

PROGRAMMAZIONE ANNUALE**INTRODUZIONE CATEGORIA PICCOLI AMICI
Fascia dell'avviamento alla pratica sportiva (5 - 8 anni)**

In questa fascia ritroviamo bambini appartenenti all'età prescolare e ai primi anni della prima età scolare. Questo periodo è caratterizzato da un elevato impulso a muoversi e a giocare, i bambini di quest'età sono dotati di grande fantasia e di disponibilità affettiva ad apprendere. Tra il 5° e il 7° anno troviamo il primo cambiamento della figura caratterizzato dall'aumento della statura e dalla scomparsa delle proporzioni tipiche del bambino piccolo. Di conseguenza tutto ciò dovrebbe essere sfruttato nella pratica sportiva attraverso un vasto numero di proposte, tutte svolte in forma ludica, in modo da dare loro l'opportunità di provare numerose esperienze e favorire le opportunità di apprendimento, sia di tipo motorio (abilità, schemi motori ecc), sia cognitivo (cap di problem solving, cap di scelta ecc).

I bambini di quest'età hanno bisogno di possibilità di movimento variabili che li stimolino a correre, saltare, arrampicarsi, strisciare, calciare, lanciare, afferrare al volo, stare in equilibrio ecc. L'attività sportiva dovrebbe avere solo carattere ludico, dovrebbe divertire, stimolare la creatività, la socializzazione con i pari, far vivere emozioni e portare quante più esperienze motorie possibili.

In questa fase i bambini sono estremamente egocentrici. L'egocentrismo è l'incapacità di tenere conto del punto di vista degli altri. Il bambino non ha consapevolezza della sfera soggettiva del pensiero, dell'io-penso; quindi non tiene conto di quello che pensano gli altri. Il bambino di quest'età tende a giustificare tutto in base a una sola esperienza, la propria. Verso la fine del periodo, inoltre, grazie ai presupposti fisici, i bambini sono snelli, leggeri, presentano buoni rapporti tra forza e leve, tutto ciò è estremamente favorevole all'acquisizione di abilità motorie. Al centro della formazione sportiva ci sono l'ampliamento del patrimonio di movimenti e il miglioramento delle capacità coordinative;

Tutto ciò deve essere utilizzato per apprendere una grande quantità di tecniche di base, nella loro forma coordinativa generale. Si parla dunque per questa fase di formazione polisportiva. Purtroppo la facilità nell'apprendere nuove abilità non va di pari passo con la capacità di fissare i movimenti già appresi che necessitano di un gran numero di ripetizioni per essere integrate nel repertorio motorio dei bambini. Sempre sulla base della progressione e del rispetto delle caratteristiche proprie delle fasce d'età si passerà da un periodo in cui è prevalente il gioco e le forme ludiche fino ad arrivare ad esercitazioni calcistiche vere e proprie. Nella prima fascia (5-8) i bambini non hanno ancora il concetto di sport. Essi vogliono muoversi, giocare e divertirsi. In questa fase il gioco è il mezzo prevalente, e qualsiasi tipo di attività deve essere proposta in forma ludica o come sfida. Tutte le proposte devono dare modo al bambino di provare il maggior numero di esperienze motorie e all'interno dello stesso gioco o proposta il gesto deve essere ripetuto un gran numero di volte per essere appreso.

In questo modo si possono pian piano inserire alcuni gesti tecnici senza che risultino noiosi e quindi poco stimolanti. Gioco significa divertimento: se si diverte il bambino viene volentieri al campo, rende di più, trova una motivazione propria. Si può giocare in moltissimi modi: è necessario trovare i giochi giusti per ogni età, che sviluppino le capacità del calciatore.