



## JUVENTUS SOCCER SCHOOL



### PROGRAMMAZIONE ANNUALE

#### **INTRODUZIONE CATEGORIA PULCINI**

##### **Fascia della pratica sportiva (8 -10 anni)**

In questa fascia (8-11 anni) troviamo i bambini appartenenti alla prima e alla seconda età scolare. Viene definita la migliore età per l'apprendimento (per intuito).

Il notevole miglioramento del rapporto peso-forza e il miglioramento delle proporzioni fanno sì che, se stimolato adeguatamente, il bambino sia già in grado di controllare il proprio corpo a livelli elevati. Tutto ciò deve essere sfruttato attraverso attività finalizzate e variabili a misura di bambino.

In questo periodo dovranno essere acquisite la forma grezza e se possibile la forma precisa delle principali tecniche sportive. L'ampliamento polivalente del patrimonio dei movimenti dovrebbe consistere nell'apprendimento di numerose forme qualitativamente rilevanti. Questo per non automatizzare l'apprendimento di movimenti errati. Le basi coordinative dei risultati futuri vengono poste appunto in questa fascia.

In questo periodo si possono richiedere compiti già difficili, sia da un punto di vista motorio sia cognitivo; il notevole bisogno di muoversi, la disponibilità all'impegno, il desiderio di diventare bravi, il coraggio e la disponibilità al rischio devono essere sfruttati al meglio per l'acquisizione della futura maestria motoria. Inoltre in questa fase c'è il superamento dell'egocentrismo proprio del periodo precedente e di conseguenza risulta più semplice l'inserimento di proposte in cui è richiesta collaborazione. E' l'età in cui inizia l'attività agonistica della Scuola Calcio, che porta quindi a doversi confrontare oltre che con i propri compagni anche con i pari appartenenti alle squadre avversarie. In questa categoria l'obiettivo tecnico primario deve essere quello del **DOMINIO DELLA PALLA** inteso come rapporto palla-giocatore.