

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale dello sport di Macolin
<b>Band:</b>	52 (1995)
<b>Heft:</b>	5
<b>Artikel:</b>	Un concetto interdisciplinare : l'acquisizione della capacità di gioco nel calcio giovanile
<b>Autor:</b>	Uhlig, Manfred / Uhlig, Johannes
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-999430">https://doi.org/10.5169/seals-999430</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

**Un concetto interdisciplinare**

# L'acquisizione della capacità di gioco nel calcio giovanile

di Manfred e Johannes Uhlig

foto di Richard Cieslar

traduzione ed adattamento di Nicola Bignasca

**Il gioco è una componente importante della nostra vita. Ogni fanciullo dovrebbe imparare a giocare con la palla. In questo articolo, gli autori presentano un concetto per l'apprendimento della capacità di gioco valido per tutti i giochi di palla.**

I giochi di palla sono molto importanti per lo sviluppo della personalità del fanciullo e rappresentano un tema fondamentale sia per l'educazione fisica scolastica che per la formazione di base del giovane calciatore (dai 6 ai 12 anni). I giochi di palla offrono al fanciullo delle possibilità uniche per vivere, scoprire e sviluppare se stessi e ciò soprattutto grazie alle loro caratteristiche come p.es. la tensione, il vissuto, la gioia, il divertimento, la motivazione, l'emozione, la dinamica, l'impreve-

dibilità, il successo, la sconfitta, la collaborazione, la sfida, la percezione, la conoscenza, la previsione, la decisione, l'azione, la soluzione di problemi, la creatività, le finte, le regole, ecc.

## Imparare a giocare

Imparare a giocare significa acquisire la capacità di giocare in gruppo e sviluppare una motivazione per il gioco così come una buona disponi-

bilità all'apprendimento e alla prestazione. Lo scopo principale quindi è quello di formare una capacità di gioco generale che serva da base per lo sviluppo di una capacità di gioco più specifica ai grandi giochi come il calcio, il basket, la pallamano e la pallavolo (cfr. Bisanz, Gerisch 1979). Ciò significa, che nel calcio non è bene imporre al fanciullo delle forme di gioco specifiche in quanto dapprima deve acquisire confidenza con le basi del gioco (p.es. affinità con la palla e gioco con le mani).

Imparare a giocare significa confrontarsi attivamente con una o più persone e con un ambiente sociale in continua variazione (nuovi compagni di squadra ed avversari). Pertanto, bisogna prediligere dei compiti «aperti», vale a dire delle situazioni di gioco che devono essere padroneggiate attraverso un comportamento variato ed adattato (cfr. Mechling 1988). I fanciulli imparano attraverso le esperienze, per tentativi ed errori, e dunque in modo globale, intuitivo e in parte a livello inconscio. Quindi, è soprattutto il compito e la situazione che insegna e non soltanto le direttive e le istruzioni del monitor (cfr. Hasler 1992).



## Le affinità tra i giochi

Se analizziamo attentamente i grandi giochi, possiamo scoprire delle caratteristiche tipiche e delle affinità che debbono essere messe in rilievo attraverso degli accorgimenti didattici e metodologici.

### Il gioco di palla

Un presupposto per imparare a giocare è l'acquisizione di una buona dimestichezza con la palla. La qualità della capacità di gioco dipende proprio da questa facoltà, in quanto soltanto se si riesce a controllare perfettamente il gioco di palla si può distogliere lo sguardo da essa ed acquisire un miglior orientamento e visione di gioco generale. In questo modo i giocatori possono sviluppare una comunicazione e un gioco collettivo migliore.

Durante la formazione di base, oltre al gioco di palla, bisogna migliorare anche la sensazione motoria attraverso un'esercitazione multilaterale della coordinazione svolta in forma ludica. La formazione coordinativa è la base dell'apprendimento dei movimenti e della tecnica. Sia il gioco di palla che la sensazione motoria sono un prerequisito per apprendere velocemente le tecniche di base dei singoli giochi come la corsa, i salti, i passaggi, i lanci, i tiri, i palleggi, la condotta di palla, ecc. Queste tecniche devono essere consolidate ed automatizzate attraverso delle forme di gioco e di esercitazione, in modo tale da poterle poi applicare in modo finalizzato a seconda della situazione di gioco (cfr. Hotz 1993). A questo proposito è molto importante spiegare e capire il senso tattico dell'applicazione di un'abilità motoria (tecnica).

### Gioco collettivo

Il gioco collettivo o, in altre parole, l'aiuto reciproco tra i giocatori attraverso lo smarcamento e la coordinazione delle azioni di gioco, sono un'altra tipica caratteristica dei grandi giochi. Le capacità psicosociali dei fanciulli giocano un ruolo fondamentale. L'acquisizione della rappresentazione dell'immagine del triangolo è molto importante per il gioco collettivo. Il triangolo è composto dal portatore di palla e da due altri giocatori.



### Dinamica di gioco

La dinamica di gioco, e quindi la velocità delle azioni di gioco, è contraddistinta dall'altalenarsi tra fasi attive e passive, fasi di possesso e di riconquista della palla e dal passaggio veloce tra queste due fasi.

### Creatività

Il gioco di palla si basa da un lato sull'ordine e l'organizzazione e dall'altro sulla creatività e l'improvvisazione, vale a dire sulla capacità di proporre delle azioni improvvise ed imprevedibili e di applicare in modo variabile le tecniche anche tramite varie finte.

### Giocare significa agire

L'azione motoria comprende le seguenti fasi: percepire, anticipare, decidere ed eseguire. Le informazioni che riguardano le situazioni di gioco vengono recepite con tutti i sensi; in questo modo si possono analizzare ed anche anticipare le azioni dei propri compagni di squa-

dra e degli avversari. La qualità di questo processo è direttamente proporzionale alle esperienze del giocatore. Per lui la sfida consiste nel risolvere la situazione di gioco in modo effettivo e mirato. In generale, egli dispone di numerose possibilità fra le quali egli deve scegliere quella che gli garantisce maggior successo. A questo proposito vale il motto: «Fare la cosa giusta al momento giusto e al posto giusto!». L'esecuzione dell'azione vera e propria rappresenta l'ultimo anello di questo processo. La sua riuscita dipende dal livello coordinativo-tecnico e condizionale. A mò di conclusione, quindi, si può affermare che nell'azione di gioco intervengono sia la testa, il cuore che la mano, risp. il piede.

### Fattori di disturbo

La qualità delle azioni può essere scalfita da alcuni fattori come l'avversario, la mancanza di spazio e di tempo, elementi esterni (p. es. il vento, l'ambiente circostante) ed interni (p.es. la fatica, il nervosismo) (cfr. Lottermann 1994, Hotz/Muster 1993).

Nel calcio e nella pallamano i contatti fisici sono frequenti; nel basket sono già più rari mentre nella pallavolo non ve ne sono per niente (ad eccezione di alcune situazioni particolari come il blocco).

La struttura dei giochi di palla è complessa; i fattori che influenzano la prestazione nei giochi sono numerosi ed interdipendenti.

Al centro della prestazione nel gioco dei fanciulli ci dovrebbe essere la capacità di gioco, vale a dire la capacità di risolvere con successo le situazioni di gioco attraverso l'impiego variabile delle abilità motorie. La capacità di gioco permette di capire l'idea e la filosofia di gioco che nel calcio può essere riassunta nel motto: «Fare delle reti e non subirne!».

## Obiettivo

Dopo questa parte introduttiva, presentiamo un concetto di formazione della capacità di gioco nel calcio di tipo interdisciplinare e basato sulle affinità che ci sono tra i quattro giochi di palla principali. Queste affinità sono di tipo strutturale. Ad esempio si può distinguere tra una fase di pianificazione (raccolta ed elaborazione delle informazioni: «riconoscere l'essenziale») e una fase di esecuzione (utilizzazione delle informazioni: «variazione») (cfr. Hotz 1986).

## Il gioco con le mani

Il gioco con le mani è al centro della formazione di base anche nel calcio. Il bambino ha più dimestichezza con le mani che con i piedi, in quanto sono più vicine al capo (e dunque agli occhi). Il gioco con le mani garantisce una migliore visione globale e in ultima analisi un gioco collettivo più funzionale. Inoltre, è più facile aumentare la velocità d'azione nel gioco con le mani che nel calcio con i piedi. Anche in questo tipo di gioco bisogna favorire l'esercitazione con entrambe le mani e l'utilizzazione di palloni di diverso tipo (p.es. pallina di tennis, palla di pallamano, di calcio, di pallavolo, di ginnastica, palla morbida). Questi palloni hanno delle proprietà differenti; in questo modo si può sviluppare in modo mirato la capacità di differenziazione e di percezione (principio dell'esperienza del contrasto).

## Principi didattici

Il bambino impara più facilmente i fondamentali del gioco attraverso delle forme ludiche e di esercitazione semplici e svolte in piccoli gruppi che gli permettono di acquisire un vasto bagaglio di esperienze motorie. Egli deve essere aiutato con delle istruzioni precise; ciò nonostante deve poter usufruire di un certo margine di libertà, che gli permette di scoprire e trovare le soluzioni ai problemi di gioco ai quali è confrontato. In altre parole il monitor deve stimolare la creatività del bambino. La palla è l'elemento centrale sul quale si basa la scelta degli esercizi e delle forme di gioco. All'inizio si deve mettere l'accento sul gioco di palla e sullo sviluppo dell'abilità nel padroneggiare i fondamentali tecnici. In seguito, si può mettere l'accento sul gioco di squadra e sullo sviluppo di un sistema di gioco collettivo. Questo permette poi di introdurre con successo il gioco con il disturbo dell'avversario. Le forme apprese devono essere applicate costantemente nel gioco così da poter verificarne la stabilità e l'efficacia.

## Analisi dei giochi di squadra

L'analisi che seguirà getta le basi per un concetto interdisciplinare dello sviluppo della capacità di gioco. L'obiettivo principale dei giochi di squadra come il calcio, il basket e la pallamano è di fare delle reti (o dei canestri) e nel contempo di impedire all'avversario di farne. Nel basket, i contatti fisici sono assai limitati, mentre nel calcio e nella pallamano sono più frequenti soprattutto nei confronti fra due giocatori. Gli obiettivi (le porte, i canestri) sono relativamente piccoli.

La pallavolo è in ultima analisi un gioco di rinvio che offre la possibilità ai giocatori di sviluppare un gioco di squadra senza il disturbo dell'avversario. L'obiettivo della pallavolo è quello di indirizzare la palla nel campo di gioco avversario.

Se nei primi tre giochi si può fare la distinzione tra una fase d'attacco, una fase di difesa e una fase di passaggio veloce tra le due azioni, nella pallavolo queste due fasi si confondono.

Gli obiettivi dell'attacco sono la pre-

parazione e l'esecuzione dell'azione finale mentre gli obiettivi della difesa sono l'impedimento dell'azione avversaria e la riconquista della palla (cfr. Bisanz/Gerisch 1979).

## La palla è al centro del gioco

E veniamo ora alla presentazione del concetto vero e proprio. La palla è al centro della prima fase dell'apprendimento dei giochi. Dapprima la si deve controllare e padroneggiare con la mano (destra e sinistra) e poi con il piede (destro e sinistro). In questo modo si riesce a sviluppare una buona sensibilità fine nel gioco di palla.

Questa capacità è strettamente collegata con la capacità di orientamento spaziale e temporale (visione globale, timing). Infatti, se il bambino acquisisce maggior dimestichezza con la palla, non deve più concentrarsi su di essa e può così migliorare la sua visione di gioco e la capacità di anticipare grazie al suo bagaglio di esperienze. Un giocatore che padroneggia il gioco di palla si nota anche dalla precisione dei suoi tiri a rete (o a canestro) oppure dei suoi passaggi al compagno che a sua volta può andare a rete (o a canestro). In sintonia con Hotz (1991) definiamo questa prima fase come l'acquisizione della coordinazione.

## Gioco di squadra

Dopo aver acquisito maggior dimestichezza con la palla, il bambino può concentrarsi sull'ambiente sociale, vale a dire sullo spazio circostante, i propri compagni di squadra e gli avversari. Questo prerequisito è dunque indispensabile per iniziare a sviluppare un gioco collettivo efficace. Ora, l'accento viene messo sulla comunicazione durante il gioco e sulle questioni del perché, come e quando bisogna passare la palla. Il triangolo, composto dal portatore di palla e da due altri giocatori, è la forma di base del gioco collettivo. All'inizio, l'esecuzione del passaggio con l'aiuto del controllo visivo e della segnalazione verbale può facilitare la cooperazione e l'interazione tra i giocatori. Dapprima, si eseguono dei



passaggi con le mani e poi con i piedi. Nel calcio, la tecnica del passaggio è più difficile poiché si basa su una buona coordinazione del piede. Quando la coordinazione è ancora insufficiente, il giocatore non riesce a controllare la palla e ad avere una visione di gioco completa.

### **Giocare contro l'avversario**

Il terzo livello metodologico comprende l'integrazione del o dei giocatori avversari. Ora, l'accento viene messo sull'azione di gioco adattata alla situazione e sull'applicazione delle abilità tecniche apprese in funzione della soluzione finalizzata dei diversi compiti di gioco.

### **L'acquisizione della capacità di gioco nel calcio**

Dopo aver presentato un concetto interdisciplinare per l'acquisizione e il miglioramento della capacità di

gioco, proponiamo ora alcuni esempi per il transfert di questa capacità nel gioco del calcio. In particolare, vogliamo indicare quali capacità ed abilità può imparare il calciatore attraverso la pratica degli altri giochi di squadra.

Il gioco della pallamano permette di sviluppare

- la velocità di gioco,
- il gioco collettivo,
- la velocità d'azione (percezione, decisione ed esecuzione),
- il contropiede,
- il gioco di difesa,
- il passaggio dalla difesa all'attacco e viceversa,
- il gioco sulle fascie.

Il gioco del basket permette di sviluppare

- il confronto con l'avversario basato sul fair play,
- la capacità di fare delle finte,
- la bilateralità,
- la forza di stacco abbinata alla coordinazione,
- il gioco collettivo,
- la velocità d'azione e il gioco con l'assillo del tempo,
- la precisione al tiro,

- la capacità di ritmizzazione.  
Il gioco della pallavolo permette di sviluppare

- la capacità di orientamento,
- il timing,
- il triangolo come forma di base del gioco collettivo,
- la capacità di ritmizzazione,
- la reazione e l'anticipazione,
- la forza di stacco abbinata alla coordinazione. ■

### **Bibliografia:**

- Bisanz, G./Gerisch, G.: Mini-Fussball. Praxis Sport, Manuale 2. Berlin, Monaco, Francoforte 1979.  
Hasler, H.R.: Capacità cognitive, SFSM Macolin 1992.  
Hotz, A.: Praxis der Trainings- und Bewegungslehre, Studienbücher Sport, Aarau, Francoforte 1991.  
Hotz, A./Muster, M.: Tischtennis lehren und lernen, Aachen 1993.  
Hotz, A.: Apprendere e insegnare, in: Macolin, 6.1994, 14-19.  
Hotz, A.: L'apprendimento qualitativo dei movimenti, SSS, Roma 1995 (in fase di stampa).  
Lottermann, S.: Kondition spielend trainieren, in: Fussballtraining 1.1994, 19-23.  
Mechling, H.: Zur Theorie und Praxis des Techniktrainings, Colonia 1988.  
Weineck, J.: Optimales Fussballtraining, Erlangen 1992.