VIVI DON BOSCO

2008

SCUOLA CALCIO ÉLITE
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

# START 10 Settembre

ISCRIVITI ONLINE

## SETTORE BASE O FEMMINILE

ISCRIVITI O RINNOVA ONLINE

## ENTRO LUGLIO

PER TE UNO SCONTO

DI EURO 20,00 SULL'ISCRIZIONE

TECNICI ABILITATI FIGC
LAUREATI IN SCIENZE MOTORIE

## PASSIONE, RISPETTO, FAMIGLIA

VOGLIAMO ACCOGLIERE OGNI SINGOLO BAMBINO.
VOGLIAMO DONARE LORO UN LUOGO OVE SENTIRSI A CASA
UN LUOGO DOVE GIOCARE, SORRIDERE, MIGLIORARE

NON SOLO CALCIO,
MA UNA PALESTRA DI VITA CHE FORMERA' GLI UOMINI DEL DOMANI

### SETTORE BASE

Piccoli Amici dal 2019 al 2017
Primi Calci dal 2015 al 2016
Pulcini dal 2013 al 2014
Esordienti dal 2011 al 2012

### FEMMINILE

Piccoli Amici dal 2019 al 2017
Primi Calci dal 2015 al 2016
Pulcini dal 2013 al 2014
Esordienti dal 2011 al 2012
under 15 dal 2010 al 2009

### SETTORE GIOVANILE

UNDER 15 REGIONALE
dal 2010 al 2009

UNDER 17 PROVINCIALE
dal 2008 al 2007

## INFO AL 3381469135

C.S. VIVI DON BOSCO
VIA PITAGORA 1

AMIAMO ESSERE PER I GIOVANI UNA SECONDA FAMIGLIA

# WWW.VIVIDONBOSCO.IT

# CARI GENITORI

All'interno di questa presentazione troverete, esposti in modo semplice e chiaro, la filosofia della scuola della VIVI DON BOSCO , le persone che svolgono le attività sportive e gestionali della società, e tante altre informazioni sulle singole categorie:

- **I programmi e i metodi**
- **I tipi di allenamenti**
- **Gli organici della stagione in corso.**

Da sempre la nostra filosofia è quella di avvicinare i vostri figli al gioco del calcio in maniera sana e svincolata dalle logiche del successo e del risultato a tutti i costi, ma sono traguardi da raggiungere attraverso il "giocar bene", la condivisione di progetti educativi, nonché introdurre i ragazzi verso un cammino che possa farli diventare "buoni cristiani ed onesti cittadini".

*Un abbraccio a tutti voi*

# SEDE SOCIALE

è ubicata in via Regina Margherita 22 nel Comune di Barcellona P.G. (ME) all'interno dell'Istituto delle Figlie di Maria Ausiliatrice, Oratorio Salesiano della quale siamo orgogliosi di farne parte. All'interno della sede sociale, oltre alla stanza del consiglio, vi è una sala conferenze con circa 30 posti a sedere completa di amplificazione audio, PC e proiettore. Nello stesso piano vi è una sala "giovani" che i nostri ragazzi sfruttano nei momenti di relax. Per i convegni di formazione aperti al pubblico utilizziamo l'ampio salone teatro annesso all'Istituto F.M.A.

# ORGANIGRAMMA

| | |
|---|---|
| • **Presidente** | Miano Ottavio, |
| • **Vice Presidente** | Marzullo Dorella |
| • **Segreteria** | Loredana Irato, |
| • **Direttore Tecnico** | Miano Ottavio |
| • **Responsabile settore di base** | Miano Ottavio |
| • **Responsabile Settore Giovanile** | Piero Cutrupia |
| • **Responsabile settore femminile** | Maurizio Torre |
| • **Responsabile tesseramenti** | Marco Barresi |
| • **Resp. Trasferte, tornei ed eventi** | Maio Alessandro |
| • **Rapporti con società esterne** | Cristian Magistro |
| • **Web Master Facebook** | Miano Ottavio |
| • **Ufficio Stampa** | Genovese Antonino |
| • **Medico Sociale** | Genovese Antonino |
| • **Psicologo Sociale** | Mercurio Marilena |
| • **Psicomotricista Sociale** | Longo Annalisa |
| • **Fisioterapista Sociale** | |
| • **Nutrizionista Sociale** | |

# STAFF TECNICO

La preparazione e la formazione dello staff tecnico, in particolare per gli allenatori della scuola calcio , è curato dal nostro Direttore Tecnico oltre alla collaborazione con il Reggina Calcio che rappresenta nell'ambito del calcio giovanile al sud un punto di riferimento oggetto di ispirazione.

La Vivi Don Bosco si avvale di allenatori, istruttori e personale ampliamente qualificato.

Le nostre qualifiche e le nostre competenze permettono a tutti gli iscritti di passare delle esperienze di vita, di gioco ed educative all'insegna del divertimento.

Lo Staff Tecnico è composto da

- Allenatori qualificati UEFA B.
- Allenatori qualificati UEFA C.
- Aiuto Allenatori Grassroots livello E.
- Istruttori ISEF.
- Preparatori dei portieri.
- Dirigenti Certificati CONI.

Completano lo staff

- Collaboratori e dirigenti addetti alle squadre.

# STRUTTURE

per la nostra attività sportiva disponiamo di diverse strutture, dislocate in Comuni diversi.

- C.S. VIVI DON BOSCO A 5, Via Pitagora 1, Barcellona P.G, (ME)

- Campetti Ferrara Joddo A7 e A 5, S.S, 113 Sant'Antonino, Barcellona P.G. (ME)

- COMUNALE F. TRIO, San Paolo, Barcellona P.G. (ME)

# KIT SPORTIVO IN DOTAZIONE

All'atto dell'iscrizione viene fornito in dotazione un kit sportivo ONZE comprensivo del seguente materiale.

- 2 T-shirt gara.
- 2 Pantoloncino gara.
- 2 Coppia di calzettoni.
- 1 giubotto.
- 1 Tuta di rappresentanza.
- 1 Tuta allenamento
- 1 Zaino sportiva.
- 1 Cappellino

# UNA SOCIETÀ IN CRESCITA

La nostra scuola calcio è una realtà in crescita a cui sempre più famiglie affidano con fiducia i propri ragazzi. Nell'ultimo anno l'organico è aumentato notevolmente con un incremento tale da farci risultare la società con più tesserati nella nostra delegazione di appartenenza.

La nostra attività ha come sede primaria nel Comune di Barcellona P.G. ma collaboriamo attivamente anche con altre società sul territorio.

Queste importanti collaborazioni ci permettono di poter avere tutte le squadre della filiera scuola calcio prevista dalla FIGC e dell'area agonistica, partecipando con più squadre per ogni annata.

# ISCRIZIONE SCUOLA CALCIO

L'iscrizione si effettua presso una delle due segreterie della SOCIETA' posizionate presso il C.S. Vivi Don Bosco o presso il campo "Giochiamo tutti ad ".

All'atto dell'iscrizione sono necessari i seguenti documenti:

- Autocertificazione Stato di famiglia e certificato di residenza congiunti.
- N° 1 fototessera dell'iscritto.
- Copia Documento di Identità e Codice Fiscale validi
- Modulo iscrizione e modulo informativa privacy art.13 compilati e sottoscritti.

(Da sottoscrivere e compilare presso la segreteria)

- Per i giovani di età compresa fra i 5 anni compiuti ed i 12 anni non compiuti, è necessaria la certificazione della IDONEITA' all'attività sportiva NON AGONISTICA , rilasciata dal proprio medico di base o dal proprio pediatra di base o da uno specialista in Medicina dello Sport.

- Sopra i 12 anni è richiesta la certificazione della IDONEITA' all'attività sportiva AGONISTICA , rilasciata da Medici Specialisti in Medicina dello sport operanti in Centri di Medicina dello sport. (La visita AGONISTICA è gratuita consegnando al Centro di Medicina dello sport il modulo di richiesta della Società, ritirabile presso la segreteria qualche giorno prima)

Nella quota di iscrizione è compreso il tesseramento annuale F.I.G.C. con l'assicurazione base, due allenamenti settimanali, le gare amichevoli, le gare ufficiali nelle categorie che lo prevedono, la partecipazione a tornei e raggruppamenti. La stagione sportiva si svolge da inizio settembre a fine maggio.

Il Kit Sportivo di base, è obbligatorio per i nuovi iscritti, sarà pagato direttamente presso una delle due segreterie.

Varie iniziative sono previste nel corso della stagione, che vanno da una serie di stage e incontri che si propongono come momenti di confronto e di crescita reciproca.

# INTERNET E SOCIAL MEDIA

La VIVI DON BOSCO ritiene molto importante comunicare attraverso internet e gli strumenti social come Facebook, Instagram e YouTube.

Siamo presenti con

- Un sito Internet www.vividonbosco.it
- Una pagina Facebook “vivi don bosco .
- Un canale video YouTube.
- Un area foto su Instagram “vivi don bosco .

Il sito internet è moderno e utile, con un aspetto accattivante. Inoltre è consultabile pienamente da PC, Tablet e Cellulare.

Consente ai visitatori di conoscere le attività della scuola calcio, la filosofia, la modulistica o per iscriversi online.

**Vale la pena consultarlo !!**

# LA SCUOLA CALCIO

Prima amici, poi campioni

Da alcuni anni la Federazione Italiana Gioco Calcio ha dato alle società affiliate la possibilità di allestire delle scuole calcio tramite i vari comitati regionali del Settore Giovanile Scolastico. L'intento di queste scuole calcio è, prima di tutto, fare dello sport, fare divertire i ragazzi dando loro la possibilità di misurarsi in competizioni adatte alla loro età, seguiti da tecnici preparati all'insegnamento dei primi movimenti, in modo da iniziarli ad un corretto avviamento al gioco del calcio. L' attività di base che va dai 5 ai 12 anni, deve perseguire le finalità di dare i giusti gesti tecnici, senza dimenticare i sani comportamenti educativi nell'ambito di una attività collettiva.

In breve tempo di scuole calcio ne sono sorte diverse ma occorre fare un istinguo di qualità; la scuola calcio VIVI DON BOSCO , con i suoi tecnici ed istruttori porta avanti l'impegno aiutando i giovani calciatori a sviluppare le loro attitudini naturali, là dove la nostra esperienza può essere utile a far crescere nel senso più completo, cioè come uomini e come atleti.

***Poiché il calcio può essere formativo anche del carattere, deve saper esaltare sia i valori umani che quelli sportivi.***

Il nostro intento non è di puntare sulla selezione precoce, l'agonismo esasperato e la ricerca spasmodica del risultato immediato, ma arrivare ad ottenere dei successi attraverso una programmazione, una metodologia e una didattica il più possibile corrispondente all'età e ai bisogni (e ai sogni) dei bambini.

# CARTA DEI DIRITTI DEL BAMBINO

La VIVI DON BOSCO ha deciso di adottare tutti i punti espressi

- **Diritto di divertirsi e giocare come un bambino.**
- **Diritto di fare dello sport.**

- **Diritto di beneficiare di un ambiente sano.**
- **Diritto di essere trattato con dignità.**

- **Diritto di praticare sport in assoluta sicurezza a salvaguardia della propria salute.**
- **Diritto di essere circondato e preparato da personale qualificato.**

- **Diritto di seguire allenamenti adeguati ai giusti ritmi.**
- **Diritto di partecipare a competizioni adeguate alla propria età.**

- **Diritto di misurarsi con giovani che abbiano le stesse probabilità di successo.**
- **Diritto di non essere un campione.**

Rispettando l'idea di sport come divertimento, i primi due punti: "Diritto di divertirsi e di giocare come un bambino" e "Diritto di fare lo sport" , insistono sul fatto di non rendere l'ambiente sportivo troppo serio, perché, da bambini, esso è fondamentalmente un gioco. Regole troppo severe e rigide, infatti, rischiano di far abbandonare l'attività sportiva già intorno ai 12-13 anni.

**Alla VIVI DON BOSCO si cresce divertendosi**

Il terzo punto è particolarmente significativo: "Diritto di beneficiare di un ambiente sano" vale anche dal punto di vista dei comportamenti da tenere tra giocatori, avversari, giudici e arbitri. Inoltre, come recita il quarto punto: "Diritto di essere trattato con dignità" . I bambini e i ragazzi, infatti, non sono inferiori agli adulti e non si deve instaurare in loro un senso di frustrazione, molto pericoloso a livello psicologico.

Essendo lo sport motivo di crescita personale e atletica, i ragazzi hanno "Diritto di essere allenati e circondati da persone qualificate" .

Anche se gli allenatori sono spesso volontari, è necessario fare su di loro una formazione adeguata e nella nostra realtà stiamo lavorando, per creare uno staff di allenatori preparato e adeguato a tutte le categorie della Scuola Calcio.

Gli altri punti sottolineano come sia un diritto, per i giovani, praticare attività adeguate ai propri ritmi, con gare giuste per loro misurandosi con ragazzi che abbiano la stessa probabilità di successo. È importante, per i bambini, non sentirsi impotenti o, allo stesso modo, non sentirsi imbattibili.

# IL NOSTRO ALLENATORE

Alla VIVI DON BOSCO gli allenatori e istruttori si occupano di promuovere la formazione e crescita dei giovani calciatori attraverso precise scelte organizzative. L'intero staff segue una metodologia e filosofia comune.

- Educare all'impegno, al rispetto reciproco e alla collaborazione
- Non favorire alcun allievo in particolare, essere coerenti alle regole date e mantenere le promesse fatte
- Incoraggiare e motivare , non rimproverare
- Non esaltarsi nelle vittorie, non abbattersi nelle sconfitte .
- Trasmettere entusiasmo, gioia, fiducia e ottimismo.
- Rispettare il desiderio di divertimento dei ragazzi.
- Offrire problemi da risolvere e non soluzioni da ricordare.
- Perseguire un obiettivo alla volta, ricordando che troppi stimoli significano confusione.
- Condensare in poche frasi significative quanto si vuole trasmettere.
- Programmare l'attività da svolgere coerentemente alle fasce d'età.
- Fare attenzione sia alla crescita dell'individuo che della squadra.
- Infondere lo spirito di squadra, stimolare la generosità verso i compagni.
- Impegnarsi al massimo nel limitare l'abbandono dei ragazzi nel corso della stagione.
- Far giocare, nelle attività agonistiche e di confronto, tutti gli allievi.
- Far giocare, nelle attività agonistiche e di confronto, tutti gli allievi.
- Organizzare o partecipare a vari tornei avendo cura di far giocare tutti, secondo il livello di preparazione, TUTTI i bambini.

# PROGRAMMI E METODI PICCOLI AMICI

Ai Piccoli Amici possono iscriversi i ragazzi che abbiano compiuto i 5 anni e non abbiano compiuto il settimo anno di età. Iniziano la loro formazione a livello motorio soprattutto per gioco.

Obiettivi di questa fase sono la conoscenza di sé e la conoscenza degli schemi motori di base.

**Obiettivi Generali**

- Sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base, formazione e svilupppo delle capacità coordinative
- Sapersi relazionare nel 3 contro 3, utilizzo e gestione dello spazio e controllo psico-motorio

**Obietttivi specifici**

- Correre e sviluppare capacità direzionali, controllo della palla
- Colpire e calciare verso un bersaglio, effettuare e ricevere un passaggio frontale
- Spostarsi per intercettare e per ostocolare il portare di palla avversario
- Sviluppo della motricità e sviluppo rapidità e reazione

**Esempi di contenuti proposti**

- Giochi di sensibilizzazione con la palla e attività in spazi ridotti.
- Gare di tiri con palloni e bersagli e gare e giochi in forma rapida
- Percorsi tecnico-motori e gestione del gesto tecnico.
- Giochi e attività a squadre in spazio ridotti (1c1, 2c2, 3c3)

Durante le sedute di allenamento, viene messo in primo piano l'aspetto ludico oltre a far crescere i ragazzi in un ambiente sano e divertente e al tempo stesso costruttivo.

Gli allenamenti sono a cadenza bisettimanale e i partecipanti vengono suddivisi per fascia di età o per abilità, per eseguire esercizi differenziati.

I ragazzi partecipano a dei raggruppamenti organizzati in primavera dalla F.I.G.C., giocando partite di tre tempi da 10 minuti 5 contro 5 alternando giochi-esercizi con e senza palla.

Il portiere non può rinviare con i piedi oltre la metà campo avversaria.

Tutti i ragazzi devono giocare in egual misura.

# PROGRAMMI E METODI PRIMI CALCI

Ai Primi Calci possono iscriversi i ragazzi che abbiano compiuto i 7 anni e non abbiano superato gli 8 di età. Iniziano la loro formazione a livello motorio soprattutto per gioco.

Per questa fascia d'età gli allenamenti verranno programmati permettendo l'affinamento di schemi motori già conosciuti durante la fase piccoli amici e la scoperta di nuovi, con obiettivi motori e cognitivi da raggiungere attraverso allenamenti ludici e ricreativi.

**Obiettivi Generali**

- Stimolare il bimbo ad osservare la situazione di gioco in cui si trova e prendere una decisione efficace.
- Sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base, formazione e svilupppo delle capacità coordinative
- Sapersi relazionare nel 3 contro 3, utilizzo e gestione dello spazio e controllo psico-motorio

**Obietttivi specifici**

- Controllo e Guida (sapersi muovere negli spazi con la palla vicina ai piedi, anche con avversario)
- Dominio (aumentare la sensibilità nel tenere la palla vicina)
- Calciare (saper colpire la palla con varie parti del piede e mandarla in varie direzioni)
- Ricevere (andare incontro alla palla)
- Colpo di testa (non avere paura)

**Esempi di contenuti proposti**

- Giochi di sensibilizzazione con la palla e attività in spazi ridotti.
- Gare di tiri con palloni e bersagli e gare e giochi in forma rapida
- Percorsi tecnico-motori e gestione del gesto tecnico.
- Giochi e attività a squadre in spazio ridotti (1c1, 2c2, 3c3)

Durante le sedute di allenamento, viene messo in primo piano l'aspetto ludico nonché quello di far crescere i ragazzi in un ambiente sano e divertente e al tempo stesso costruttivo.

Gli allenamenti sono a cadenza trisettimanale e i partecipanti vengono suddivisi per fascia di età per eseguire esercizi differenziati.

I ragazzi partecipano a raggruppamenti organizzati in primavera dalla Federazione, giocando partite di tre tempi da 10 minuti 5 contro 5 alternando giochi-esercizi con e senza palla.

Il portiere non può rinviare con i piedi oltre la metà campo avversaria e tutti i ragazzi devono poter giocare in egual misura durante le partite.

Nel primo anno per i bambini di questa categoria sono previste partite in campi di dimensioni ridotte, senza alcun vincolo di ruolo, mentre nel secondo anno sono previste partite amichevoli con i loro coetanei di società sportive limitrofe.

# PROGRAMMI E METODI PULCINI

Compiuti gli otto anni i ragazzi entrano a far parte della **categoria Pulcini** (8/10 anni) nella quale iniziano la loro esperienza di piccoli calciatori.

L'attività della categoria "Pulcini" ha carattere ludico e didattico e viene organizzata su base strettamente locale.

Obiettivi di questa fase sono la padronanza corporea e la collaborazione (capacità motoria), dovranno consolidare e migliorare le capacità coordinative e acquisire più sicurezza nei movimenti migliorando la collaborazione con i compagni. Gli allenamenti sono a cadenza bisettimanale. A seconda delle fasce di età le partite saranno disputate in tre tempi da 15 minuti con l'impiego di 5, 6 o 7 giocatori per squadra.

**Obiettivi generali**

- Stabilizzazione degli schemi motori di base
- Affinamento dei canali senso-percettivi
- Formazione e sviluppo delle capacità coordinative
- Apprendimento tecnico e ricerca di automatismi semplici
- Favorire il controllo dei comportamenti tecnici
- Rendere stabile la tecnica in azioni rapide
- Mantenere il controllo adeguato in tante situazioni di gioco

**Obiettivi specifici**

- **correre:** per guidare la palla e per superare l'avversario
- colpire e ricevere: passaggi e stop, da ferma e in movimento
- combinazione movimenti: si insegna l'azione successiva
- colpo di testa: da fermo e in movimento
- spostarsi: riconoscere situazioni attacco-difesa, abilità di marcamento e smarcamento

**Esempi di contenuti proposti**

- esercizi di palleggio
- guida della palla variando direzione e forma del movimento
- esercizi di guida della palla in rapidità
- esercizi di passaggio e ricezione
- tiro in porta
- situazioni di gioco a 3/4 giocatori
- giochi 3c2,4c2
- partite 4c4,5c5
- giochi a staffetta con o senza palla

Sono utilizzati porte ridotte e palloni n°4. Non è previsto il fuorigioco.

Il portiere può utilizzare le mani a seguito retropassaggio di piede da un compagno. Nel caso in cui durante un tempo di gioco si verifichi una differenza di 5 reti tra le due squadre, la squadra in svantaggio può giocare con un calciatore in più fino a quando la differenza reti viene ridotta a 3 reti.

---

PULCINI PRIMO ANNO

In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto l'8° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto il 9° anno di età.

Da febbraio a maggio si affronterà un mini campionato con le altre formazioni dei pulcini primo anno delle società non professionistiche locali, mentre nella "fase autunnale" i pulcini del primo anno continueranno l'attività dei piccoli amici

---

PULCINI SECONDO ANNO

Nel secondo anno le gare si svolgono 6 contro 6. In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto il 9° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto il 10° anno

Il risultato della gara nasce dalla somma dei risultati dei tre tempi separati. (Ogni tempo diventa una minigara).

# PROGRAMMI E METODI ESORDIENTI

La categoria **Esordienti** rappresenta la punta della piramide dell'attività di base prima del passaggio all'attività agonistica. L'attività ha **carattere ludico** e di **approfondimento tecnico e formativo**. La pratica sportiva del gioco del calcio, inoltre, a questa età rappresenta un'ulteriore importante fase di **sviluppo della personalità**.

All'attività propedeutica degli anni precedenti, si sovrappone adesso la fase della **specializzazione sportiva**.

I ragazzi a questa età hanno raggiunto una certa **maturità mentale** (perdono l'egocentrismo infantile) ed iniziano a capire che il calcio è un **gioco di squadra** (iniziano a collaborare). In questa fase i giovani calciatori, rispetto alla fascia d'età dei pulcini, sono più predisposti ad imparare esercitazioni tecniche, anche ripetitive, dal momento aggiungono alla voglia di giocare anche la motivazione verso la prestazione sportiva.

I **momenti ludici** saranno sempre la parte essenziale della seduta di allenamento tecnico, in quanto il gioco sarà ancora sentito come esigenza primaria, in sostanza i ragazzi devono sempre **divertirsi** durante l'allenamento.

Nella categoria Esordienti viene seguita maggiormente la **tecnica calcistica individuale** e si inizia ad avvicinare i ragazzi all'agonismo senza mai dimenticare le relazioni di gruppo che fanno del calcio un vero gioco di squadra.

Tutti i ragazzi hanno diritto di giocare indipendentemente dalla loro bravura, saranno però **premiati** coloro i quali seguiranno con maggior **impegno** gli allenamenti.

Obiettivi di questa fase sono il miglioramento dell'abilità motoria attraverso lavori multilaterali e polivalenti ed il miglioramento e consolidamento delle capacità **coordinative** con giochi a temi e di situazioni tipiche degli sport di **squadra**.

Vengono osservati e corretti i gesti tecnici specifici del gioco del calcio e avviamento alla conoscenza dei primi rudimenti di tattica individuale, di reparto e di squadra.

**Obiettivi generali**

- Consolidamento delle capacità coordinative generali e speciali.
- Sviluppo delle capacità condizionali e mobilità articolare
- Perfezionamento del gesto tecnico individuale e in regime situazionale.
- Risoluzione di problemi individuali e collettivi in fase di possesso e non possesso attraverso i primi principi tattici.

**Obiettivi specifici**

- Incremento della potenza aerobica, della rapidità e sviluppo della forza veloce.
- Guida della palla con pressione dell'avversario e controllo della palla orientato.
- Controllo tecnico del gesto in regime di velocità e sviluppo delle varie finte per eseguire un dribbling.
- Saper contrastare un avversario.
- Colpire di testa.

**Esercizi per raggiungere gli obiettivi**

- Situazioni in superiorità/inferiorità numerica.
- Attività tecnica a coppie, a tre, a quattro giocatori e situazioni di 1>1, 2>2, 3>3, 4>4.
- Giochi di possesso palla e partite a tema.
- Partite con numero ridotto di giocatori (4>4, 5>5, 7>7) e partite a reparto (attacco contro difesa).
- Analisi di situazioni di palla inattiva.
- Giochi a staffetta con la palla e partite con vincoli tecnici, spaziali, temporali e di soluzioni.
- Percorsi motori di destrezza, coordinazione, ritmo con e senza palla.

A seconda delle fasce di età le partite saranno disputate in tre tempi da 20 minuti con l'impiego di 9 o 11 giocatori per squadra. Sono utilizzati palloni n°4.

ESORDIENTI PRIMO ANNO

Le gare si svolgono 9 contro 9. In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto il 10° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto l'11° anno di età. Tuttavia, alle società che hanno un documentato numero limitato di tesserati è concessa la possibilità di utilizzare 3 calciatori appartenenti alla fascia d'età immediatamente, sempre che abbiano compiuto il 10° anno di età.

ESORDIENTI SECONDO ANNO

Le gare si svolgono 11 contro 11. In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto l'11° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto il 12° anno di età. Tuttavia, alle società che hanno un documentato numero limitato di tesserati è concessa la possibilità di utilizzare 3 o 5 calciatori appartenenti alla fascia d'età immediatamente inferiore.

# IL VALORE DELLO SPORT

Praticare uno sport di squadra come il calcio non solo fa bene (benissimo!) a livello fisico ma aiuta il bambino ad apprendere valori come l'amicizia, la solidarietà, il lavoro di squadra e la capacità di risolvere piccoli e grandi problemi.

E' riconosciuto che lo sport è un linguaggio universale che riesce ad unire i giovani superando differenze culturali, religiose, sociali e linguistiche.

*Se c'è un pallone… ci sarà sempre qualcuno*

*che vuole giocare a calcio.*

*Al pallone non importa se sei grande o piccolo,*

*qual è la tua religione o*

*come è fatta la tua famiglia.*

*Non gli interessa qual è il colore*

*della tua pelle né da dove vieni.*

*Non gli importa nemmeno*

*se sei bravo o no a giocare a calcio …*

***Un bambino con la palla tra i piedi è***

***un bambino felice.***

# SETTORE AGONISTICO

I ragazzi che frequentano la scuola calcio Vivi Don Bosco hanno il futuro garantito.

La nostra società possiede tutte le categorie agonistiche

- GIOVANISSIMI
- ALLIEVI
- PRIMA SQUADRA SECONDA CATEGORIA

E i ragazzi che escono dalla nostra scuola calcio avranno la possibilità di vivere la parte agonistica del calcio direttamente da noi, passando dai giovanissimi e arrivando fino in prima squadra.

***Il nostro obiettivo è di avere sempre tutte le squadre del settore agonistico composte da ragazzi che sono cresciuti nella nostra scuola calcio.***

# IL PERFETTO GENITORE

La presenza degli adulti, e più specificamente dei genitori, è una componente irrinunciabile delle partite di calcio giovanile.

A volte però, la loro partecipazione, travalica quelle che sono alcune regole importanti che sarebbe utile tenere sempre presenti:

- Ricordare che l'attività è svolta da un bambino e non da un adulto.

- Non decidere troppo per lui.

- Non interferire con l'allenatore nelle scelte tecniche, evitando anche di darne giudizi in pubblico (in casi di episodi gravi, rivolgersi in Società).

- Non rimarcare troppo al bambino una partita mal giocata o quant'altro, evitando di generare in lui ansia da prestazione (non bisogna essere né ipercritici, ne troppo accondiscendi alle sue richieste).

- Incitare sempre il bambino a migliorarsi, facendogli capire che l'impegno in allenamento in futuro premierà ( rendendolo gradatamente consapevole che, come a scuola, per fare bene occorre un impegno serio).

- Abituare il bambino a farsi la doccia, legarsi le scarpe e portare la borsa da solo (rendendolo piano piano autosufficiente ).

- Non punire facendo saltare gli allenamenti, utili per fare movimento e scaricare lo stress, ma concordare con la società e l'istruttore un eventuale non impiego durante la partita.

- Ricordare che sia i compagni che gli avversari del proprio bambino, sono bambini a loro volta e pertanto vanno rispettati quanto lui e non offesi.

# REGOLAMENTO GENITORI

1) Lo scopo principale della nostra società è quello di contribuire alla crescita calcistica ed educativa dei ragazzi. I risultati sono importanti ma non rappresentano il nostro obbiettivo primario. A nessuno piace perdere, ma dobbiamo imparare ad accettare le sconfitte serenamente facendo i complimenti a chi ci ha battuto.
2) Invitate i ragazzi a rispettare e condividere sempre le scelte della Società e dell'Allenatore. In caso di dubbio potrete sempre chiedere chiarimenti al Dirigente Accompagnatore o allo staff societario. Ricordate comunque che non sarà consentito ai Genitori di interferire in alcun modo con le scelte tecniche dell'Allenatore.
3) Sostenete con calore i ragazzi durante le partite, ma non mancate di applaudire anche gli avversari, quando se ne presenta l'occasione. Non tenete mai comportamenti scorretti e non utilizzate mai un linguaggio scurrile. Ricordate che i vostri figli sono in campo e vi stanno ascoltando, e potrebbero vergognarsi di voi.
4) Non confondete i ragazzi durante le partite dando suggerimenti tecnici o tattici ma limitatevi a sostenerli con calore. Il compito di gestirli sul campo è esclusivamente dell'Allenatore.
5) Nel caso in cui verifichiate che all'interno del gruppo vi siano ragazzi che mostrano segnali di disagio di qualsiasi tipo, non esitate a segnalare la cosa al Dirigente accompagnatore oppure all' staff societario. Molto spesso queste situazioni spiacevoli nascono da piccole incomprensioni che se affrontate per tempo si risolvono in maniera positiva, mentre se vengono trascurate, nel tempo possono degenerare in conflitto.
6) Invitate i vostri ragazzi ad affrontare il calcio con il giusto spirito di sacrificio, perché solo con passione costanza e tanto lavoro si possono ottenere buoni risultati.
7) Responsabilizzate i ragazzi facendo in modo che il calcio rappresenti per loro un modo per raggiungere una certa indipendenza. Lasciate che siano loro ad occuparsi della preparazione e della pulizia della borsa. Dopo allenamenti e partite stimolate i ragazzi a fare la doccia in autonomia.
8) Siate puntuali nell'avvisare Allenatore o Dirigente nel caso di ritardi o assenze del ragazzo ai vari impegni, e rispondete sempre con sollecitudine alle eventuali comunicazioni (solitamente via sms) che vi arriveranno dagli stessi.
9) Applaudite sempre l'arbitro anche se a volte potrà sembrarvi difficile, e soprattutto invitate sempre i ragazzi e gli altri genitori a farlo. Ricordatevi che nelle categorie pulcini ed esordienti l'arbitro e i guardialinee nella maggior parte dei casi sono genitori come voi, che si prestano a svolgere l'ingrato ruolo per fare giocare i vostri figli.
10) Condannate sempre e non cercate mai di giustificare comportamenti violenti risse anche verbali, ed altri comportamenti contrari alle regole del fair-play. Al contrario applaudite sempre il bel gioco di tutti, anche quello degli avversari.
11) Supportate nelle varie attività i Dirigenti accompagnatori prestandovi se necessario nell'organizzazione di trasferte cene e di tutte quelle attività che fanno da contorno allo svolgimento della stagione calcistica. La presenza di un gruppo affiatato che supporti la squadra porterà sicuramente dei benefici anche ai ragazzi.
12) Non criticate mai i ragazzi per qualche errore commesso in campo, lasciate questo compito all'Allenatore. Premuratevi invece di sottolineare gli aspetti positivi messi in mostra dai ragazzi durante le partite.

# REGOLAMENTO ATLETI

1) Ogni atleta della Società rappresenta l'immagine e i valori della stessa quindi deve comportarsi in modo corretto nei confronti dei compagni, arbitri, dirigenti, allenatori e genitori;
2) Ogni atleta deve avere il massimo rispetto per tutti ed è segno di buona educazione salutare tutte le persone che collaborano e che fanno in qualche modo parte della società.
3) Gli atleti dovranno essere sempre puntuali: la puntualità è un segno di rispetto e di maturità;
4) Gli atleti sono chiamati a fare allenamento con serietà. Non è permesso scherzare durante lo svolgimento degli esercizi, ci saranno modi e luoghi per poter scherzare con i compagni;
5) Praticare il calcio con passione e buona volontà, senza dimenticare che il calcio è innanzitutto uno sport;
6) Adottare un comportamento adeguato all'etica sportiva sia in caso di vittoria che di sconfitta;
7) Avere cura della divisa sociale, nonché delle attrezzature sportive di cui si fa uso;
8) Rispettare i propri compagni e ricordarsi che non si gareggia solo per se stessi, ma che in gara si rappresentano anche i propri compagni di squadra;
9) Adottare sempre un linguaggio rispettoso ed educato, in allenamento ma soprattutto a casa e nei luoghi d'incontro giornalieri;
10) I calciatori, durante le attività, interne ed esterne, dovranno mantenere un comportamento idoneo; è quindi obbligo usare autocontrollo e fair-play, tenendo sempre ben in mente che durante gli incontri rappresentiamo la società sportiva ASD VIVI DON BOSCO .
11) I calciatori dovranno presentarsi agli allenamenti muniti di tuta societaria per poi cambiarsi negli appositi spogliatoi.
12) I calciatori che per qualsiasi motivo non possono partecipare agli allenamenti e/o alla partita , sono tenuti a comunicare al proprio allenatore l'assenza il più presto possibile. L'assenza ingiustificata può comportare la non convocazione per la partita successiva;
13) Gli spogliatoi (anche quelli delle società ospitanti) vanno mantenuti in ordine e rispettati. I calciatori, al termine della gara, dovranno riporre gli indumenti di gioco in maniera ordinata, al fine di permettere al responsabile di controllarne la restituzione;
14) Per quanto riguarda l'uso di whatsApp: i gruppi di whatsApp vengono costituiti per accelerare le comunicazioni. All'interno del gruppo, oltre allo staff tecnico (amministratore) ci sarà sempre un responsabile della società. Si invita per tanto, i genitori dei piccoli, e i ragazzi più grandi ad usare questo mezzo nel modo più idoneo.

# DOVERI DELLA SOCIETA'

Ogni atleta della Società rappresenta l'immagine e i valori della Gli istruttori e gli allenatori sono i responsabili tecnici e morali della squadra a loro affidata. Devono attenersi alle direttive della Società, sia tecniche che comportamentali, devono vigilare durante gli allenamenti e le partite al fine di evitare che i ragazzi mettano a rischio la propria incolumità, danneggino le strutture e le attrezzature messe a loro disposizione ed accertandosi che abbiano, nei confronti di tutti, rispetto ed educazione.

Unitamente ai collaboratori e ai dirigenti della squadra cercano di risolvere eventuali problemi all'interno del gruppo, tenendo informato il responsabile di settore. A loro viene affidato il materiale tecnico utilizzato in allenamento e ne rispondono personalmente.

In collaborazione con il responsabile del Settore Giovanile programmano le date degli allenamenti e le gare amichevoli e si adoperano affinchè vengano perseguiti gli obiettivi prefissati.

Compilano ed espongono la lista di convocazione. Nello spirito di collaborazione che ci deve essere fra gli allenatori delle varie squadre, sempre e comunque in stretto contatto con il responsabile del Settore Giovanile, può avvenire, in caso di necessità la priorità viene data alla categoria superiore salvo particolari condizioni che si dovessero verificare.

Per tutto il periodo della Scuola Calcio e fino al vincolo pluriennale, esiste l'obbligo per gli allenatori di istruire e far giocare tutti i ragazzi proporzionalmente alle loro capacità.

A partire dalla categoria Esordienti viene privilegiato anche l'aspetto tecnico, senza però escludere la buona armonia del gruppo. Gli allenatori non devono fare differenze nell'allenare e nell'istruire la squadra a loro assegnata, se non di pure valutazioni tecniche e solo al momento delle convocazioni prima delle gare. Le loro scelte tecniche sono insindacabili.

Si consiglia di non interagire con i genitori ma limitarsi a dialogare con loro e per qualsiasi problematica rivolgersi al responsabile del settore giovanile ed eventualmente alla società.

Anche gli allenatori sono tenuti al rispetto totale del presente regolamento.

***Dirigenti***

I dirigenti delle squadre sono dei volontari e, unitamente agli allenatori, devono rispettare e far rispettare ai ragazzi le norme previste dal presente regolamento. Per qualsiasi problematica devono relazionarsi con il responsabile del Settore Giovanile.

Ogni nostra squadra dovrebbe disporre di un dirigente responsabile e di due dirigenti accompagnatori al fine di comporre lo staff necessario alla migliore gestione.

Il ruolo del dirigente è fondamentale e molto delicato, deve essere al di sopra delle parti nei rapporti con l'allenatore, con i ragazzi e con i genitori. Il dirigente rappresenta la Società e si adopera affinchè vengano perseguiti gli obiettivi prefissati.

È incaricato dell'organizzazione logistica della squadra, organizza le trasferte, è responsabile dei documenti necessari per le partite (cartellini, distinte ecc.), è l'addetto all'arbitro nelle partite casalinghe.

Deve essere sempre in stretto contatto con la Società con la quale si può confrontare in qualsiasi momento e per qualsiasi problema.

I dirigenti accompagnatori hanno più un ruolo operativo, si preoccupano delle maglie per le partite, fungono da massaggiatore e da guardalinee, suddividendosi e scambiandosi i compiti a loro discrezione.

Sostituiscono il dirigente responsabile in caso di assenza.

I dirigenti devono rispettare e far rispettare a tutti il regolamento della Società, con particolare attenzione al comportamento e all'abbigliamento.

Sono i responsabili del materiale tecnico utilizzato per le partite, dell'accoglienza della squadra ospite e dell'arbitro nelle partite casalinghe e della gestione di eventuali imprevisti.

***Rapporti con i genitori***

Non sono ammesse da parte dei genitori o dei familiari degli atleti interferenze o ingerenze tecnico-sportive per ciò che concerne le convocazioni, i tempi di gioco e quanto altro appartiene esclusivamente al rapporto tecnico allenatore-atleta.

La Società è a disposizione per qualsiasi comunicazione o necessità. Il genitore potrà rivolgersi al dirigente responsabile della propria squadra che fisserà un incontro con il responsabile del Settore Giovanile. Non è consentito assumere, durante le gare o le diverse manifestazioni, atteggiamenti antisportivi o comunque lesivi del buon nome della Società. Nel momento in cui questo si dovesse verificare, la Società, per richiamare al senso di responsabilità gli adulti, sarà costretta ad intraprendere provvedimenti disciplinari verso i ragazzi. Ogni persona è responsabile del proprio comportamento e a maggior ragione lo deve essere quando è di esempio ai più giovani.

# NUTRIZIONE È' SALUTE

Un buon allenamento unito ad una sana e corretta alimentazione, rappresentano insieme il binomio vincente per il giovane calciatore

- E' bene arrivare in campo con una scorta energetica giusta per affrontare lo sforzo, a patto che sia stata ben digerita. Niente digiuno , niente abbuffate, ma pasti leggeri.

- E' necessario che bambini e ragazzi mantengano "in pareggio" il bilancio energetico cioè il rapporto tra le calorie introdotte con il cibo e quelle consumate dall'organismo .

- La colazione è un pasto fondamentale e dovrebbe da sola coprire un quarto delle "scorte energetiche " della giornata. Una colazione sana aiuta , fette Biscottate , marmellata , latte caldo e orzo o yogurt, anche una spremuta può essere utile.

- Bevante gassate ? No grazie !! Prima della partita o l'allenamento sono sconsigliate, troppi zuccheri causano pesantezza in chi deve correre.

Per tutti i genitori è disponibile la guida completa redatta dalla

Lega Nazional Dilettanti su **nutrizioneesalute.lnd.it**