

“A me mi piace il calcio”



Cari genitori, questo opuscolo è dedicato a voi. Leggetelo con attenzione. C'è quello che desidererei che sappiate sul gioco più bello del mondo.

Vi abbraccio.

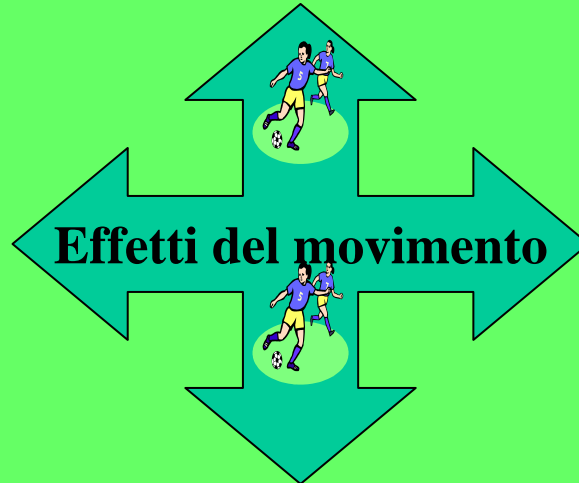
Vostro figlio Gianni

Calcio è... salute

MORFOLOGICI (sulla struttura corporea): sono quelli che si evidenziano per primi e talvolta in forma vistosa su muscoli, ossa e articolazioni.

SUL SISTEMA

NERVOSO: favorisce lo sviluppo del sistema nervoso con effetti sulla volontà, sulla coordinazione neuro muscolare, sulla concentrazione e sull'intelligenza



FUNZIONALI:

favorisce il corretto sviluppo dell'apparato cardio respiratorio. Ha effetti importanti anche su altri organi.

SUGLI ORGANI DI SENSO: primo fra tutti l'occhio che controlla il movimento. Migliora la reazione ottica, la funzione tattile e il "senso vestibolare" che ci informa sulle posizioni e sui movimenti del corpo.

Calcio è...14/15 anni di attività sportiva

età	categoria	tappe psicologiche	fasi di crescita	obiettivi	no giocatori	obiettivi della partita
20						Si gioca
19	A	prima giovinezza	fase dell'armonia	allenamento		in rapporto
18			(assestamento)			alle capacità.
17						Il risultato
16	B			formazione	11 contro 11	è importante.
15						
14	C	pubertà	2° picco di crescita	perfezionamento		Equilibrio tra
13			(fase delicata)			formazione
12	D					e risultato.
11		fase prepuberale		iniziazione	9 contro 9	
10	E		età d'oro			
9			della motricità		7 contro 7	Giocano tutti.
8	F	1a fase solastica				Il risultato non
7	scuola			scoperta	5 contro 5	è prioritario.
6	calcio					
5		età prescolare	1° picco di crescita			

Calcio è... educazione al vivere quotidiano



Si gioca con i piedi ma **utilizzando la testa**



Si gioca per il proprio piacere mettendosi al **servizio della squadra**



Si gioca e ci si allena cercando di **far tesoro degli insegnamenti dell'allenatore**



Si è sottoposti a un'autorità arbitrale **nel rispetto degli avversari**



Si comprendono e **valorizzano i diversi ruoli**



Si **accettano le sconfitte** imparando a guardare avanti

CARATTERISTICHE UTILI

NELLA VITA DI TUTTI I GIORNI

Calcio é... coerenza educativa

Decalogo del genitore il cui figlio gioca al calcio

- 1.- **Informarsi** sulla società, conoscere gli adulti di riferimento e gli altri genitori..
- 2.- **Chiarire** gli obiettivi educativo-formativi e le regole di comportamento.
- 3.- **Verificare** che le aspettative del figlio corrispondano all'attività che svolge, evitando di caricarlo di eccessive pressioni.
- 4.- **Seguire** l'attività con attenzione alla crescita psico-fisica ed educativa.
- 5.- **Non esaltare** ma nemmeno degradare le prestazioni sportive.
- 5.- **Non intromettersi** nel lavoro tecnico, non criticare l'operato di allenatori, compagni e arbitri.
- 6.- **Rispettare** gli spazi e i tempi di discussione con allenatori e dirigenti, mai in presenza del ragazzo o durante le partite.
7. Esercitare possibilmente una **coerenza educativa** rispetto agli obiettivi e al tipo di comportamento applicati dalla società.

Calcio è... formazione vincente

2

Aver pazienza: non pretendere tutto e subito

1

Vincere è facile

Saper perdere è difficile

3

Essere puntuali, salutare e comportarsi adeguatamente

4

5

7

Umiltà e modestia fanno star bene

Allenarsi costantemente e vivere una vita sana

Senza regole non c'è gioco

8

Imparare a ragionare con la propria testa

6

Rispettare se stessi, gli altri e le cose

10

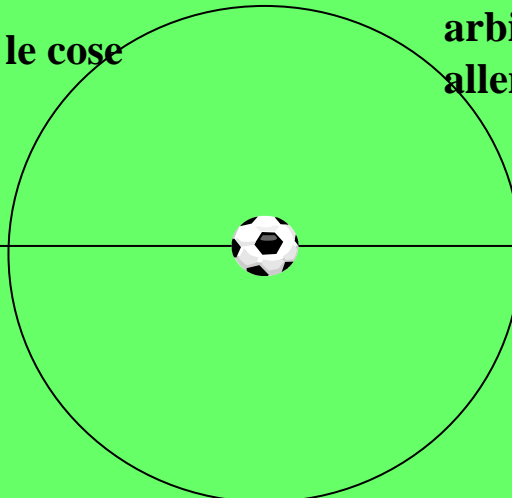
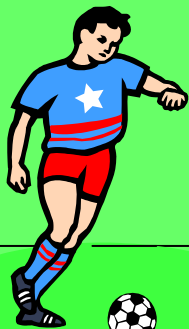
Rispettare le decisioni di arbitro e allenatore

9

Esultare è bello non umiliare è nobile

11

Essere leali nel gioco e nella vita



Calcio è... considerazione del lavoro altrui

Attorno a una società o a una manifestazione sportiva ruotano tutta una serie di persone che disinteressatamente dedicano ore e denaro ai figli degli altri svolgendo le attività più disparate.

Preparare il terreno di gioco, pulire gli spogliatoi, vegliare sulla sicurezza dei ragazzi

Organizzare campionati e tornei

Guidare il pullmino, occuparsi del materiale, spedire le convocazioni

Arbitrare gli incontri

Preparare e dirigere allenamenti e partite dopo adeguata formazione

Il lavoro di queste persone va rispettato e apprezzato.

Calcio è... scuola di vita

Tuo figlio ti guarda e ti ascolta (anche quando non te ne accorgi)

FUMO

CANAPA

ALCOL

VOLGARITA'

IGIENE

EDUCAZIONE

**SENSO DI
GIUSTIZIA**



Parla dei problemi, affronta la realtà con tuo figlio: non rimandare

L'esempio vale più di mille prediche

Calcio é... donna



Sono già numerose le bambine e ragazze che giocano a calcio.

Un'occasione per

CRESCERE

DIVERTIRSI

FORMARSI

REALIZZARSI

SOCIALIZZARE

Non esitate informatevi:

Ascona 091/792.26.57

Balerna 079/230.49.06

Giubiasco 079/602.65.67

Lamone 079/423.86.11

Rapid Lugano 079/620.39.85

Losone Sportiva 079/283.24.01

Vallemaggia 078/615.17.71

Calcio é...poesia e filosofia

PROBLEMI DI STAGIONE

“Signor maestro, che le salta in mente?

Questo problema è un’astruseria, non si capisce niente:

trovate il perimetro dell’allegria,

la superficie della libertà,

il volume della felicità...”

“Troverete la soluzione”.

“Quest’altro poi è un po’ troppo difficile per noi:

quanto pesa una corsa in mezzo ai prati?

saremmo certo bocciati”



Ma il maestro che ci vede sconsolati:

“Sono semplici problemi di stagione.

Durante le vacanze troverete la soluzione”

Da “Filastrocche in cielo e in terra”

di Gianni Rodari

“In definitiva le conoscenze più solide sulla morale e sui doveri degli uomini le devo proprio al gioco del calcio”

**Albert Camus,
scrittore**



Per saperne di più...

**Calcio
TI
amo**



**12.000
tesserati di cui
6.000 allievi +
2.000 bambini in
pre-formazione e
240 arbitri**



www.football.ch/fct

E-mail: ftc@football.ch

Tel: 091/857.01.31

Fax: 091/857.01.55

Edito da: Federazione ticinese di calcio/Sezione tecnica

Hanno collaborato: Arturo Cariola, Waldo Cavadini, Paolo Di Muro, Alan Gaggetta, Eugenio Jelmini, Davide Morandi, Reto Pezzoli, Bruno Quadri, Otto Stephani, Fabrizio Vavassori,



Sempre al vostro fianco

nell'economia,
nella cultura
e nello sport

 **BancaStato**

BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO