

# MINI P.O.F.

Stagione sportiva 2024/2025



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

**B.O.C.A. Boltiere Oratorio Calcio ASD**

Affiliata: FIGC - CSI

Via Monte Grappa 20 – 24040 BOLTIERE (BG)

e-mail: [segreteria.boca@gmail.com](mailto:segreteria.boca@gmail.com)

cell. [segreteria 3791390963](tel:3791390963)

## Il progetto B.O.C.A.

La proposta formativa del B.O.C.A. si inserisce a pieno titolo nel progetto educativo dell'Oratorio armonizzandosi con le varie iniziative parrocchiali. Il progetto B.O.C.A. si occupa del bambino nella sua attività calcistica di base; siamo convinti che, soprattutto in queste prime fasi, bisogna educare il bambino a determinati valori, piuttosto che esasperare l'agonismo e il risultato ad ogni costo. Il percorso ha inizio dall'ultimo anno di scuola materna e termina all'ultimo anno delle scuole medie.

Terminato questo periodo, siamo convinti che sia sano che il cammino sportivo, come quello di maturazione umana e spirituale, non sia terminato, ma che debba continuare con una modalità nuova più attenta alle tematiche dell'adolescenza che incombe.

Il desiderio comune è proseguire con lo stesso stile di attenzione alla persona e alla sua crescita globale. Per questo motivo abbiamo costruito un rapporto di collaborazione con la società F.C. Boltiere, al fine di permettere, a tutti coloro che lo desiderano, di continuare la propria attività calcistica all'interno della comunità boltierese.

## Il progetto Piccoli Amici Multisport

È un percorso che favorisce i tempi di apprendimento e le tappe di crescita della personalità del bambino, per aiutarlo a sviluppare "mappe motorie" il più possibile elastiche, che possano adattarsi a diverse situazioni, che si vengono a creare nella pratica sportiva. Oltre al calcio, abbiamo così ampliato i nostri orizzonti inserendo nei piani d'allenamento discipline quali:

**MINIBASKET, ACQUATICITA', MINITENNIS, KARATE**

### Perché minibasket?

Per migliorare la coordinazione oculo-manuale, per incrementare la capacità di valutazione delle traiettorie aeree e per arricchire l'abilità tattica individuale di smarcamento/marcamento.

### Perché acquaticità?

Ci permette di riproporre gli schemi motori di base in acqua, dove, la minor gravità e la maggior resistenza, consentono un ampliamento generale del bagaglio motorio

### Perché karate?

Per la filosofia educativa che sta alla base di questa pratica, per la vasta gamma di componenti motorie presenti al suo interno e per i valori che la caratterizzano quali la *fiducia in sé stessi*, *l'umiltà*, *la sincerità con sé stessi* e il *rispetto* per gli altri.

### Perché minitennis in futuro?

Il corso propone il tennis in forma ludica curando, in particolare, il consolidamento degli schemi motori di base, le capacità senso-percettive, le capacità coordinative (reazione, equilibrio, combinazione, valutazione delle traiettorie aeree, coordinazione oculo-manuale) indispensabili per i futuri apprendimenti tecnici più complessi nel tennis e nella pratica sportiva in generale. Le lezioni, attraverso giochi a squadre, stazioni interattive (allievo/maestro, allievo/allievo) circuiti atletici, permetteranno in un clima giocoso, di apprendere i "pre-requisiti della tecnica" favorendo al contempo la socializzazione e l'autonomia dei piccoli tennisti.



SOCIETÀ GEMELLATA ATALANTA

## Metodologie d'allenamento

L'aspetto operativo della nostra programmazione è rappresentato dalla realizzazione pratica della seduta di allenamento, che deve sottostare ai principi organizzativi, precisi e mirati, che a seguire presenteremo in maniera specifica.

Il nostro intento è quello che le unità di lavoro tendano ad ottimizzare i tempi di impegno motorio senza pause e senza tempi morti. Per esempio il bambino potrà calciare in porta senza attendere in fila, nessuna pausa prima di eseguire un qualsiasi gesto e palla sempre al piede.

Questo metodo aumenta la possibilità di memorizzare il gesto in modo naturale grazie al veloce ripetersi dell'esercizio, mantenendo inoltre alta la concentrazione dei bambini ed un maggior interesse alle attività proposte.

Ho avuto l'onore di conoscere Horst Wein, un luminaire dell'insegnamento del gioco del calcio a livello di settore giovanile, il quale mi ha aperto un mondo meraviglioso, quello del funiño....

Il funiño deriva dalla composizione di due parole, fun dall'inglese divertimento e niño dallo spagnolo bambino, che vanno ad incarnare lo spirito di questa metodologia di allenamento nel mondo del calcio giovanile (la base è il gioco del funiño, che va ad unirsi ad esercitazioni con un numero max di 3-4 giocatori).

Il fautore di tutto ciò è appunto Horst Wein, scomparso purtroppo il 16 febbraio 2016, il quale ha colto la necessità di modificare i modelli improvvisati dell'insegnamento nel calcio, sostituendoli con un sistema di allenamento e di competizioni che si adattino al ragazzo (e non il contrario) e con modelli capaci di guidare e consigliare concretamente gli allenatori. Giocare bene a calcio è estremamente complesso in quanto è un gioco con numerose variabili. Per questo partire con un gioco semplice, come il 3 contro 3 a 4 porte, è l'ideale per iniziare passo dopo passo il lungo processo di sviluppo dell'intelligenza di gioco nel calcio.

Ultimo aggiornamento POF al 21 Marzo 2024

## Obiettivi Educativi

- Imparare a rapportarsi con il gruppo nel rispetto di semplici regole (parlare a turno, ascoltare chi parla, seguire le indicazioni durante le attività proposte, essere leali, ecc.);
- partecipare attivamente alle proposte con impegno e autocontrollo;
- vivere lo sport come un divertimento;
- iniziare ad autogestirsi durante le sedute d'allenamento .

## Obiettivi Motori

- Sviluppo e organizzazione degli schemi motori di base, ovvero camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolarsi e strisciare;
- lo sviluppo delle capacità coordinative generali, quali l'apprendimento motorio di nuovi movimenti con continue esercitazioni; la capacità di direzione e controllo del movimento durante l'esecuzione di un esercizio; la capacità di adattare un movimento ad una situazione, senza compromettere il risultato previsto.

## Obiettivi Tecnico-Tattici

- Esercitazioni specifiche sul dominio del pallone ( palleggio, conduzione palla, controllo e trasmissione palla, tiro in porta ecc ... );
- concetti di tattica individuale, quali smarcamento, marcatura, difesa della palla, contrasto;
- situazioni di 1<1, 2<1, 2<2, 4<2.



## Attuale Consiglio direttivo

Presidente: Pilenga Matteo  
Consulente ecclesiastico: Patelli Don Andrea  
Vicepresidente: Berardi Giorgia  
Segretario: Moretti Lucio  
Consiglieri: Ceresoli Nicola  
Guercilena Stefano  
Lamera Omar  
Pirola Alessio

## Staff tecnico

Le nuove metodologie d'allenamento proposte e le finalità impegnative del progetto, obbligano i nostri tecnici a migliorare le proprie conoscenze e competenze; questo avviene attraverso la partecipazione attiva ai corsi di formazione proposti dalla FIGC, dal CSI e da Società di consulenza a livello professionistico.

**Formatori abilitati FIGC** *Previtali Cristian*

### **Formatori abilitati CSI**

Anzalone Vincenzo, Barile Giovanni, Castelli Marco, Eustacchio Nicola, Ferrari Alessandro, Eseni Mario, Maccarini Andrea, Milesi Roberto, Moretti Andrea, Pescalli Mario, Pilenga Matteo, Previtali Cristian, Rodeschini Nicola, Tiraboschi Pietro, Valdani Giuseppe, Villa Graziano, Zilaf Christian.

### **Formatori:**

Aleo Rosario, Auria Filippo, Calandro Michele, Celia Marco, Cirelli Michael, D'Alessio Salvatore, Davanso Federico, Distefano Alessandro, Distefano Enzo, Ferro Salvatore, Gamba Cristian, Gargiulo Catello, Grava Patrick, Lanzeni Duilio, Magri Hebert, Marino Giuseppe, Moroni Luca, Pilenga Fabio Giovanni, Pirola Alessio, Pistone Andrea, Potenza Domenico, Scarlata Francesco, Zapperi Mirko.

### **Preparatore portieri:**

Guercilena Stefano con qualifica CSI, Lamera Omar

### **Operatore Defibrillatore DAE:**

*Tutti i nostri tecnici sono abilitati.*