



---

## Scuola Calcio

### COME ALLENARE IL POSSESSO PALLA NELLE VARIE CATEGORIE DELLA SCUOLA CALCIO: DA UN GIOCO DI POSSESSO PALLA AD UN GIOCO DI POSIZIONE

A cura di Ernesto Marchi

---

Vediamo come allenare il possesso palla con una efficace esercitazione da utilizzare in tutte le Categorie della Scuola Calcio.

In tutte e quattro le Categorie organizzeremo una esercitazione di 2c2 + 4 sponde.

Lo scopo dell'esercitazione, per ottenere un punto, sarà quello di riuscire ad effettuare da parte della coppia di giocatori in possesso palla (con l'aiuto delle quattro sponde) un certo numero di passaggi consecutivi.

I passaggi consecutivi, senza che la coppia di avversari riesca ad intercettare la palla stessa, dovranno essere otto per le Categorie Piccoli Amici (5-7 Anni) e Primi Calci (7-9 Anni), e dieci per le Categorie Pulcini (9-11 Anni) ed Esordienti (11-13 Anni),

Le sponde agiranno sempre con la coppia in possesso palla.

Nei due giochi di possesso ad indirizzo divergente (Categorie Piccoli Amici e Primi Calci), anche grazie alla forma del campo (forma quadrata), le sponde non avranno alcuna "specificità tattica" e tutte avranno la stessa funzione.

Nei due giochi di posizione (Categorie Pulcini ed Esordienti), sempre grazie alla forma del campo (forma rettangolare), le sponde avranno invece una loro "specificità tattica" con funzione diverse:

- le due sponde dislocate sui due lati lunghi del rettangolo avranno la funzione tattica di giocatori esterni,
- le due sponde dislocate sui due lati corti avranno, invece, la funzione tattica di giocatore di appoggio uno, e giocatore a sostegno l'altro.

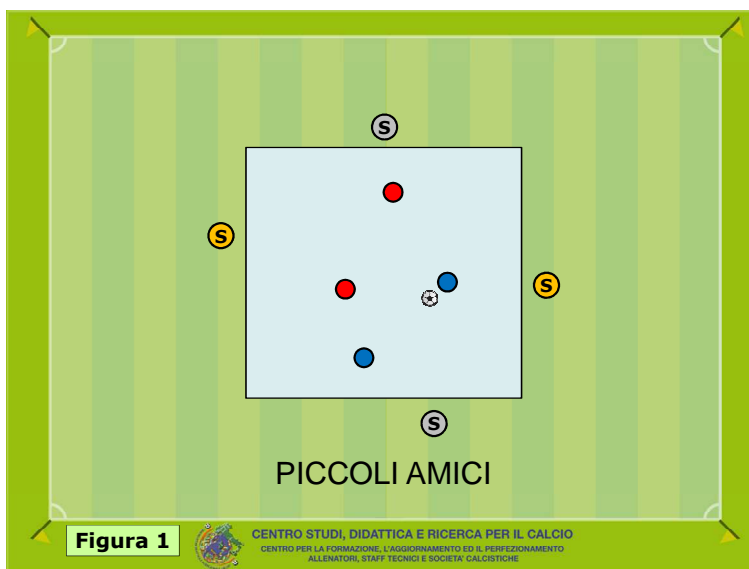
Nei due giochi di possesso le sponde non potranno entrare in campo ed essere attaccate.

Nei due giochi di posizione le sponde potranno, invece, entrare in campo ed essere attaccate, mentre non potranno essere attaccate nel momento in cui agiranno all'esterno dello spazio di gioco.

Le dimensioni dei campi varieranno in base alla categoria.

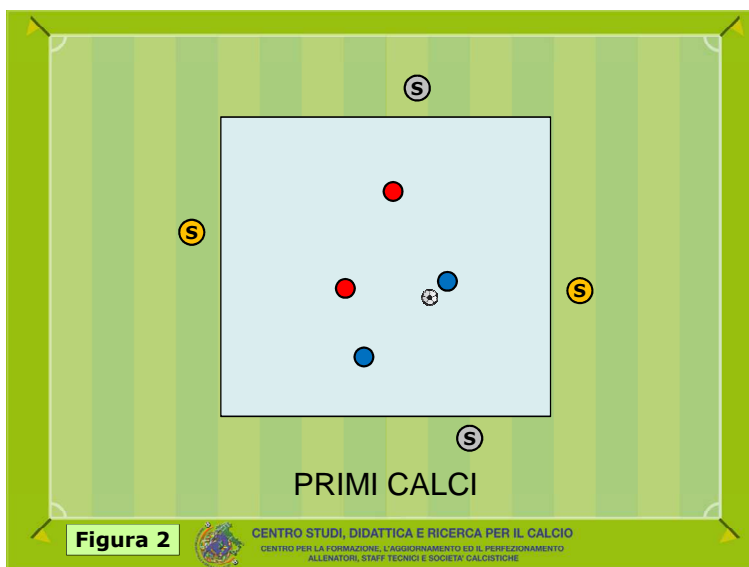
### **Categoria Piccoli Amici**

Il campo è di forma quadrata con lato di circa 8-10 metri (figura 1).



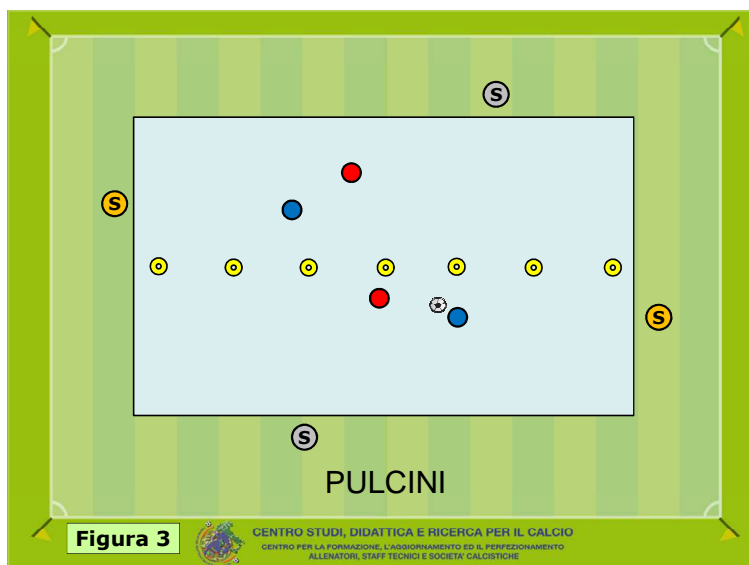
### **Categoria Primi Calci**

Il campo è di forma quadrata con lato di circa 15-20 metri (figura 2).



## Categoria Pulcini

Il campo è di forma rettangolare con dimensioni di 5x25 metri (figura 3).

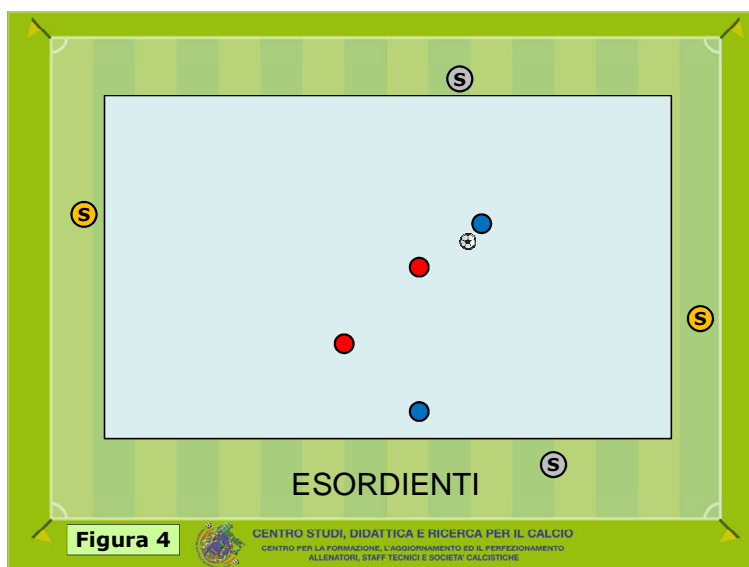


All'interno del campo, in senso orizzontale, bisognerà tracciare un'ulteriore linea che suddivida il campo stesso in due metà (due rettangoli di 7,5x25 metri).

La presenza di questa linea determinerà il seguente "vincolo posizionale" (a cui i due giocatori interni della coppia in possesso palla dovranno sottostare): il giocatore senza palla non potrà mai posizionarsi nello stesso emi-campo in cui verrà a trovarsi il compagno in possesso palla.

## Categoria Esordienti

Il campo è di forma rettangolare con dimensioni di 25x35 metri (figura 4).



Rispetto alla versione della Categoria Pulcini il "vincolo posizionale", da parte della coppia di giocatori interni in possesso palla, dovrà essere rispettato senza più il ricorso all'artificio della linea di cinesini che divida lo spazio di gioco in due emi-campi (questo per ottenere, tra le altre cose, un carico cognitivo maggiore).

Come già fatto rilevare nella parte introduttiva di questo Articolo, nella Categoria Piccoli Amici e Primi Calci il numero di passaggi che la coppia di giocatori interni in possesso palla dovrà effettuare, per guadagnare un punto, sarà di otto.

Nelle Categorie Pulcini ed Esordienti, per cercare di incrementare le difficoltà sia a livello tecnico-tattico che a livello cognitivo, sarebbe opportuno richiedere, invece, dieci passaggi per poter guadagnare un punto (sempre che le potenzialità dei giocatori a disposizione dell'Istruttore lo permettano).

Vediamo ora una serie di vincoli riguardanti la sequenza dei passaggi.

### **Categoria Piccoli Amici e Primi Calci**

Il passaggio tra le sponde non sarà valido.

Il giocatore interno della coppia in possesso palla non potrà mai fare un "doppio scambio" con la stessa sponda (o meglio ancora non potrà mai passare la palla due volte consecutivamente alla stessa sponda).

Questi due vincoli hanno lo scopo di favorire un continuo e costante smarcamento da parte della coppia di giocatori interni in possesso palla ed una continua ricerca del cambio di gioco.

Nella Categoria Piccoli Amici l'esercitazione verrà svolta eseguendo i passaggi con le mani.

Verranno solamente conteggiati i passaggi e le ricezioni al volo.

Qualora la palla cada a terra, la coppia di giocatori che avrà riconquistato il pallone ripartirà da zero.

Altre regole:

- il giocatore con la palla in mano si potrà muovere, ma non potrà trattenere la stessa per più di 4"/5",
- la palla non potrà mai essere strappata dalle mani dell'avversario in possesso della stessa,
- la palla potrà essere intercettata solamente in fase di volo e durante l'esecuzione di un passaggio.

Nella Categoria Primi Calci l'esercitazione verrà svolta ricorrendo a dei passaggi con i piedi.

## **Categoria Pulcini ed Esordienti**

Il passaggio tra le sponde sarà valido.

Nel gioco di passaggi tra le sponde e giocatori interni, ci sarà l'obbligo del terzo uomo (la palla non potrà mai essere ripassata al giocatore da cui la si avrà ricevuta)

La regola del terzo uomo non verrà applicata nel corso dei passaggi tra giocatori interni (anche più ri-passaggi tra gli stessi).

Nella Categoria Esordienti sarebbe preferibile fare svolgere l'esercitazione con una limitazione dei tocchi (uno o due tocchi).