrinseco:

attivare e preallenare le capacità condizionali ovverosia la velocità, la forza, la resistenza e l'elasticità (in proiezione "adolescenza")



Parole chiave, verbi e alcune espressioni da utilizzare prevalentemente nelle comunicazioni della scuola calcio in sintonia col linguaggio non verbale

2° LIVELLO - nel linguaggio con i "pulcini"

Prevalenza nei rapporti: l'**IO** con gli **ALTRI**, in interazione

- sii fiducioso con te stesso e verso gli altri
- gioca con piacere con i tuoi compagni
- quando giocate metteteci tutto il vostro entusiasmo
- cerca di muoverti in questo modo...
- forse è meglio che provi a fare così...
- sono contento quando vedo che vi state appassionando
- mi fa tanto piacere osservare quando vi aiutate l'un l'altro
- siete stati tutti molto bravi, complimenti ragazzi
- altre simili...

accettare – adattare – **ampliare** – avere fiducia – **confrontare** – consolidare – **differenziare** – diversificare – **divertire** – elogiare – **esplorare** – essere di esempio – **generare** – guidare – **immaginare** – incoraggiare – **incrementare** – intuire – **orientare** – rassicurare – **sperimentare** – stabilizzare – **stimolare** – trovare (insieme) – **variare**

(ovviamente trattasi di indicazioni non rigorose, per cui si possono usare anche le espressioni ed i verbi del primo livello od altri di pari valenza)

Attenzione



*Il linguaggio dell'E dovrà essere semplice, adatto alla comprensione dei fanciulli, preciso e sintetico. Esternato con toni caldi e piacevoli, molto chiaro e pronunciato con grande calma. Ai fanciulli va dato il tempo per l'ascolto, la codificazione, la percezione dei significati e la memorizzazione. Solo in questo modo si avrà una profonda ed efficace **interazione**.*

Età:

Partita

Educatore-Istruttore.....

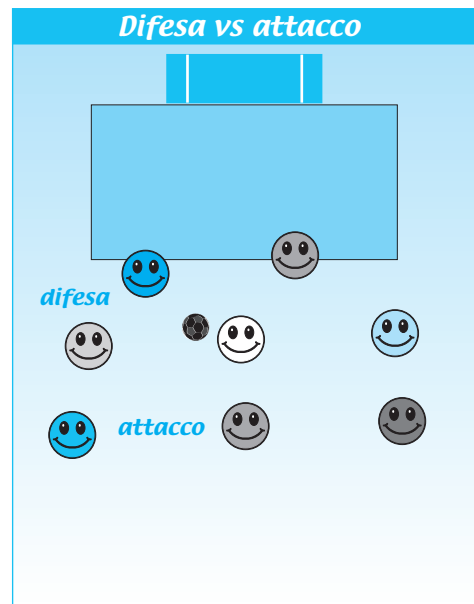
gruppo A/B di n... pulcini

 Quali azioni motorie	 Obiettivi	 Cosa sollecitiamo
Gesti fondamentali	Sviluppo del senso di protezione della porta e della tendenza ad attaccare, qualità da attaccante o da difensore	Impegno Egoismo Aggressività Individualità Piacere
Difendere	] Aspetti psicologici
Attaccare		
Passare	] Aspetti sociali
Tirare-parare		
Segnare] Aspetti morali
		Modi di correzione dell' I

Come muoversi

Comporre delle squadre di 3-4 pulcini che si dispongono a difesa della porticina e di altrettanti attaccanti, non c'è bisogno di un portiere. Dopo 10' si cambiano i ruoli, chi faceva il difensore ora fa l'attaccante. Al fine di evitare pause troppo lunghe e noiose, far giocare in contemporanea gli altri fanciulli in altri spazi.

E osserva con attenzione innanzitutto l'uso appropriato dei fondamentali appresi, interviene fermando il gioco quando nota un errore su questi e fa ripetere il gesto. Loda i fanciulli che eseguono correttamente gli atti di base del calcio. Osserva e annota chi mostra delle spiccate qualità difensive o di attaccante, chi tende a stare più vicino alla porta per proteggerla e chi invece è più attratto nel violarla. La segnatura dell'area di rigore è importante per l'orientamento spaziale e per suscitare le emozioni.



Giochi con compiti svolti da piccoli gruppi riducono l'egoismo, fanno crescere l'altruismo e le azioni corali.


Osservazioni:

Età:

Partita

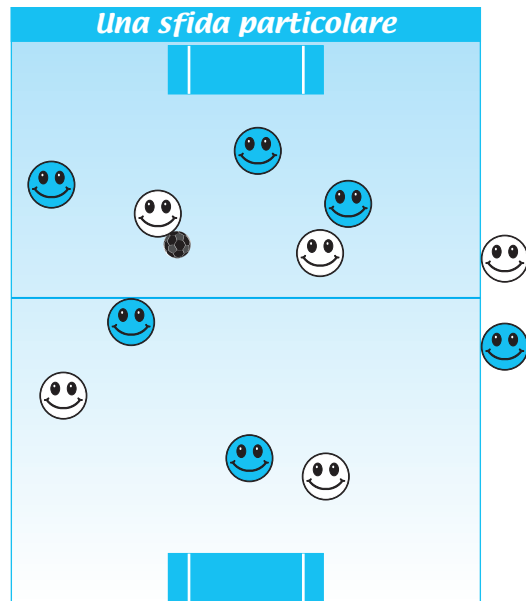
Educatore-Istruttore.....

gruppo A/B di n... pulcini

 Quali azioni motorie	 Obiettivi	 Cosa sollecitiamo
Dinamiche base del gioco del calcio in particolare i fondamentali appresi	Sviluppo senso del gruppo Rinforzo autocontrollo Divertirsi Condividere la gioia e le altre emozioni	Passione Aspettativa Giusta tensione Accettare la panchina Aiuto reciproco Tifare per i compagni Rispetto regole poste dall' E
		<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; height: 20px; margin: 0 5px;"></div> <div style="margin-left: 5px;"> Aspetti psicologici </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; height: 20px; margin: 0 5px;"></div> <div style="margin-left: 5px;"> Aspetti sociali </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; height: 20px; margin: 0 5px;"></div> <div style="margin-left: 5px;"> Aspetti morali </div> </div>

Come muoversi

Le squadre vengono formate dall'**E** in base alle prime impressioni sulle attitudini al gioco del calcio manifestate dai pulcini. Egli dovrà pertanto comporle in modo da equilibrare le capacità. Nel caso che il numero dei fanciulli è superiore a quanti possono entrare in campo (es. 7 vs 7), chi dovrà sedere in panchina verrà tirato a sorte. Regola 1: questi giocherà quando uno farà fallo, quest'ultimo starà fuori fino al prossimo espulso e così via a rotazione. Regola 2: coloro che tengono troppo per sé la palla (dribblomania-egoismo-ecc.), sarà punizione contro, se ripetuta verranno sostituiti. Regola 3: la palla deve essere passata dopo tre tocchi, sennò verrà data all'altra squadra. Regola 4: vince la compagine che ha mandato in gol più pulcini diversi. **E** farà l'arbitro, dovrà osservare allo stesso tempo l'esecuzione dei fondamentali ed eventualmente fermare il gioco e far ripetere il gesto. Varianti a piacere.



*Le partite (in famiglia o ufficiali) offrono all'**E** l'opportunità di ricavare delle indicazioni sulle capacità condizionali e coordinative di cui sono dotati i propri fanciulli (prendere nota).*

Osservazioni: