



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

# “GLI 11 PUNTI DEL SISTEMA DI GIOCO VINCENTE FIGC-SGS”

ON-LIFE Approfondimento SGS Lombardia di Area Medica e Area Psicologica



Martedì 22 Dicembre 2020



## GLI 11 PUNTI DEL SISTEMA DI GIOCO VINCENTE FIGC-SGS

Moderatore: **Giorgio Fabris**

Delegato AdB SGS Lombardia

Relatori: **Dott. Marco Ardesi**

Responsabile Area Psicologica SGS Lombardia

Interventi: **Prof. Terraneo Giuseppe**

Coordinatore SGS Lombardia

Per comunicazioni scrivere a: [med.lombardiasgs@figc.it](mailto:med.lombardiasgs@figc.it)



## GLI 11 PUNTI DEL SISTEMA DI GIOCO VINCENTE FIGC-SGS

ON – LIFE



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

### *Cari Adulti,*

l'intera comunità sportiva è stata fortemente colpita dall'emergenza sanitaria legata alla diffusione del COVID-19. A tutti i livelli, eventi e stagioni agonistiche sono stati annullati o differiti, le strutture sportive sono state chiuse e in pochissimo tempo alcune delle nostre abitudini più consolidate sono state stravolte. In alcune zone geografiche del nostro Paese la diffusione del virus ha determinato conseguenze sanitarie molto gravi. Ora, dopo quasi due mesi di totale lock-down, siamo entrati in una nuova fase. Un po' alla volta molti di noi stanno tornando nei luoghi di lavoro; con le dovute precauzioni, è possibile frequentare familiari e congiunti, far attività sportiva all'aperto e uscire per acquisti non soltanto di beni di prima necessità. Se fino ad oggi abbiamo conosciuto le emozioni dell'isolamento, seppur intervallato da veloci uscite nel mondo esterno, in questa fase e stiamo scoprendo cosa significa convivere con l'epidemia e ci stiamo confrontando con una ulteriore sfida.

Anche in questa fase, il costante flusso di informazioni diffuso dai media, i nuovi cambiamenti nelle routine quotidiane, l'incertezza per la propria salute e quella dei propri cari, le preoccupazioni per il futuro potrebbero costituire motivo di stress psico-fisico. Tutto questo "non sapere" potrebbe alterare la percezione di controllo a cui normalmente siamo abituati e generare senso di allerta e vissuti di disagio. Questa situazione può avere effetti diversi da persona a persona. Il primo passo nella gestione di questa esperienza è prendere consapevolezza di come ci sentiamo così da poter attivare la strategia di gioco migliore per vincere contro questo avversario comune.

***Cosa fare, dunque, per affrontare nel miglior modo possibile le sfide che questa situazione ci propone?***

***Come far squadra con i nostri ragazzi e vincere assieme una partita così importante?***



FIGC



*Cosa fare, dunque, per affrontare nel miglior modo possibile le sfide che questa situazione ci propone?*

*Come far squadra con i nostri ragazzi e vincere assieme una partita così importante?*





FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

# STIAMO AL GIOCO

Emergenza Covid-19



# STIAMO AL GIOCO

EMERGENZA COVID-19



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO



### 1. FACCIO SQUADRA

---

Il lungo periodo di convivenza forzata determina necessariamente una riorganizzazione di spazi e regole di collaborazione. Occorre perciò stabilire tempi e luoghi di condivisione e di solitudine, trovare nuovi accordi in base alle esigenze di ognuno. Anche in campo, la squadra funziona bene quando troviamo un compromesso tra i nostri bisogni e quelli degli altri.

Per questo è fondamentale comunicare le proprie emozioni, manifestare all'altro le proprie esigenze, esercitarsi nell'arte della pazienza. Facciamo catenaccio ora più che mai e stringiamoci tutti insieme in difesa!

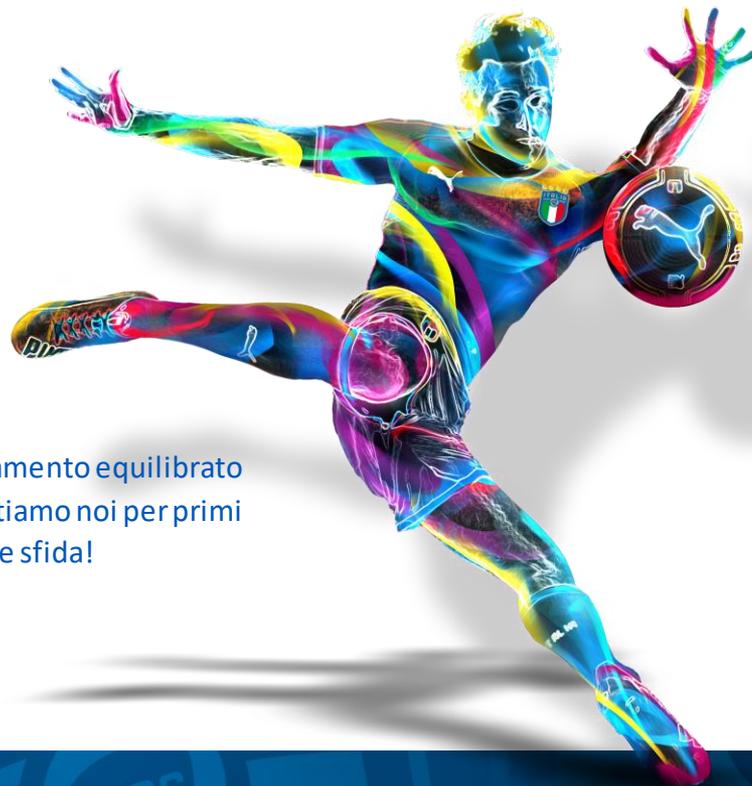


## 2. SONO IL CAPITANO

---

*“O capitano! Mio capitano!”* Siamo un modello per i nostri ragazzi, piccoli o grandi che siano. Questa può rivelarsi un’opportunità per mostrare loro come tollerare l’attuale momento di incertezza e attesa e come gestire le emozioni che provano in modo utile e vantaggioso.

Da veri capitani della squadra, manteniamo un atteggiamento equilibrato riguardo ai provvedimenti e agli aggiornamenti. Rispettiamo noi per primi alla lettera le regole del gioco per vincere questa grande sfida!



### 3. GIOCO D'ANTICIPO

---

La routine e la prevedibilità aumentano il benessere di ognuno di noi e quindi anche di bambini e ragazzi. Non siamo ancora tornati alla normalità e l'incertezza resta una costante. In questo quadro, facile per i nostri ragazzi aver la tentazione di stare tutto il giorno in pigiama o restare connessi ai vari dispositivi tecnologici troppo tardi la sera... sappiamo bene quanto sia importante, nel gioco del calcio, programmare in anticipo gli allenamenti fissando una serie di azioni suddivise in periodi per raggiungere l'obiettivo finale! Diamo “una forma” alle giornate concordando coi nostri ragazzi un programma giornaliero delle diverse attività. Loro hanno bisogno di una guida che li aiuti a distribuire bene i momenti di gioco, quelli di studio e allenamento, così come le pause in cui stare in contatto con gli amici. *Compromesso e patto* sono le parole d'ordine!



### 4. ATLETA SEMPRE

---

Anche qui la parola d'ordine è dettata dal buon esempio. Come genitore, preparo e consumo cibi sani per me e per gli altri, mi ritaglio ogni giorno un tempo dedicato all'esercizio fisico, mantengo una routine di attività giornaliere e incoraggio l'atleta di casa a fare lo stesso.

Come allenatore, in base alle esigenze degli atleti, fornisco costanti approfondimenti sulle opzioni di allenamento, proposte e programmi da realizzare a casa in sicurezza.



## 5. MARCO STRETTO

---

Quando affrontiamo una situazione difficile e piena di incertezza, paura e ansia sono risposte naturali. Capita di rimuginare su interrogativi del tipo: *“Cosa accadrà in futuro?”* *“Quando e come riprenderemo a giocare?”* Ora non ci sono risposte. E più ci concentriamo su questi aspetti, più diventiamo ansiosi e senza speranza. Non possiamo controllare cosa accadrà in futuro, ma solo quello che facciamo nel qui e ora.

È questo ciò che conta: quello che facciamo oggi, può fare un'enorme differenza per noi e per gli altri, domani.

*“Cosa posso fare adesso per migliorare la mia vita, quella dei miei cari e della mia comunità sportiva?”*

Qualunque sia la risposta – agisci, impegnandoti pienamente!



## 6. CONTROLLO LA PALLA

---

Solo se stiamo bene noi per primi, potremo essere di supporto per i nostri ragazzi. Stabiliamo buone abitudini personali che ci permettano di affrontare lo stress e regolare le nostre emozioni. Dedichiamo tempo alle relazioni, coltiviamo le nostre passioni, cogliamo l'opportunità di prenderci cura del nostro corpo con calma.

Questo è anche un buon momento per imparare a fare i conti con i nostri limiti: se oggi gli impegni di lavoro non ci hanno permesso di trascorrere tempo di qualità con i ragazzi, ricordiamoci che siamo umani e che domani potremo rifarci.

Infatti, in partita ogni buon atleta sa che dopo un errore deve orientare l'attenzione alla mossa successiva.



## 7. GIOCO DI SPONDA

Empatia e sostegno. In questa situazione è normale che i nostri ragazzi possano sentirsi come su una montagna russa emotiva. Da una vita piena di impegni sono stati catapultati in una dimensione di immobilità, senza sapere se e quando si tornerà alla normalità. Un po' come durante un lungo infortunio, quando non si ha certezza alcuna sul recupero. Tutto questo può avere un'enorme ripercussione sul loro umore.

È importante che percepiscano che noi adulti siamo pronti *“a fare da sponda”*, ovvero ad ascoltare e accogliere le loro emozioni, riconoscendole senza alcun giudizio. Come fare? Esercitandoci a dire frasi come: *“Ti capisco”*, *“È naturale sentirsi così”, ma ce la metteremo tutta per affrontare insieme questa situazione”*



## 8. TIME OUT

---

Tra compiti da svolgere, lezioni online, allenamenti casalinghi e riunioni con la squadra, le giornate tra le mura domestiche possono trasformarsi in una corsa continua dietro ai diversi impegni. Il pericolo è quello di andare in sovraccarico da informazioni! Anche un atleta, quando si allena troppo, rischia di subire il boomerang delle proprie ambizioni e accusare una perdita di forza e benessere.

È importante che i nostri ragazzi imparino a dosare efficacemente le energie.

*Come fare?* Aiutiamoli a stabilire le priorità e a trovare il giusto equilibrio tra impegni, riposo e tempo dedicato alle attività “tecnologia free”.

Ne va della salute!



### 9. SEGNO AL 90°

È normale che i nostri ragazzi stiano reagendo alla quarantena prolungata con lo sconforto, magari come dopo una sconfitta bruciante. Tuttavia, *grazie* ad un evento negativo possiamo scoprire le nostre aree di crescita e diventare più forti anche quando le cose intorno a noi peggiorano. Perdere il pallone in campo può dare ad un atleta molti stimoli per migliorare il possesso palla.

*Come possiamo aiutare i ragazzi in questo?* Mostriamo loro che ci sono sempre delle alternative. Facciamo insieme il gioco del bicchiere mezzo vuoto o mezzo pieno spiegando che valutarlo in un modo o nell'altro dipende da una loro scelta.

E poi facciamo finalmente GOL spiegando loro che anche in partita funziona così: vince chi ci crede fino in fondo, chi ce la mette sempre tutta.

*Cosa c'è di più bello che segnare in Zona Cesarini!?*



## 10. SONO UN FANTASISTA

---

Siamo al 10: il numero del fantasista per definizione!

E creatività ci vuole nei momenti di noia e frustrazione che potrebbero, invece, essere trasformati in occasioni capaci di stimolare la curiosità e l'immaginazione dei nostri bambini e ragazzi. Noi adulti possiamo aiutarli trovando assieme a loro modi positivi, produttivi e significativi con cui organizzare le giornate. In alternativa potremmo proporre attività che coinvolgono l'intera famiglia o la squadra.

Quindi, cosa aspettate? Tirate fuori i giochi di società, inventatevene di nuovi, oppure proponete ai vostri atleti domande “quiz” sullo sport o altri giochi da realizzare in videoconferenza.



## 11. STRATEGIA DI GIOCO

---

In questa fase le regole che disciplinano i nostri comportamenti possono cambiare di giorno in giorno.

In partita funziona così: il Mister fornisce agli atleti le informazioni utili per sconfiggere l'avversario e definire la tattica. Ugualmente, i nostri ragazzi devono essere correttamente aggiornati sulla situazione e responsabilizzati rispetto alle condotte da seguire in questa fase.

È importante che noi adulti scegliamo fonti autorevoli di informazione e manteniamo equilibrio e giusta prospettiva.





FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

# «EmotivaMente: Iudo-calcio-teca per sensibilizzare alla conoscenza di sé e degli altri»

A cura di

BALZARINI CAMILLA, DINATALE CHIARA, FERRARI ANNA, GARGIULO FRANCESCA, POGGIO TOMMASO

AREA PSICOLOGICA SGS LOMBARDIA



## GLI 11 PUNTI DEL SISTEMA DI GIOCO VINCENTE FIGC-SGS

ON – LIFE



Le attività proposte in questo documento nascono in risposta alle frequenti richieste di tecnici e istruttori dei Club del Territorio.

Questi ultimi, a causa dell'emergenza sanitaria legata alla diffusione del COVID-19, hanno infatti dovuto fare i conti con i lunghi mesi di stop delle attività in campo e con la necessità di mantenere attiva e coinvolgente la relazione con i loro gruppi squadra attraverso momenti di incontro a distanza.

Di seguito vengono presentate alcune proposte pratiche, costruite dallo staff di Area Psicologica di SGS Lombardia, che possono essere facilmente utilizzate da tecnici e istruttori con i seguenti obiettivi:

- *Aumentare il senso di coesione attraverso la condivisione di attività di gruppo stimolanti e divertenti;*
- *Mantenere un alto livello di motivazione stimolando la passione e la curiosità per il calcio e lo sport in generale;*
- *Promuovere il riconoscimento e l'espressione consapevole delle proprie emozioni;*

Tenendo conto di questi obiettivi, le proposte sono state adattate alle seguenti diverse fasce d'età:

- Fascia 5-8 anni
- Fascia 9-12 anni
- Fascia 13-16 anni





Fascia 5-8 anni	Fascia 9-12 anni	Fascia 13-16 anni
<b>Quiz!</b>	<b>Quiz!</b>	<b>Quiz!</b>
<b>Disegna &amp; Indovina</b>	<b>Disegna &amp; Indovina</b>	<b>Informarsi e condividere</b>
<b>Il mio calcio è ricco di emozioni</b>	<b>Creare una storia (9-12 anni)</b>	<b>Il calciatore/la calciatrice</b>
<b>Il gioco dei mimi nel calcio</b>	<b>Mima le diverse situazioni</b>	<b>La mia settimana e le emozioni che vivo</b>
<b>Cantiamo insieme</b>	<b>Bingo</b>	
<b>Creare una storia (7-8 anni)</b>		

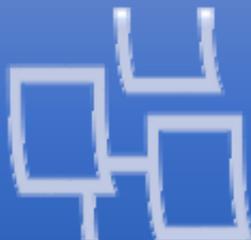
## QUIZ!

### Obiettivi

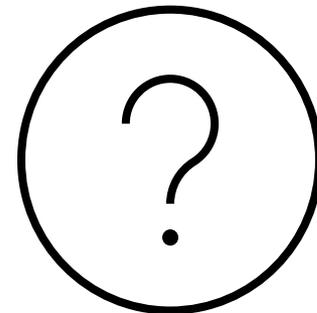


- Stimolare curiosità ed interesse verso il nostro sport
- Aumentare il senso di vicinanza attraverso un gioco di gruppo

### Modalità



- Online: applicativi come «Kahoot!»
- Dal vivo: carta e penna





# QUIZ!

TITOLO	FASCIA D'ETA' CONSIGLIATA	MODALITA'
BANDIERE	6-8 ANNI	<a href="https://create.kahoot.it/share/quiz-bandiere/8646fc5e-0b2d-456b-b591-78207427b13c">https://create.kahoot.it/share/quiz-bandiere/8646fc5e-0b2d-456b-b591-78207427b13c</a>
STORIA DEL CALCIO	9-12 ANNI	PowerPoint relativo
CALCIATORI	9-12 ANNI	<a href="https://create.kahoot.it/share/quiz-calciatori/fcc03391-f1a2-4f24-bbde-f7900b4cff11">https://create.kahoot.it/share/quiz-calciatori/fcc03391-f1a2-4f24-bbde-f7900b4cff11</a>
CALCIATORI STORICI	9-12 ANNI	<a href="https://create.kahoot.it/share/quiz-giocatori-storici/cb7f4780-646f-4314-b3ca-26690576207c">https://create.kahoot.it/share/quiz-giocatori-storici/cb7f4780-646f-4314-b3ca-26690576207c</a>
UEFA CHAMPIONS LEAGUE	13-16 ANNI	<a href="https://create.kahoot.it/share/uefa-champions-league-quiz/8cb1c468-ccc5-44ed-a042-a37a4dfdc487">https://create.kahoot.it/share/uefa-champions-league-quiz/8cb1c468-ccc5-44ed-a042-a37a4dfdc487</a>
COPPA DEL MONDO	13-16 ANNI	<a href="https://create.kahoot.it/share/coppa-del-mondo-quiz/850254f9-a30d-41fe-a020-51e410ec2cb1">https://create.kahoot.it/share/coppa-del-mondo-quiz/850254f9-a30d-41fe-a020-51e410ec2cb1</a>



## DISEGNA&INDOVINA



Fascia d'età

5-12 anni



Obiettivi

- Sviluppare la creatività
- Stimolare la vicinanza con un gioco di gruppo



Modalità

- Online: applicativi come «[drawasaurus.org](http://drawasaurus.org)»
- Dal vivo: lavagna e pennarelli/matite



## IL MIO CALCIO E' RICCO DI EMOZIONI



Fascia d'età

5-8 anni



Obiettivi

- Favorire il riconoscimento e l'espressione delle proprie emozioni



Modalità (seguire PDF relativo)

- Riconoscimento: colorare il volto relativo all'emozione provata (fig. 1)
- Espressione: raccontare un evento particolare in cui è stata provata la relativa emozione



## IL MIO CALCIO E' RICCO DI EMOZIONI

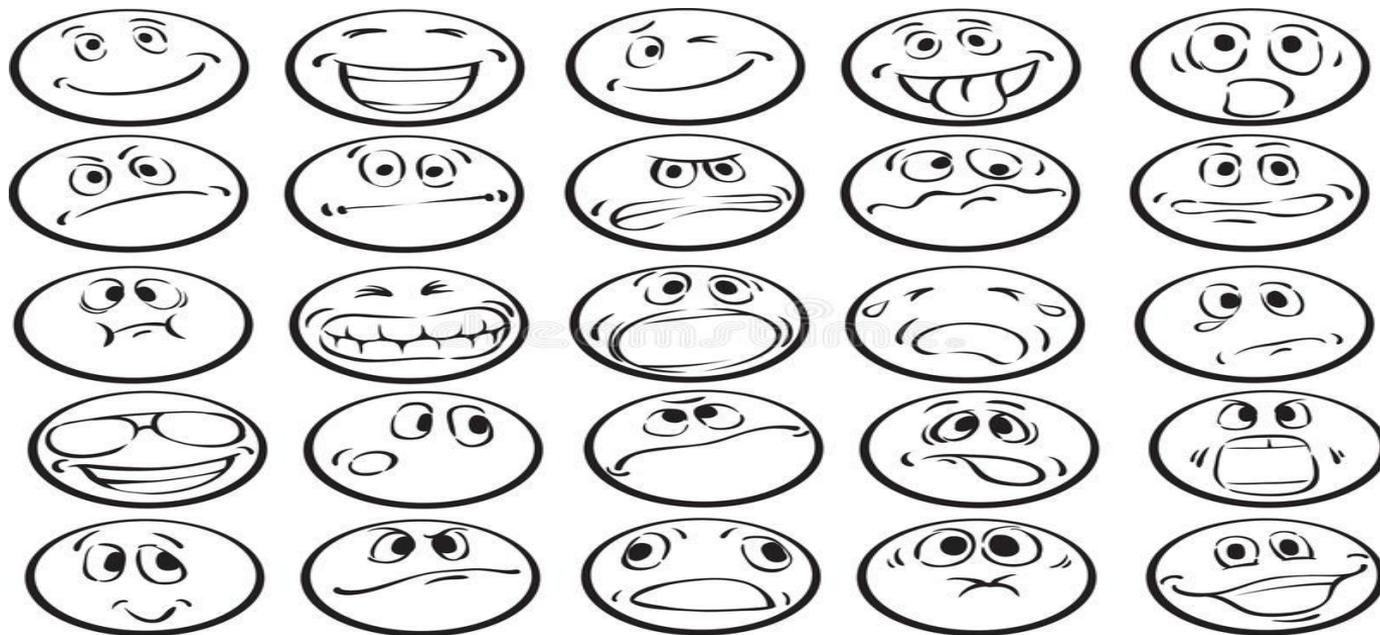
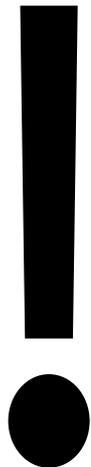


Figura 1

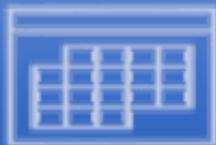
## IL MIO CALCIO E' RICCO DI EMOZIONI



Non forzare nessuno a condividere quanto prodotto.

L'attività è pensata soprattutto per lo sviluppo individuale, fermo restando la possibilità, in un successivo momento di gruppo, di condivisione volontaria.

## IL GIOCO DEI MIMI DEL CALCIO



Fascia d'età

5-8 anni



Obiettivi

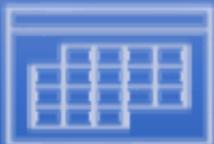
Coinvolgere la squadra attraverso un gioco che possa divertire e allo stesso tempo avvicinare alla conoscenza dei calciatori e delle calciatrici più famosi/e.



Modalità

Sfida a squadre: ad ogni atleta viene assegnato un personaggio presente o passato. L'obiettivo di ogni atleta è di far indovinare ai componenti della propria squadra di quale personaggio si tratti, mimando gesti caratteristici.

## CANTIAMO INSIEME



Fascia d'età

5-8 anni



Obiettivi

Aumentare il senso di coesione di gruppo



Modalità

Scegliere una melodia, anche famosa, che piaccia ai componenti della squadra e costruire insieme a loro l'inno della propria compagine!



## CREARE UNA STORIA

- 7 – 12 anni

Fascia  
d'età



- Stimolare la creatività attraverso la creazione di storie
- Elaborare i propri valori e le proprie emozioni
- Favorire la comunicazione e la cooperazione per realizzare un obiettivo comune

Obiettivi



- Dal vivo: recitazione, statue viventi, ecc.
- Online: applicativi come «Toontastic 3D»
- Ogni storia deve portare a tema almeno un valore e almeno due emozioni legate allo sport

Modalità



## CREARE UNA STORIA – TOONTASTIC 3D

### Short Story

- 3 atti
- Inserire almeno un valore e due emozioni
- Fascia consigliata: 7-8 anni

### Classic Story

- 5 atti
- Inserire almeno due valori e due emozioni
- Fascia consigliata: 7-8 anni (con l'aiuto di un genitore); 9-12 anni

### Storia di gruppo

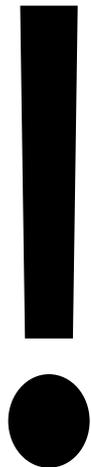
- Divisione in gruppi da 4-5 componenti
- Ad ogni componente verrà assegnata una scena di cui dovrà scrivere la sceneggiatura
- Ogni scena dovrà essere la prosecuzione di quella precedente
- Una volta che la sceneggiatura è completa, si crea la storia di gruppo
- Fascia consigliata: 9-12 anni



## CREARE UNA STORIA – TOONTASTIC 3D

Valori legati allo sport	Emozioni	Spunti narrativi (esempi)
Il coraggio	Gioia	Un tesoro nascosto
Il gioco di squadra	Paura	Un mostro
La creatività	Rabbia	Una gita con la squadra
La resilienza (rialzarsi e imparare dalle difficoltà)	Invidia	Un viaggio nello spazio
	Tristezza	
	Sorpresa	

## CREARE UNA STORIA



Al termine dell'attività è importante dedicare il giusto tempo al «debriefing».

In tale momento, dopo aver visionato tutte le storie, si potrebbe chiedere ad ogni componente della squadra quali insegnamenti e vissuti associno alle singole storie.

## MIMA LE DIVERSE SITUAZIONI



Fascia d'età

9-12 anni



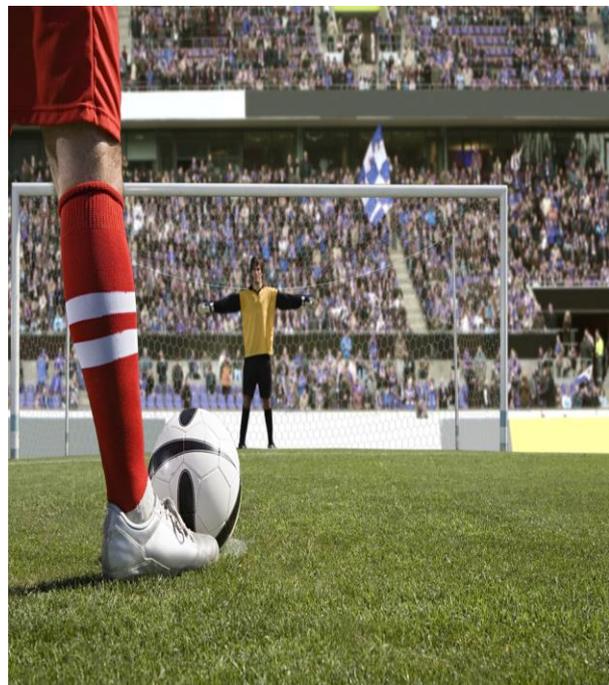
Obiettivi

Migliorare la capacità di riconoscere le emozioni altrui



Modalità

- Sfida a squadre; una squadra sceglie la situazione che un componente della squadra avversaria dovrà far indovinare ai compagni o alle compagne





## MIMA LE DIVERSE SITUAZIONI

DOBBIAMO RIMANERE A CASA PER IL LOCK DOWN: SONO ARRABBIATO	HO FATTO GOAL: SONO SODDISFATTO
STO GUARDANDO IL MIO IDOLO GIOCARE: LO AMMIRO	LA MIA SQUADRA HA VINTO IL CAMPIONATO: SONO FELICE
IL CAMPO E' ALLAGATO, PARTITA RINVIATA: SONO DISPIACIUTO	UNO DEI\DELLE MIEI\MIE COMPAGNI\E HA RICEVUTO I COMPLIMENTI DALL'ALLENATORE\RICE PER UN'AZIONE USCITA BENE; ANCH'IO HO FATTO UN BELL'ASSIST MA A ME NON HA DETTO NIENTE: SONO GELOSO
STO ASPETTANDO L'INIZIO DI UNA PARTITA IMPORTANTE: SONO ANSIOSO	UNO DEI MIEI PARENTI\AMICI E' RISULTATO POSITIVO AL COVID-19: SONO PREOCCUPATO
STO PER TIRARE\PARARE UN RIGORE: SONO CONCENTRATO	HO DETTO AL MISTER CHE OGGI SONO UN PO' STANCO E MI HA DETTO DI NON PREOCCUPARMI, CHE A VOLTE CAPITA ESSERE STANCHI DOPO UNA GIORNATA IMPEGNATIVA: MI SONO SENTITO ASCOLTATO
NON MI ASPETTAVO DI ESSERE CONVOCATO, MA IL MISTER HA FATTO IL MIO NOME: SONO SORPRESO	DURANTE LO STOP FORZATO CI SONO STATE GIORNATE IN CUI NON SAPEVO COSA FARE: MI SONO ANNOIATO
NON POSSO VEDERE I MIEI NONNI\PARENTI A CAUSA DEL LOCKDOWN: SONO TRISTE	OGGI AL CAMPO CI HANNO PROPOSTO UN GIOCO NUOVO: MI SONO DIVERTITO
HO PROVATO UN TIRO DIFFICILE: SONO STATO CORAGGIOSO	HO COMMESSO UN FALLO E L'HO AMMESSO: SONO STATO ONESTO



# BINGO!



Fascia d'età

9-12 anni



Obiettivi

Attraverso il gioco stimolare la conoscenza di alcuni stati emotivi e dei relativi vissuti



Modalità

Come nella classica tombola natalizia, ogni atleta è dotato di un tabellone e di qualcosa per segnare le caselle (fagioli, bottoni o simili).

Il tecnico legge una alla volta diverse situazioni con emozioni annesse, l'atleta posiziona il segna-casella se almeno una volta ha provato la relativa emozione (possibilità di condivisione di un eventuale evento personale)

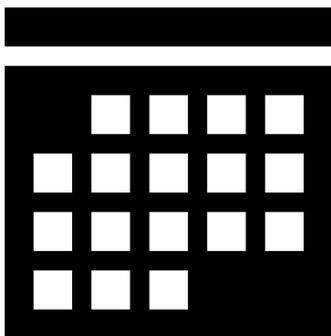




## BINGO!

<b>FELICE</b>	<b>ANSIOSO</b>	<b>ARRABBIATO</b>	<b>DIVERTITO</b>
<b>TRISTE</b>	<b>DISPIACIUTO</b>	<b>AMMIRAZIONE</b>	<b>ONESTO</b>
<b>SORPRESO</b>	<b>ASCOLTATO</b>	<b>PREOCCUPATO</b>	<b>SODDISFATTO</b>
<b>GELOSO</b>	<b>CONCENTRATO</b>	<b>ANNOIATO</b>	<b>CORAGGIOSO</b>

## LA MIA SETTIMANA E LE EMOZIONI CHE VIVO



Fascia d'età

13-16 anni



Obiettivi

Sviluppare un maggior contatto con le proprie emozioni

Stimolare l'auto espressione



Modalità

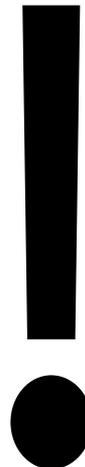
Far compilare all'atleta un «diario» relativo ai propri stati emotivi.

Proporre l'attività durante il periodo di stop e, successivamente, riproporla dopo la ripresa per evidenziare eventuali cambiamenti

## LA MIA SETTIMANA E LE EMOZIONI CHE VIVO

Le tabelle restano all'atleta, non vanno condivise con gli allenatori.

Nel caso in cui la Società collabori con un/a professionista in Psicologia dello Sport si potrebbe organizzare un momento di rielaborazione di gruppo



## INFORMARSI E CONDIVIDERE



Fascia d'età

13-16 anni



Obiettivi

Stimolare interesse e curiosità

Aumentare la conoscenza e la passione verso lo sport



Modalità

Stimolare l'atleta alla visione di particolari video o alla lettura di determinati testi/articoli/riviste cartacee e online.

Proporre ad ogni atleta di informarsi su un particolare tema e di raccontare quanto appreso ai compagni e alle compagne.



## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE



Fascia d'età

13-16 anni



Obiettivi

Migliorare la conoscenza del gioco

Stimolare la motivazione

Aumentare la consapevolezza di sé



Modalità

3 Fasi di svolgimento



## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE



**Brainstorming**



**Valutare le qualità di  
un giocatore o di  
una giocatrice**



**Valutare noi stessi**



## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE

**Brainstorming**

- Quali sono le caratteristiche che definiscono una calciatrice/un calciatore (in generale)?

## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE

**Valutare le qualità di un giocatore o di una giocatrice**

- **Si sceglie una giocatrice o un giocatore famosi e la/lo si valuta a seconda delle caratteristiche definite in Fase 1**

## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE

**Valutare  
noi  
stessi**

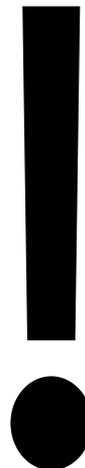
- **Ogni atleta prova a valutare le proprie capacità in base alle caratteristiche definite in Fase 1**

## IL CALCIATORE/LA CALCIATRICE

L'autovalutazione resta privata.

Si consiglia di far approfondire la conoscenza della calciatrice o del calciatore selezionata/o prima di effettuare la valutazione di Fase 2.

Si consiglia l'utilizzo dell'applicativo «Padlet»





FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO  
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

GRAZIE  
PER L'ATTENZIONE

