

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 8 (2006)

Heft: 3

Artikel: Un vivaio chiamato scuola

Autor: Löhrer, Dorian

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001467>

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: 11.02.2026

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

Un vivaio chiamato scuola

Football a scuola // I docenti hanno spesso un atteggiamento critico verso questa disciplina. La popolarità di questo gioco e la sua onnipresenza ne favoriscono l'esclusione dalle palestre. D'altra parte è impossibile ignorare una simile disciplina, che merita di trovare più spazio nell'insegnamento.

Doriano Löhner

► Assieme ad alcune altre discipline, il calcio è sicuramente uno degli sport più popolari al mondo. I campionati del mondo in Germania sono alle porte! La Svizzera si prepara ad ospitare l'EURO 08! Anche chi del calcio conosce solo la formula chimica viene travolto da questo fenomeno sportivo. Non si possono per altro ignorare i circa 240 000 sportivi che ogni domenica si affrontano su campi regionali e comunali, in campionati organizzati dall'Associazione svizzera di football (ASF). A scuola si assiste invece ad un'altra tendenza: il calcio è quasi bandito dalle lezioni di educazione fisica. Ma per quale motivo una disciplina così coinvolgente e radicata nella società non viene presa in considerazione nell'insegnamento scolastico?

Le ragioni sono diverse

Come spesso capita i motivi sono molteplici e divergono da insegnante a insegnante. Nella maggior parte delle classi buona parte dei ragazzi e delle ragazze giocano già a calcio in una società sportiva. Durante la ricreazione, le pause pranzo e durante il tempo libero gli allievi si organizzano autonomamente per giocare al pallone. Dunque è davvero indispensabile riproporre la disciplina anche durante le lezioni di ginnastica? Molti docenti, inoltre, non conoscono molto il calcio e hanno la

sensazione di non possedere le conoscenze necessarie per insegnare correttamente la disciplina ai loro allievi.

Un altro argomento è rappresentato dalle diverse capacità di gioco all'interno di una classe. Le esperienze calcistiche che gli allievi vivono al di fuori della scuola aumentano l'eterogeneità delle predisposizioni tecniche molto di più rispetto ad altre discipline. Il compito del docente dovrebbe essere quello di



Il calcio va a scuola

► È questo il titolo attribuito ad un progetto dell'ASF, il cui obiettivo è di sostenere i docenti di educazione fisica nella preparazione di lezioni di calcio e di fornire loro idee sui contenuti di queste lezioni. «Il calcio va a scuola» è suddiviso in due parti ben distinte: da un lato dei formatori si recano direttamente nelle scuole interessate per impartire delle lezioni dimostrative a dei piccoli gruppi di insegnanti. E, dall'altro, l'ASF ha pubblicato un opuscolo in cui i docenti possono trovare delle idee interessanti, nonché una vasta di scelta di esercizi e di consigli metodologici.

L'opuscolo può essere ordinato gratuitamente presso l'ASF: ASF, Calcio di base, Luca Balduzzi, Casella postale, 3000 Berna, balduzzi.luca@football.ch

► Per contattare i formatori dei vari cantoni ed invitarli a tenere una lezione dimostrativa consultare il sito:
www.football.ch → ASF → Logo Credit Suisse →
 Per domande rivolgersi a: Associazione svizzera
 di football, Segretariato calcio nella scuola,
 tel.: 031 950 8133/35

orientare le lezioni sui diversi livelli di apprendimento e diversificarle in modo tale da proporre esercizi idonei per tutti i ragazzi. Per raggiungere questo obiettivo occorre informarsi e preparare coerentemente le lezioni, poiché la mole di lavoro aumenta e spesso il docente impreparato tende a «lanciare la palla», lasciando giocare liberamente i propri alunni. Questo non favorisce sicuramente l'immagine del calcio a scuola. Ma è davvero questa la realtà?

Non solo una «palla al piede»

I diversi livelli di gioco degli allievi abbinati all'insicurezza degli insegnanti sono sufficienti per riuscire questo gioco ancestrale? Michele Ritter, docente di educazione fisica alla Scuola Industriale & Artistica di Lugano (CSIA) e allenatore di una compagnia ticinese di 2a lega, non è assolutamente d'accordo. Egli crede nelle capacità dei docenti e li invita ad introdurre la disciplina nelle loro lezioni. «Il gioco del calcio permette di utilizzare il corpo in tutte le sue componenti. Si usano piedi, mani e testa per lanciare, prendere, controllare la palla. I fattori di condizione fisica vengono pienamente sollecitati e con una giusta messinscena diventa tutto più divertente e ludico. Dal profilo sociomotorio si tratta di una buona scuola per insegnare a gestire i conflitti e confrontarsi con il significato delle regole – molte delle quali sono già acquisite in uno sport di gruppo. Il docente dovrebbe apprendere agli allievi più abili a sfoderare un gioco più costruttivo e, al momento giusto, dovrebbe trasformarli in allenatori degli allievi meno capaci.»

In palestra è ancora meglio

Per Michele Ritter, il calcio giocato in palestra si presta maggiormente all'insegnamento scolastico. «Spesso, purtroppo, è l'ignoranza delle regole a sfavorire un'attività piuttosto che un'altra. Non tutti sanno, infatti, che nel calcetto (il calcio giocato in palestra) non sono ammesse scivolate ed entrate aggressive. Applicando questa regola, il gioco diventa meno fisico e più dolce, soprattutto per chi non è abituato al corpo a corpo. Non va dimenticato che molte ragazze giocano volentieri a calcio. Rispetto alla pallavolo, le basi tecniche richieste per praticare questa attività sono davvero minime. Serve unicamente adattare ogni elemento al livello degli allievi e non basarsi esclusivamente sul gioco in sé. Le ragazze possono essere autorizzate a controllare le palle alte con le mani o giocare a calcio-tennis con mani e piedi.» Una cosa è certa però: la scelta e la messa in pratica di adattamenti di questo tipo non facilitano il compito del docente spesso confrontato con classi eterogenee. «Bé, come esige l'insegnamento, il docente deve esporre regole e concetti in modo chiaro. Preparare accuratamente la lezione e formare dei gruppi di lavoro idonei contribuisce ad armonizzare l'interazione fra gli allievi.»

Ritorno alle origini

«Il calcio non è fine a sé stesso. Definirlo in questo modo sarebbe troppo semplicistico. Dobbiamo tornare ad insegnare uno sport che in questi ultimi anni è stato praticato troppo nei cortili e sui piazzali delle scuole. Spetta ai docenti di educazione fisica il compito di elargire le conoscenze di una disciplina ormai radicata nella nostra società», conclude Ritter. //

Lezioni a misura di scuola

Una pianificazione accurata // Un docente che vuole introdurre i suoi allievi ai principi della disciplina, offre a tutti quanti un approccio corretto a questo sport. Di seguito presentiamo qualche consiglio didattico, ludico e pratico.

► Conduzione della palla

Scambiarsi di campo

Cosa? Definire due campi da gioco rettangolari (distanti circa 10 metri l'uno dall'altro). Ogni squadra ne occupa uno. Al segnale, i giocatori di ogni squadra cambiano il campo con palla al piede e cercano di dribblare gli avversari. Evitare gli scontri!

Variante: durante lo scambio di campo, i giocatori cercano di rubare la palla agli avversari senza perdere il controllo della propria.

Come?

- Mantenere la palla vicino al piede.
- Per proteggere la propria palla, disporre il corpo fra la palla e l'avversario.

L'orologio vivente

Cosa? Formare due squadre. Ogni giocatore della squadra A si sposta sul perimetro del campo da gioco con palla al piede. I giocatori della squadra B si posizionano a coppie uno di fronte all'altro. La palla viene passata da un compagno all'altro. Quanti passaggi riesce a fare la squadra B, mentre i componenti della squadra A fanno tre giri del campo?

Come? Anche durante una corsa veloce la palla deve essere controllata vicino al piede.

È così che tutti si divertono

- Quando è possibile mettere in campo allievi capaci e, separatamente, organizzare incontri fra ragazzi alle prime armi.
- Nel gioco con tutta o metà classe non è possibile separare gli allievi secondo il livello di capacità. Si consiglia dunque di mischiare i ragazzi abili con i principianti in modo tale da creare due squadre equilibrate.
- Nei momenti di esercitazione della tecnica si possono formare dei gruppi eterogenei. Le capacità degli allievi più capaci vengono sfruttate per allenare quelli con più difficoltà.
- Per i giochi che prevedono un confronto diretto (uno contro uno) sono ancora da preferire gruppi dello stesso livello. //

» Effettuare e controllare i passaggi

Passaggio alla panchina

Cosa? Esercizio a coppie. Collocare diverse panchine (di lato) sulla superficie della palestra. Il giocatore A gioca la palla contro la panchina, il suo compagno riceve e controlla la palla, giocandola poi contro la prossima panchina.

Come?

- I passaggi devono essere effettuati con la parte interna del piede (di piatto) rasoterra. Per questo occorre stabilizzare l'articolazione della caviglia.
- Per controllare bene la palla bisogna anticipare la direzione della palla.

Gioco a zig-zag

Cosa? Esercizio in gruppo. In mezzo al campo da gioco, collocare su una linea dei coni e dei paletti (alla stessa distanza l'uno dall'altro), formando così una fila di porte a passaggio libero. Due allievi si dispongono all'altezza di ogni porta uno per parte ad una distanza di 4-6 metri dallo specchio della porta. All'inizio della linea di paletti si posizionano gli altri allievi con una palla ciascuno. Il primo della fila passa la palla attraverso la prima porta e la segue. L'allievo dall'altra parte della porta controlla il passaggio e rinvia la palla alla compagna che si trova al di là della seconda porta. Questa la controlla e la cede al compagno successivo dall'altra parte della porta. Ad ogni passaggio si segue la palla e si prende il posto del compagno a cui è stato effettuato il passaggio. L'ultimo della fila conduce la palla al punto di partenza e ricomincia da capo. Dato che sono in gioco più palle occorre osservare una distanza di due porte fra una partenza e l'altra.

Passaggio e tiro

Slalom parallelo

Cosa? Esercizio a coppie. Posizionare due slalom paralleli a una distanza di 10 metri dalla porta. Due allievi percorrono contemporaneamente questo percorso. L'allievo A controlla la palla al piede e terminato lo slalom effettua un passaggio al compagno B che, uscito dallo slalom, cerca di superare il portiere con un tiro in porta. Al prossimo turno si scambiano i ruoli.

Come?

- Orientare lo sguardo verso la porta.
- Durante il tiro, la punta del piede d'appoggio è in direzione della porta.

Si gioca

Lotta a due

Cosa? Si gioca in coppia con quattro porte. Disegnare un campo da gioco quadrato di circa 6-10 metri. Al centro di ogni lato collocare una piccola porta. Ogni giocatore difende due porte e ha la possibilità di segnare nelle altre due. Chi riesce ad ingannare con una finta l'avversario, in modo tale da andare a rete?

Come?

- Sorpassare l'avversario con cambiamenti di direzione veloci.
- Eseguire delle finte per destabilizzare l'avversario. Sfruttare i momenti in cui l'avversario è sbilanciato.
- Per proteggere la palla il corpo va posto fra la palla e l'avversario.

Attacco con rinforzi

Cosa? In una zona definita si gioca due contro uno. I tre ragazzi giocano con due porte difese da portieri. Uno dei tre giocatori è neutrale e gioca sempre con il possidente di palla. Chi riesce per primo a segnare tre reti?

Come? Come si comportano i giocatori nelle diverse situazioni di gioco (attaccante con palla, attaccante senza palla e difensore)?

Approfondimento

Il GAG è una cosa seria

► L'Associazione svizzera di football raccomanda di utilizzare il metodo GAG per l'insegnamento della disciplina a scuola. Le tre lettere stanno per «globale-analitico-globale», dei termini che possono essere descritti come segue:

1. Globale: la lezione sul calcio comincia con un semplice gioco di approccio in piccoli gruppi. L'allenatore o il docente focalizza l'obiettivo su un elemento tecnico o tattico, il quale verrà ripreso nella parte analitica.

2. Analitico: si propone un esercizio volto a sviluppare le capacità tecniche o tattiche. È molto importante chiedere agli allievi cosa non è funzionato nel gioco iniziale o cosa andrebbe migliorato. L'esercizio tecnico successivo viene costruito sulla base di queste informazioni.

3. Globale: nella seconda parte globale si propone alla classe un gioco libero senza regole particolari (per esempio nessuna restrizione o indicazione riguardo al contatto con la palla o al comportamento da adottare). Durante il gioco gli alunni devono invece concentrarsi su un particolare elemento tecnico o tattico (copertura degli spazi, attacco fra le ali). //

Bibliografia

Bruggmann, B. (red.): 1020 formes de jeux et d'exercices du football des enfants. Schorndorf, Hofmann, 1999.

ASF: Il calcio va a scuola. Muri presso Berna, 2004.

Brüggemann, D., Albrecht, D.: Schulfussball.

Spielein - lernen - mitgestalten.

Schorndorf, Hofmann, 1986.

Fascicoli G+S

Gebhart, A., Truffer, B.: Il calcio per gli allievi, forma di gioco 1:1. Macolin, 1996.

Gmür, H.: Il calcio per gli allievi, forma di gioco 2:1 / 2:2 / 1:2. Macolin, 1996.

Malzach, W., Ryser, D., Truffer, B.: Il calcio per gli allievi, forma di gioco 3:3 / 4:4. Macolin, 1996.

Schmid, F., Fimian, A., Truffer, B.: Il calcio per gli allievi, forma di gioco 11:11. Macolin, 1996.

I quattro fascicoli possono essere richiesti all'indirizzo seguente: UFSPO, Documentazione G+S, 2532 Macolin, dok.js@baspo.admin.ch

Video

Bruggmann, B., Stich, M.: Football des enfants 5:5. Muri presso Berna, settore tecnico dell'ASF, 1999.