

A.D.P. BSR GRUGLIASCO

PROGETTO SCUOLA CALCIO E SETTORE GIOVANILE

| | | | |
|--|-----------|---|-----------|
| SOMMARIO..... | 1 | GIOVANISSIMI 13 – 14 ANNI..... | 17 |
| CARTA DEI DIRITTI DEI BAMBINI..... | 2 | GIOVANISSIMI: OBIETTIVI E CONTENUTI..... | 18 |
| REGOLAMENTO ISTRUTTORI E TECNICI..... | 3 | ALLIEVI 14 – 15 ANNI..... | 19 |
| REGOLAMENTO ATLETI E GENITORI..... | 4 | ALLIEVI: OBIETTIVI E CONTENUTI..... | 20 |
| LA FIGURA DELL'ALLENATORE..... | 5 | GIOCO INIZIALE/RISCALDAMENTO..... | 21 |
| GLI SCHEMI MOTORI DI BASE..... | 6 | FASE TECNICA..... | 22 |
| I GESTI FONDAMENTALI DEL CALCIO..... | 7 | FASE TATTICA/SITUAZIONI DI GIOCO..... | 23 |
| LE CAPACITA' COORDINATIVE E GENERALI..... | 8 | METODI DI ALLENAMENTO..... | 24 |
| LE CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI..... | 9 | PERIODI DI PROGRAMMAZIONE..... | 25 |
| LE CAPACITA' CONDIZIONALI..... | 10 | TEST DI VALUTAZIONE..... | 26 |
| PICCOLI AMICI 6 - 7 ANNI..... | 11 | SCHEDA TECNICA INDIVIDUALE..... | 27 |
| PICCOLI AMICI: OBIETTIVI E CONTENUTI..... | 12 | SCHEDA VALUTAZ. ANALITICA GRUPPO..... | 28 |
| PULCINI 8 - 9 e 10 ANNI..... | 13 | SCHEDA DI ALLENAMENTO..... | 29 |
| PULCINI: OBIETTIVI E CONTENUTI..... | 14 | SCHEDA PRESENZE ALLENAMENTO/GARE..... | 30 |
| ESORDIENTI 11 - 12 ANNI..... | 15 | | |
| ESORDIENTI: OBIETTIVI E CONTENUTI..... | 16 | | |

CARTA DEI DIRITTI DEI BAMBINI

- Diritto di divertirsi e giocare.
- Diritto di fare sport.
- Diritto di avere i giusti tempi di riposo.
- Diritto di beneficiare di un ambiente sano.
- Diritto di praticare sport in assoluta sicurezza a salvaguardia della propria salute.
- Diritto di essere circondato e preparato da personale qualificato.
- Diritto di seguire allenamenti adeguati ai giusti ritmi.
- Diritto di partecipare a competizioni adeguate alle varie età, seguendo allenamenti che corrispondono a giusti ritmi d'apprendimento.
- Diritto di misurarsi con giovani che abbiano le stesse probabilità di successo.
- Diritto di non essere un campione.

REGOLAMENTO ISTRUTTORI E TECNICI

- Arrivare al campo, se possibile, almeno trenta minuti prima dell'inizio della seduta d'allenamento.
- Indossare per gare e manifestazioni il materiale sportivo della Scuola Calcio.
- Essere sempre muniti di cellulare personale e disporre dei numeri di riferimento dei tesserati, dirigenti della propria squadra.
- Preparare con cura il materiale necessario per l'allenamento o la partita e curarsi di riporlo in modo ordinato nel magazzino.
- Assicurarsi che gli spogliatoi siano puliti per accogliere gli atleti all'inizio dell'attività e preoccuparsi di ripulirli al termine.
- Prima di lasciare i campi assicurarsi che il materiale sia a posto, in ordine e pulito.
- Non permettere mai ai genitori di entrare in campo o avvicinarsi alle panchine.
- Non lasciare mai gli atleti da soli sul campo o negli spogliatoi, all'inizio o al termine delle sedute o delle partite.
- Se possibile non lasciare soli gli atleti negli spostamenti dagli spogliatoi al campo e viceversa.
- Assicurarsi che gli atleti lascino la struttura con i genitori o secondo quanto stabilito con gli istruttori e dirigenti.

REGOLAMENTO ATLETI E GENITORI

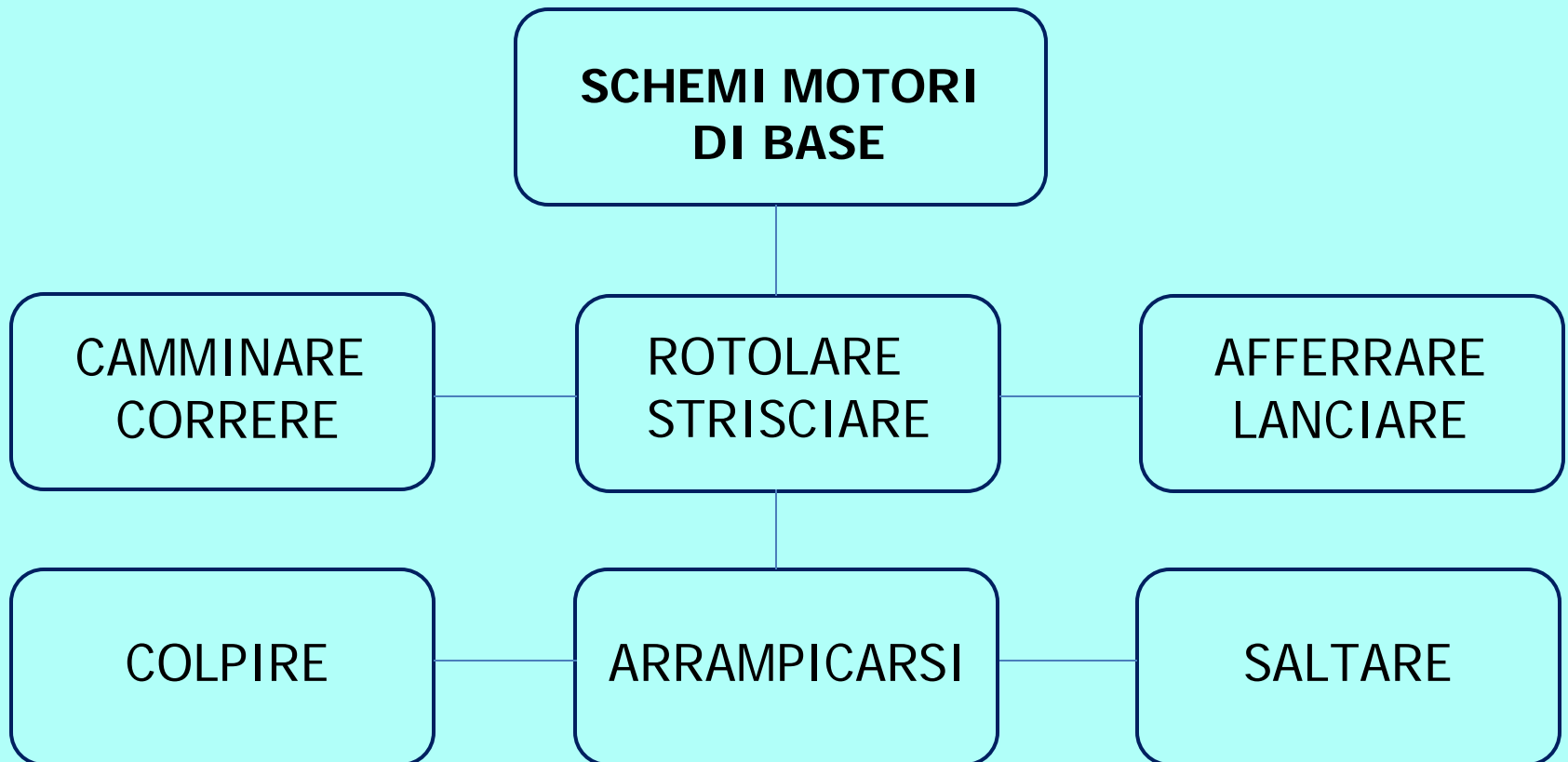
- Arrivare al campo, se possibile, almeno dieci minuti prima dell'inizio della seduta d'allenamento.
- Rispettare gli orari stabiliti per i ritrovi pre-partita.
- Indossare per allenamenti, partite e manifestazioni il materiale sportivo della propria Scuola Calcio.
- Non indossare il materiale tecnico al di fuori delle attività proposte dalla società.
- Aver cura della borsa (zaino), dell'abbigliamento e degli accessori utilizzati in allenamento e partite.
- Aver cura degli ambienti utilizzati per l'attività (spogliatoi, campo, aree verdi, strutture ospitanti).
- Avvisare gli istruttori e/o dirigenti della propria squadra in caso di assenza agli allenamenti o alle partite.
- Sono vietati comportamenti maleducati e antisportivi, durante allenamenti e partite, nei confronti di compagni di squadra, avversari, allenatori, dirigenti, arbitri e genitori.
- Sono vietati da parte dei genitori o famigliari degli atleti ingerenze tecnico- sportive riferite a convocazioni, ruoli, tempi di gioco, poiché tali aspetti sono di totale ed unica pertinenza di istruttori e allenatori.
- I colloqui fra genitori ed istruttori devono avvenire al termine degli allenamenti.

LA FIGURA DELL'ALLENATORE

- Sa di dover essere un educatore ed ha le conoscenze indispensabili per esserlo.
- Agisce più sulla personalità che sul comportamento.
- Non ha paura di essere superato dall'allievo.
- Motiva lasciando partecipare e decidere.
- Si presenta come figura sempre stabile, coerente ed obiettiva.
- Valuta le intenzioni e gli sforzi prima che le realizzazioni concrete.
- Accetta le opinioni dell'allievo ed è pronto a modificare le proprie.
- Lascia tutto lo spazio alla creatività ed all'iniziativa degli allievi.
- E' autorevole senza imporre il proprio ruolo e la propria autorità.
- Non si serve degli atleti per raggiungere le proprie mete personali.
- Non fa scelte esclusive in funzione della vittoria.
- Non crea aspettative uguali per bambini comunque diversi.
- Non ha comportamenti differenti nei confronti degli atleti.
- Non pone l'atleta in situazioni di confronto sempre sfavorevoli.
- Non sminuisce il valore dei successi ottenuti da ciascun atleta.
- Non smette di incoraggiare i propri ragazzi.
- Non evidenzia solo gli errori commessi.
- Non propone allenamenti inadeguati e sempre uguali.

GLI SCHEMI MOTORI DI BASE

Gli schemi motori di base sono i movimenti che stanno alla base dell'apprendimento dei gesti tecnici del calcio



I GESTI FONDAMENTALI DEL CALCIO

GUIDA E DOMINIO DELLA PALLA

CALCIARE LA PALLA

RICEVERE LA PALLA

DRIBBILING

COLPO DI TESTA

CONTRASTO

TECNICA DEL PORTIERE

LE CAPACITA' COORDINATIVE

Le capacità coordinative sono combinazioni di indispensabili per lo sviluppo dell'organizzazione, del controllo e della regolazione delle sequenze di movimenti.

CAPACITA' COORDINATIVE GENERALI

CAPACITA' DI CONTROLLO MOTORIO: consente al bambino di realizzare l'azione motoria stabilita.

CAPACITA' DI ADATTAMENTO E TRASFORMAZIONE DEI MOVIMENTI: consente di modificare e correggere le sequenze stabilite in base alle situazioni.

CAPACITA' DI APPRENDIMENTO MOTORIO: consente di modificare il comportamento motorio apprendendo nuove gestualità.

CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI

CAPACITA' DI ACCOPPIAMENTO E COMBINAZIONE: collegare azioni motorie diverse tra loro.

CAPACITA' DI EQUILIBRIO: mantenere il corpo in condizioni di stabilità.

CAPACITA' DI RITMO: eseguire variazioni della frequenza dei movimenti.

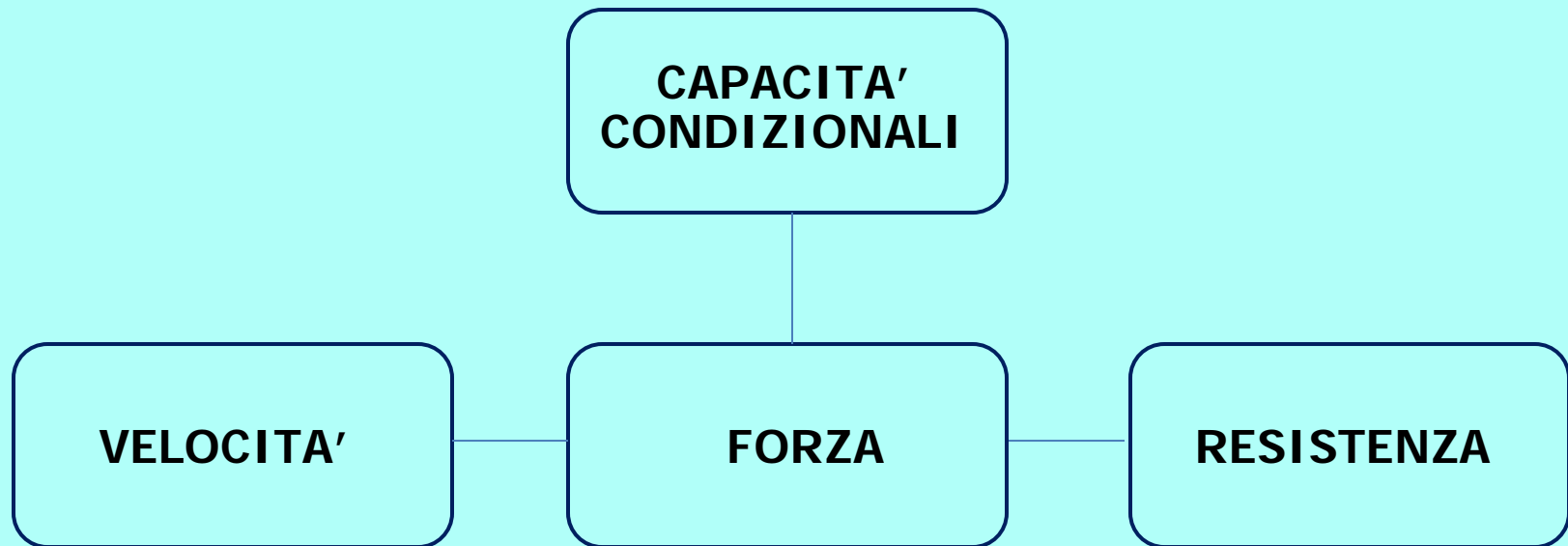
CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE: variare e dosare la tensione motoria nei gesti tecnici.

CAPACITA' DI PERCEZIONE SPAZIO-TEMPORALE: variare la posizione nello spazio e nel tempo per eseguire un gesto tecnico.

CAPACITA' DI REAZIONE E ANTICIPAZIONE MOTORIA: variare la scelta della rapidità nella sequenza dei gesti tecnici.

LE CAPACITA' CONDIZIONALI

Le capacità condizionali rappresentano l'insieme delle caratteristiche metaboliche e funzionali che permettono l'esecuzione dei movimenti.



PICCOLI AMICI 6 - 7 ANNI

Fanno parte della categoria Piccoli Amici i bambini di 6 e 7 anni di età.

In questa fascia d'età gli obiettivi principali sono relativi all'acquisizione degli

SCHEMI MOTORI DI BASE e, da un punto di vista tecnico, al CALCIARE e CONTROLLARE LA PALLA.

In ogni esecuzione è PRESENTE LA PALLA. Il tema dominante è il GIOCO ed il metodo di lavoro prevalentemente utilizzato dagli istruttori è quello INDUTTIVO.

Durante la seduta i bambini eseguono prevalentemente percorsi a stazioni suddivisi in esercitazioni a carattere motorio, partitine 2 vs 2, 3 vs 3, giochi specifici e situazionali che coinvolgono le ABILITA' TECNICHE e COORDINATIVE.

PICCOLI AMICI: OBIETTIVI E CONTENUTI

| | Tecnico Coordinativo | Tattico | Fisico Motorio |
|--------------------------------|---|--|---|
| OBIETTIVI GENERALI | Conoscenza dei gesti tecnici fondamentali | Capacità di interagire con i compagni | Sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base |
| OBIETTIVI SPECIFICI | Controllare la palla Controllare la palla con l'avversario Colpire e ricevere la palla | Spostarsi per ricevere e intercettare la palla Superamento con la palla dell'avversario | Correre in modo controllato e direzionato Concetti di "vicino-lontano" e "stretto-largo" Rapidità e reazione agli stimoli |
| CONTENUTI | Giochi popolari Giochi di sensibilizzazione con la palla Gare di tiro con palloni e bersagli di diversi | Giochi ed attività a squadre con spazi ridotti (1vs1, 2vs2, 3vs3, 4vs4) | Percorsi tecnico motori Gare o giochi di rapidità (staffette) Percorsi motori Attività pre-acrobatica semplice |
| RIPARTIZIONE | 65% | 20% | 15% |

PULCINI 8 - 9 e 10 ANNI

Fanno parte della categoria Pulcini i bambini di 8, 9 e 10 anni di età.

In queste fasce di età la PROGRAMMAZIONE si sviluppa partendo dal riconoscimento delle FASI SENSIBILI.

In particolare gli obiettivi riguardano sia aspetti COORDINATIVI e MOTORI che aspetti TECNICI e TATTICI.

Per quanto riguarda i primi, si cerca di stimolare la coordinazione generale e segmentarla, l'EQUILIBRIO, la percezione SPAZIO-TEMPORALE, il RITMO.

Gli obiettivi tecnici sono incentrati sull'acquisizione ed MIGLIORAMENTO dei gesti di base.

Da un punto di vista tattico gli allievi imparano a RELAZIONARSI con il compagno utilizzando i principi della COLLABORAZIONE (appoggio, sostegno, passaggio, copertura, difesa passiva).

La maggior parte delle esercitazioni avviene con la palla ed utilizzando prevalentemente il metodo INDUTTIVO.

PULCINI: OBIETTIVI E CONTENUTI

| | Tecnico Coordinativo | Tattico | Fisico Motorio |
|--------------------------------|---|---|--|
| OBIETTIVI GENERALI | Miglioramento dei gesti tecnici fondamentali Combinazione di più gesti | Superare l'avversario Capacità di collaborare con i compagni | Sviluppo delle capacità coordinative ed introduzione alle capacità condizionali |
| OBIETTIVI SPECIFICI | Ricevere e calciare Guidare e calciare Ricevere, guidare e calciare | Mantenimento del possesso palla (appoggio, sostegno, sovrapposizione) Movimenti in collaborazione (posizionamento difensivo, marcamento, copertura dello spazio) | Apprendimento e controllo motorio (equilibrio, ritmo, differenziazione, anticipazione) Capacità condizionali (rapidità, velocità, resistenza, flessibilità) |
| CONTENUTI | Giochi Percorsi Esercitazioni | Situazioni semplificate Giochi a tema Partite a tema | Percorsi motori Staffette Giochi popolari |
| RIPARTIZIONE | 50% | 25% | 25% |

ESORDIENTI 11 - 12 ANNI

Fanno parte della categoria Esordienti ragazzi di 11 e 12 anni di età. Questa categoria è particolarmente complessa per la notevole **DISPARITA' FISICA** fra più soggetti.

In particolare avviene nei giocatori la ricerca della propria **AUTONOMIA** e si sviluppano le **CAPACITA' CRITICHE**, acquisendo il senso di **APPARTENENZA** al gruppo.

In questa età gli obiettivi riguardano il completamento dell'acquisizione dei gesti tecnici, si ricerca il perfezionamento della **TATTICA INDIVIDUALE**, e l'introduzione dei principi di **TATTICA COLLETTIVA** (fuorigioco, movimenti di reparto, pressing, ripartenze).

Un obiettivo importante su cui puntare è l'**EDUCAZIONE** ed il rispetto delle **REGOLE COMUNI**. Inoltre si intensifica il lavoro sulle **CAPACITA' CONDIZIONALI**.

La maggior parte delle esercitazioni avviene con la palla ed utilizzando prevalentemente il metodo **MISTO**.

ESORDIENTI: OBIETTIVI E CONTENUTI

| | Tecnico Coordinativo | Tattico | Fisico Motorio |
|--------------------------------|--|---|--|
| OBIETTIVI GENERALI | Perfezionamento dei gesti tecnici fondamentali Capacità di combinare sequenze di più gesti | Capacità di collaborare con i compagni Miglioramento tattica individuale e introduzione tattica collettiva | Consolidamento delle capacità coordinative ed educazione allo sviluppo delle capacità condizionali |
| OBIETTIVI SPECIFICI | Mantenimento del possesso palla in fase di gioco Tecnica applicata alle situazioni di gioco | Gioco senza palla in fase offensiva e difensiva Principi di tattica collettiva e di reparto | Apprendimento e controllo motorio (equilibrio, ritmo, differenziazione, anticipazione) Capacità condizionali (velocità, resistenza) |
| CONTENUTI | Giochi Percorsi Esercitazioni | Situazioni semplificate Giochi a tema Partite a tema | Percorsi motori Staffette Giochi popolari |
| RIPARTIZIONE | 50% | 30% | 20% |

GIOVANISSIMI 13 - 14 ANNI

Fanno parte della categoria Giovanissimi bambini di 13 e 14 anni di età.

In queste fasce d'età si deve considerare lo sviluppo psico-fisico non uniforme ma anche una buona capacità di recepire molte informazioni.

Gli obiettivi principali della categoria sono finalizzati alla CRESCITA TECNICO - TATTICA del singolo che va ad inserirsi in un COLLETTIVO.

Dal punto di vista tecnico occorre consolidare l'acquisizione del gesto cercando di migliorare il PIEDE MENO SENSIBILE di ogni singolo atleta e le lacune individuali. Grande attenzione deve essere posta ai fondamentali di TATTICA INDIVIDUALE con svariate esercitazioni relative ai molteplici aspetti situazionali che è chiamato a risolvere il calciatore.

Gli elementi di tattica individuale devono essere quindi trasferiti in un contesto di TATTICA COLLETTIVA.

Da un punto di vista atletico si svilupperanno esercitazioni CONDIZIONALI inerenti le capacità di FORZA e RESISTENZA.

GIOVANISSIMI: OBIETTIVI E CONTENUTI

| | Tecnico Coordinativo | Tattico | Fisico Motorio |
|--------------------------------|--|---|---|
| OBIETTIVI GENERALI | Consolidamento dei gesti tecnici fondamentali Combinazione di più gesti tecnici correlati in regime di velocità | Acquisizione delle abilità tattiche individuali Sviluppo dei principi di tattica collettiva | Consolidamento delle capacità coordinative Sviluppo di alcune capacità condizionali a carico naturale |
| OBIETTIVI SPECIFICI | Tecnica del mantenimento del possesso palla in situazione di gioco Tecniche difensive (contrasto e intercetto in contesto situazionale) | Gioco senza palla in fase offensiva Gioco senza palla in fase difensiva Tattica di reparto (copertura, raddoppio) | Perfezionamento del controllo motorio (equilibrio, differenziazione, anticipazione) Capacità condizionali (rapidità, velocità, forza veloce, resistenza, flessibilità) |
| CONTENUTI | Esercitazioni situazionali | Situazioni semplificate Partite a tema | Percorsi motori Esercitazioni collettive con la palla e a secco |
| RIPARTIZIONE | 40% | 40% | 20% |

ALLIEVI 15 - 16 ANNI

Fanno parte della categoria Allievi i ragazzi di 15 e 16 anni di età.

La categoria allievi presenta aspetti diversificati e complessi in quanto i ragazzi si trovano in una fase critica sia da un punto di vista FISICO che SOCIALE.

Da un punto di vista psicologico il giovane è in grado di assumersi MAGGIORI RESPONSABILITA', ha l'esigenza di rafforzare la propria AUTOSTIMA.

Gli obiettivi della categoria riguardano la CRESCITA e PERFEZIONAMENTO delle qualità FISICHE e delle abilità TECNICO-TATTICHE del singolo inserite in un contesto di GIOCO DI SQUADRA.

Il rapporto con l'allenatore inizia ad essere di tipo INDIVIDUALE e PROFESSIONALE.

Il lavoro sul campo diventa INDIVIDUALIZZATO sia dal punto di vista fisico che tecnico; dal punto di vista TATTICO (possesso e non possesso palla) va dato ampio spazio ad ESERCITAZIONI COLLETTIVE (di REPARTO e di SQUADRA).

ALLIEVI: OBIETTIVI E CONTENUTI

| | Tecnico Coordinativo | Tattico | Fisico Motorio |
|--------------------------------|--|--|---|
| OBIETTIVI GENERALI | Perfezionamento dei gesti tecnici evoluti Combinazione di più gesti tecnici correlati in regime di velocità di esecuzione | Perfezionamento delle abilità tattiche individuali Consolidamento dei principi di tattica collettiva | Consolidamento delle capacità coordinative in velocità Perfezionamento delle capacità condizionali |
| OBIETTIVI SPECIFICI | Tecniche offensive e difensive situazionali in regime di rapidità di esecuzione | Gioco senza palla in fase offensiva Gioco senza palla in fase difensiva Tattica di reparto Tattica di squadra | Perfezionamento del controllo motorio in equilibrio Forza Resistenza Velocità |
| CONTENUTI | Esercitazioni situazionali Esercitazioni individualizzate | Situazioni individualizzate Partite semplificate Partite a tema | Esercitazioni collettive ed individualizzate |
| RIPARTIZIONE | 30% | 50% | 20% |

GIOCO INIZIALE/RISCALDAMENTO

E' la parte iniziale che dovrebbe essere presente in tutti gli allenamenti. Serve per riscaldare corpo e mente dei giocatori. In particolare i muscoli si preparano ad essere sollecitati, aumenta il ritmo cardio-circolatorio, si alza la temperatura corporea.

Nei PRIMI CALCI e PULCINI si utilizzano prevalentemente GIOCHI in cui i bambini si "connettono" per l'allenamento, se possibile ogni bambino ha un pallone.

Nei SETTORE GIOVANILE si possono utilizzare ESERCIZI CON LA PALLA (trasmissione, possesso) alternando ESERCITAZIONI di PREPARAZIONE ATLETICA specifica.

La durata varia a seconda dell'ETA' che si allena, dall'impostazione della SEDUTA e dal CLIMA.

FASE TECNICA

In questa sezione dell'allenamento si propongono esercitazioni per apprendere, migliorare o perfezionare i gesti tecnici del calcio. Si parla di esercitazioni ANALITICHE ovvero i giocatori ripetono (senza avversari) più volte il fondamentale oggetto della seduta.

Nei PRIMI CALCI e PULCINI si eseguono semplici esercizi a coppie o piccoli gruppi in spazi limitati.

Nel SETTORE GIOVANILE si andranno ad abbinare anche più FONDAMENTALI (capacità coordinative) sempre senza avversari però a velocità un po' più sostenuta.

La durata varia a seconda dell'ETA' che si allena e dall'impostazione della SEDUTA.

FASE TATTICA/SITUAZIONI DI GIOCO

In questa parte si propongono tutte quelle esercitazioni che riproducono SITUAZIONI "PARTITA" cioè si apprendono, migliorano e perfezionano i concetti di TATTICA (fase di possesso e di non possesso) che si dovranno eseguire durante le partite.

Nei PRIMI CALCI e PULCINI si tratta di esercizi di COLLABORAZIONE (sostegno, appoggio, copertura, sovrapposizione, dai e vai) fra due o tre compagni.

Nel SETTORE GIOVANILE si punta su esercitazioni per i movimenti individuali e di REPARTO (fuorigioco, pressing, palla coperta e scoperta).

La durata varia a seconda dell'ETA' che si allena e dall'impostazione della SEDUTA.

METODI DI ALLENAMENTO

INDUTTIVO

Si ricerca il proprio obiettivo con esercitazioni progressive in cui è il giocatore che è INDOTTO a scoprire, eseguire, migliorare e correggere un determinato gesto tecnico.

DEDUTTIVO

L'allenatore propone esercitazioni già IMPOSTATE in cui il giocatore deve apprendere il gesto tecnico attraverso la RIPETIZIONE sistematica

MISTO

In base alla categoria allenata si miscelano le due modalità privilegiando il metodo induttivo nella SCUOLA CALCIO e quello deduttivo nel SETTORE GIOVANILE.

PERIODI DI PROGRAMMAZIONE

ANNUALE

Prospetto generale di tutta la stagione (settembre - maggio)

MACROCICLO

Sono il periodo iniziale (settembre - dicembre e il periodo primaverile (febbraio - maggio)

MESOCICLO

Programma di ogni singolo mese

MICROCICLO

Programma delle sedute di una settimana

TEST DI VALUTAZIONE

All'inizio e alla fine della stagione si possono effettuare alcune esercitazioni con lo scopo di ottenere informazioni sul grado di preparazione tecnica ed atletica dei giocatori.

Nelle annate di SCUOLA CALCIO sono consigliati semplici esercizi sotto forma di giochi (breve slalom, corsa sui 10-15 metri, ecc...).

Non soffermarsi più di tanto su risultati e tempi ottenuti.

Nel SETTORE GIOVANILE si possono proporre esercizi più selettivi (palle, slalom con e senza palla, balzi, scatti, prova di mezzofondo) per incentivare la competizione. Ripetere i test più volte può essere utile come verifica.

LOGO
SOCIETA'

SCHEDA TECNICA INDIVIDUALE

Stagione:

| DATI ANAGRAFICI | | CARATTERISTICHE FISICHE | |
|------------------------------|--|-------------------------|--|
| Nome | | Peso | |
| Cognome | | Altezza | |
| Data di nascita | | Struttura corporea | |
| Luogo di nascita | | Porta gli occhiali | |
| Residenza | | Assume farmaci | |
| Recapiti telefonici | | Infortunii | |
| | | | |
| DATI ATTIVITA' | | INDICATORI DI TECNICA | |
| Categoria squadra dove gioca | | Ruolo | |
| Allenamenti effettuati | | Varianti provate | |
| Campionati disputati | | Piede dominante | |
| Partite giocate | | Uso piede non dominante | |
| INDICATORI DI TATTICA | | Palleggio | |
| Senso della posizione | | Conduzione palla | |
| Fase difensiva | | Dribbling | |
| Fase offensiva | | | |
| Errori da correggere | | | |

LOGO
SOCIETA'

SCHEDA VALUTAZIONE ANALITICA GIOCATORE

Stagione:

CATEGORIA:

Data:

ISTRUTTORE:

| CALCIATORE | | TECNICA DI BASE | | | | POSSESSO | | | | NO POSSESSO | | QUALITA' | | | | | | |
|------------|------|-----------------|----------------|-------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------|-----------|-------------|--------------------------|---------------|-----------------|-----------|------------|-----------------|---------------------------|---------------|-------|
| COGNOME | NOME | PIEDE DESTRO | PIEDE SINISTRO | GUIDA DELLA PALLA | CALCIARE LA PALLA DA FERMO | CALCIARE LA PALLA IN CORSA | STOP - CONTROLLO PALLA | PASSAGGIO | SMARCAMENTO | CONTROLLO E DIFESA PALLA | TIRO IN PORTA | FINTA-DRIBBLING | POSIZIONE | MARCAMENTO | INTERCETTAMENTO | PREDISPOSIZIONE AL LAVORO | COMPORTAMENTO | MEDIA |
| P | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

LEGENDA:

0 = GRAVEMENTE INSUFFIC.

1 = NON SUFFICIENTE

2 = SUFFICIENTE

3 = BUONO

4 = OTTIMO

5 = ECCELLENTE



PRESENZE MESE DI:

CATEGORIA:

STAGIONE:

T=TORNEO C=CAMPIONATO Am=AMICHEVOLE ---->

| N° | COGNOME | NOME | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|----|---------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

LEGENDA: A = ASSENTE; P = PRESENTE; G = GIUSTIFICATO; I = INFORTUNIO