

IL CALCIO DIARIO

**L'INNOVATIVO STRUMENTO DIDATTICO - CULTURALE
COMPLEMENTARE ALLA PRATICA SUL CAMPO
IDEATO PER L'ATTIVITA' DI BASE**



**LA SCUOLA CALCIO,
UN'AGENZIA DI FORMAZIONE
SPORTIVA E SOCIO CULTURALE**

SDM PROJECTS SRL

Sede legale in Comelico 18, 20135, Milano

Email: sdm.srl@sportdigitalmovement.com – PEC: sdm.srl@pec.sportdigitalmovement.com

I PRIMI CALCI - U8/9

Il Calcio Diario - Le Emozioni del mio Calcio è il libro didattico per la categoria Primi Calci - Under 9.

L'opera editoriale ha come "focus" 12 emozioni correlate all'uomo ed al gioco del calcio.

La categoria Under 8/9 non è ancora pronta a scrivere su un foglio A5 per una scarsa coordinazione oculo manuale. Pertanto, il Diario è strutturato con storie a carattere emozionale correlate al gioco del calcio, con un'emozione principe per ogni mese della stagione sportiva. Nelle pagine allenamento vi sono domande a risposta chiusa SI/NO sull'emozioni stesse, frasi ad effetto su emozione e gioco del calcio, e disegni da colorare.

Sono presenti, inoltre, informazioni didattiche a carattere storico, sportivo, regolamentare e fair play, alimentare e nutrizionale, oltre a giochi.

LA COVER U8/9 - LE EMOZIONI DEL CALCIO



**IL CALCIO NON È SOLO UN GIOCO,
È ANCHE EMOZIONE E AMORE !!**

LE 12 EMOZIONI DEL GIOVANE CALCIATORE

Qui di seguito, le 12 emozioni didattiche scelte a scopo didattico, una per ogni mese da settembre ad agosto.

1. CORAGGIO
2. PAURA
3. INVIDIA
4. ENTUSIASMO

5. VERGOGNA
6. ORGOGLIO
7. ALLEGRIA
8. NOIA

9. SOLITUDINE
10. ACCETTAZIONE
11. RABBIA
12. SODDISFAZIONE

ALCUNE PAGINE DEL DIARIO PRIMI CALCI UNDER 8/9

Carta identità del calciatore

La mia Foto

NOME _____

COGNOME _____

SOPRANNOOME _____

SOCIETA' SPORTIVA IN CUI GIOCHI _____

LUOGO E INDIRIZZO SOCIETA' SPORTIVA _____

SQUADRE DEL CUORE _____

GIOCATORE PREFERITO _____

RUOLO PREFERITO _____

NUMERO MAGLIA PREFERITO _____

8

La mia squadra

Cosa significa essere squadra?

Essere una squadra significa essere un gruppo che gioca insieme, che si vuole bene, che si rispetta.

In una squadra i compagni si aiutano, corrono l'uno per l'altro, attaccano e difendono insieme per cercare la vittoria attraverso il divertimento e la lealtà sportiva. Essere una squadra è bellissimo perché ti insegna ad amare lo sport e la vita.

Sapresti scrivere una parola per ogni lettera del termine "squadra"? Il nostro esempio, poi il tuo

SAPERE S.....

QUADRARE Q.....

UNIRE U.....

ATLETIZZARE A.....

DARE D.....

RICEVERE R.....

AMARE A.....

12

Le Emozioni ed il mio Calcio

Ora qualche domanda a risposta multipla, dove puoi anche fare più crocette:

TI SENTI DI PIÙ: <input type="checkbox"/> Coraggioso <input type="checkbox"/> Pauroso <input type="checkbox"/> Allegro <input type="checkbox"/> Invidioso <input type="checkbox"/> Vergognoso <input type="checkbox"/> Entusiasta	PREFERISCI: <input type="checkbox"/> Il n° 1 <input type="checkbox"/> Il n° 6 <input type="checkbox"/> Il n° 2 <input type="checkbox"/> Il n° 7 <input type="checkbox"/> Il n° 3 <input type="checkbox"/> Il n° 8 <input type="checkbox"/> Il n° 4 <input type="checkbox"/> Il n° 9 <input type="checkbox"/> Il n° 5 <input type="checkbox"/> Il n° 10 <input type="checkbox"/> Altro <input type="checkbox"/> Il n° 11	TI SENTI DI PIÙ: <input type="checkbox"/> Un Partitore <input type="checkbox"/> Un Difensore <input type="checkbox"/> Un Centrocampista <input type="checkbox"/> Un Attaccante <input type="checkbox"/> Un Jolly
PREFERISCI: <input type="checkbox"/> Dribblare <input type="checkbox"/> Corcere <input type="checkbox"/> Calcio in porta <input type="checkbox"/> Fare assist <input type="checkbox"/> Fare scivolate <input type="checkbox"/> Parare	TI SENTI DI PIÙ: <input type="checkbox"/> Orgoglioso <input type="checkbox"/> Noioso <input type="checkbox"/> Rabbioso <input type="checkbox"/> Altruista <input type="checkbox"/> Solista <input type="checkbox"/> Soddisfatto	PREFERISCI: <input type="checkbox"/> L'Autunno <input type="checkbox"/> L'Inverno <input type="checkbox"/> La Primavera <input type="checkbox"/> L'Estate <input type="checkbox"/> Mi piacciono tutte
TI SENTI DI PIÙ: <input type="checkbox"/> Forte <input type="checkbox"/> Brava <input type="checkbox"/> Amorevole <input type="checkbox"/> Chiuso <input type="checkbox"/> Scarso	PREFERISCI: <input type="checkbox"/> Il Mare <input type="checkbox"/> La Montagna <input type="checkbox"/> Il Lago <input type="checkbox"/> Il Fiume <input type="checkbox"/> La Collina <input type="checkbox"/> Il Parco	TI SENTI DI PIÙ: <input type="checkbox"/> Gentile <input type="checkbox"/> Spigliato <input type="checkbox"/> Rispettoso <input type="checkbox"/> Simpatico <input type="checkbox"/> Antipatico <input type="checkbox"/> Educato

15

IL FAIR PLAY

LE 10 REGOLE BASE DI FAIR PLAY

- 1 - Rispetta gli altri: Tratta compagni di squadra, avversari, allenatori e dirigenti con rispetto.
- 2 - Gioca lealmente: Non barare e segui sempre le regole del gioco.
- 3 - Sii onesto: Ammetti i tuoi errori, come quando commetti un fallo.
- 4 - Sii positivo: Mantieni un atteggiamento positivo, anche se la tua squadra sta perdendo.
- 5 - Impegnati: Dai sempre il massimo, sia in allenamento che in partita.
- 6 - Sii un esempio: Comportati bene perché gli altri possano prenderti come modello.
- 7 - Gioca per il piacere: Ricorda che il Calcio è un gioco e l'obiettivo principale è divertirsi giocando.
- 8 - Mostra sportività: Stringi la mano agli avversari prima e dopo la partita.
- 9 - Celebra in modo appropriato: Esulta per i gol in modo rispettoso, senza deridere gli avversari.
- 10 - Mantieni la calma: Anche se le cose non vanno bene, non arrabbiarti o comportarti male, dagli errori si impara.

Ricorda, il Fair Play è importante tanto quanto vincere!

47

Il Diario delle emozioni

Settembre IL CORAGGIO "La parata atomica" 	Ottobre LA PAURA "L'errore fatale"
Novembre L'INVIDIA "Il Dribbling Invidioso" 	Dicembre L'ENTUSIASMO Abbiamo vinto!
Gennaio LA VERGOGNA "Genitori o Tifosi da Stadio?" 	Febbraio L'ALLEGRIA "Raga, che Goal!"

58

Emozione del Mese: LA PAURA

OTTOBRE

LUNEDÌ GIOVEDÌ
MARTEDÌ VENERDÌ
MERCOLEDÌ

SETTIMANA 2 ALLENAMENTO n°1

Domanda

Hai mai avuto paura del tuo mister? SI NO

I MISTER SONO LÌ PER INSEGNARTI A GIOCARE PER EDUCARTI AL RISPETTO ED ALLO SPORT. OGNI COSA CHE FANNO È PER IL VOSTRO BENE

Colora la scena qui sotto

52

PULCINI U10/11 ED ESORDIENTI U12/13

FINALITA' DIDATTICA

- Strumento didattico integrato alla pratica, induce alla consapevolezza ed autoefficacia, oltre alla creatività mentale del giocatore.
- Utile a memorizzare le informazioni motorie acquisite in campo per fissarle nella memoria interna, e promuovere il confronto con amici, compagni di calcio, allenatori, famiglie e insegnanti.
- Specifico per la categoria di gioco, il Diario può essere utilizzato dopo gli allenamenti, prima e dopo le partite, o nei momenti liberi. Include informazioni, interazioni, quiz e giochi motivazionali.
- Riporta il programma stagionale di allenamento specifico ed il regolamento di gioco per la categoria.
- Ogni mese inizia con un racconto su Arte e Calcio per stimolare la curiosità e la passione per il gioco.
- Ognuno dei 10 mesi stagionali ha un focus specifico su uno dei 10 elementi didattici del ciclo tecnico e correlazioni, oltre il concetto "Il Calcio è un gioco di Squadra" e l'emozione principe "l'Entusiasmo".
- Ogni settimana offre 3 pagine dedicate all'allenamento e 2 pagine partite, incoraggiando la riflessione sugli obiettivi allenanti del Ciclo Tecnico del gioco, le relazioni e le prestazioni.
- Nelle prime due pagine allenamenti si richiede di rispondere a domande a quiz sul focus tecnico del mese e disegnare l'esercizio che più è piaciuto o rimasto in mente. Nella terza pagina allenamenti, si lascia spazio alla creatività, appunti - riflessioni e si chiede di riportare i "Principi" ed "Obbiettivi" della settimana di allenamento.
- In ogni pagina di allenamento si chiede di tracciare lo stato emotivo dell'atleta attraverso le emoji.
- Il Diario prevede tre momenti di valutazione dell'Allenatore, in linea alla metodologia dell'allenamento, favorendo il confronto e la crescita, e quindi un feedback scritto ad atleta e famiglia, oltre alla cronostoria.
- Utile per gli staff tecnici per comprendere meglio il profilo degli atleti e monitorare il loro stato emotivo e psico-attitudinale.
- Contiene informazioni importanti, come idratazione e nutrizione.
- Promuove il pensiero tattico del giocatore: Perché - Quando - Dove - Come si fa qualsiasi cosa in campo e nella vita.
- Promuove il Fair Play, l'educazione tra Atleti e l'Arbitro e quindi il rispetto, la responsabilità e l'inclusione sociale, per la nuova generazione di calciatori.
- Stimola le capacità cognitive e previene la disgrafia, ovvero migliora la capacità oculo manuale tramite la scrittura ed il disegno abbinati al pensiero, la riflessione e la scelta. Come insegna la neuroscienza, pensiero e movimento sono fusi nell'azione.
- Include un video tutorial a settimana sul focus didattico del mese, visionabile tramite codice QR.
- Include un gioco con figurine adesive da inserire nel diario nelle pagine partita (pre-gara), al fine di attivare la mente e indurre motivazioni positive, con frasi di grandissimi sportivi del presente o passato (oltre che dello staff tecnico di SDM), che riportano ad emozioni e valori dello sport/vita.

**CREA LIBERAMENTE,
ESPRIMI TE STESSO, ABBI CORAGGIO!**

I 12 MESI DIDATTICI ED IL CICLO TECNICO

Qui di seguito, i 10 focus didattici sul ciclo tecnico del gioco del Calcio, uno per mese, con l'aggiunta del concetto principe "Il calcio è un gioco di squadra" e l'emozione dell'Entusiasmo, ovvero l'espressione di energia positiva che alimenta il movimento.

- | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| 1. FINALIZZAZIONE | 5. FINTA-DRIBBLING | 9. SMARCAMENTO |
| 2. TECNICA PORTIERE | 6. PASSAGGIO | 10. POSIZIONAMENTO |
| 3. GUIDA LIBERA | 7. FINTA PRIMA DEL CONTROLLO | 11. IL GIOCO DI SQUADRA |
| 4. DOMINIO E DIFESA PALLA | 8. CONTROLLO PALLA | 12. L'ENTUSIASMO |

ANALOGIE E DIFFERENZE TRA LE VERSIONI U10/11 E U12/13

- La prima parte compilativa sul proprio sè è analoga.
- La storia del calcio riporta analogie e approfondimenti nella versione esordienti.
- I quiz didattici delle due versioni sono differenti.
- I giochi sul calcio come labirinti del goal e cruciverba, sono differenti.
- Le storie su gli Artisti del calcio sono differenti.
- 10 QR Code abbinati a 10 video su focus didattici del mese, differenti tra versione.

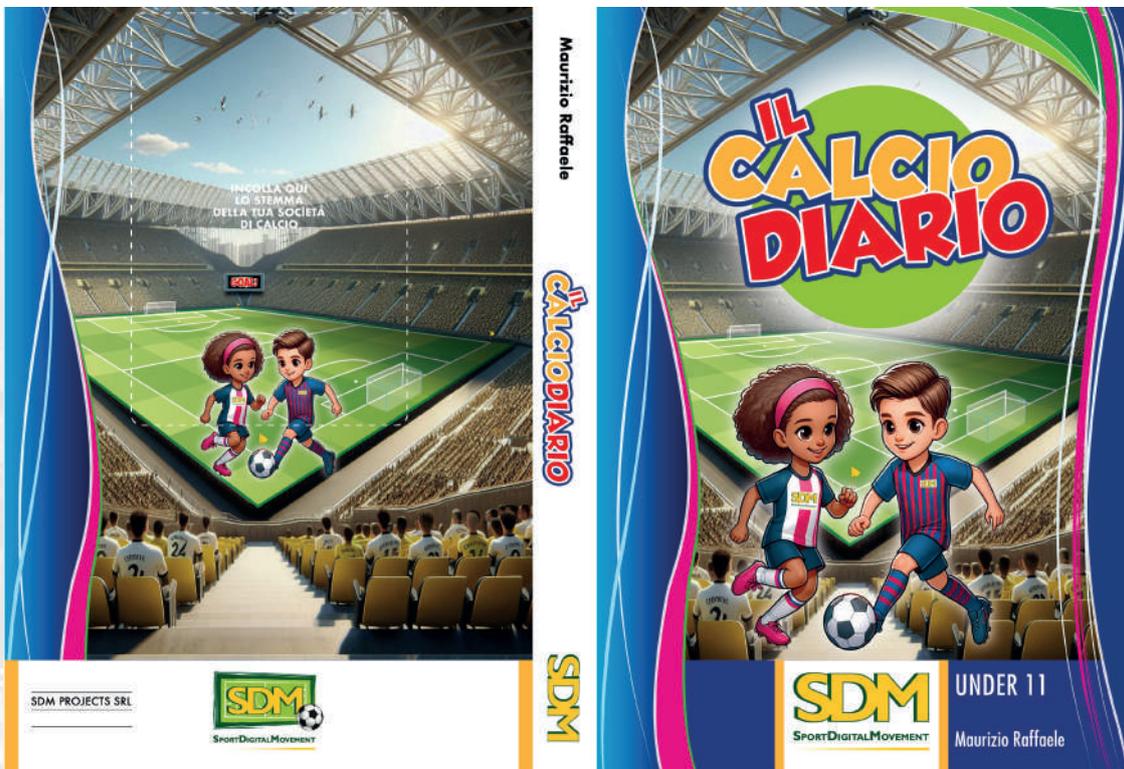
I 4 STILI DI ATTENZIONE DEL GIOCATORE

- 1. PERCHE'?**
- 2. QUANDO?**
- 3. DOVE?**
- 4. COME?**

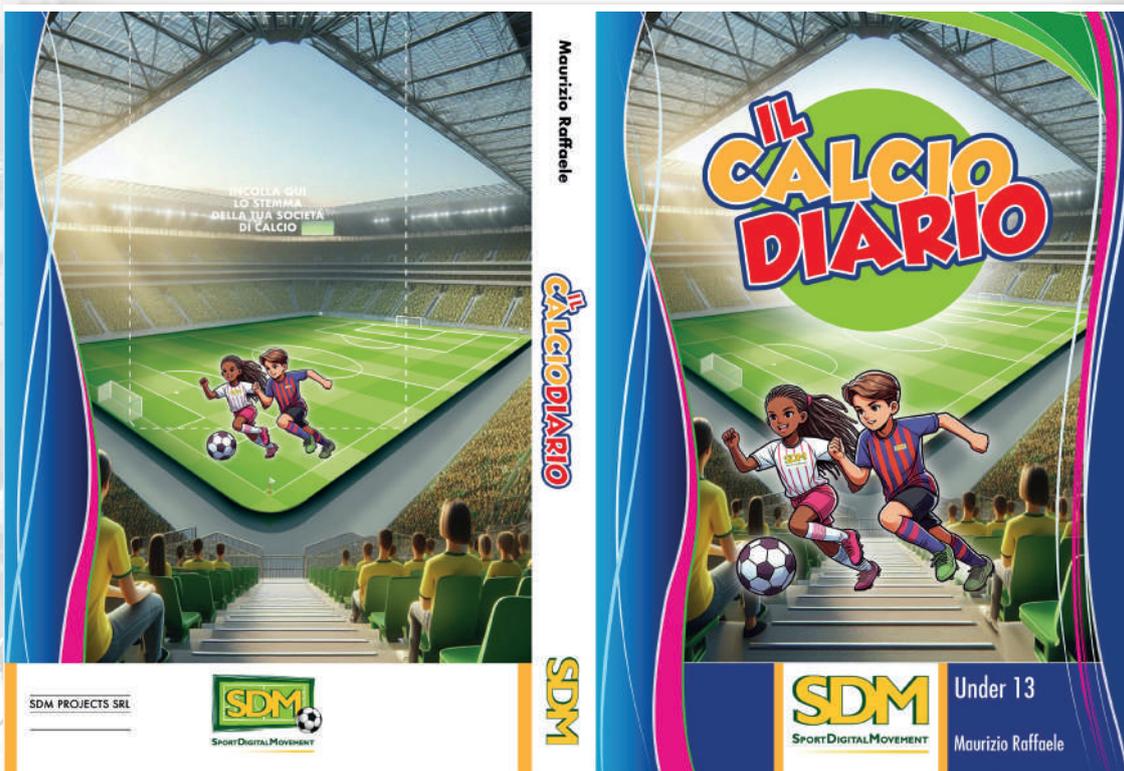
FINALITA' CULTURALE

- Amplia la conoscenza generale del calcio e dei suoi aspetti formativi, ludici e socio-emotivi nelle categorie dell'attività di base sia per gli atleti che per le famiglie.
- L'uso prevalente avviene in casa, contribuendo a una maggiore consapevolezza dei programmi di allenamento, del profilo attitudinale dell'atleta e del senso dell'auto arbitraggio da parte delle famiglie e dei giocatori.
- Favorisce l'interazione sistemica tra club, mister, giovani calciatori e famiglie, offrendo un servizio di maggior qualità.
- Contribuisce a omogeneizzare la cultura dell'insegnamento nel settore delle attività di base all'interno dello stesso Club, in coerenza alla metodologia di allenamento.
- Crea un'immagine di "Scuola di Calcio formativa", influenzando la crescita culturale del calcio nazionale nel medio-lungo termine.
- Offre sinergie al sistema sportivo e calcistico, contribuendo al movimento socio-culturale italiano.
- Induce al Fair Play dentro e fuori dal campo di gioco, anche per le famiglie.
- Induce alla Responsabilità Sociale.

LA COVER U10/11 - I SEGRETI DEL MIO CALCIO



LA COVER U12/13 - L'EVOLUZIONE DEL MIO CALCIO



L'ISPIRAZIONE DIDATTICA



IL GIOCO DEL CALCIO È UN FENOMENO MONDIALE, CHE ATTRAIE PERSONE DI OGNI ETÀ. È ARTE IN MOVIMENTO CHE TRASFORMA IL PENSIERO IN ENERGIA ED EMOZIONI

THE BOX OF GOALS E LE FIGURINE SDM PULCINI ED ESORDIENTI



The Box Of Goals

**Costruisci il tuo Box of Goals SDM,
seguendo i ritagli.
Ritaglia le frasi e inseriscile al suo interno.**

**Il giorno della gara, estrai una figurina e
leggi il pensiero magico motivazionale.
Poi incollala nella pagina partita
corrispondente e porta
il suo valore in campo.
BUONA PARTITA!**





AUTORI E COLLABORATORI



MAURIZIO RAFFAELE
DOTT. IN SCIENZE MOTORIE E ALLENATORE UEFA C
AMMINISTRATORE UNICO SDM
FOUNDER CALCIO DIARIO - AUTORE PRINCIPALE

CO AUTORE - VERSIONE PRIMI CALCI

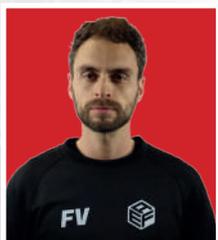


FABIO GRASSI
ALLENATORE UEFA B
DOTT. PSICOLOGO CLINICO E DELLO SPORT
PSICOLOGO SPORTIVO GIOVANILE AC MONZA

COLLABORATORI VERSIONI PULCINI ED ESORDIENTI



GAIA MISSAGLIA
DOTT. IN SCIENZE MOTORIE E ALLENATORE UEFA B
EX CALCIATRICE SERIA A FEMMINILE
ALLENATORE PRESSO AC MILAN WOMEN DA 10 ANNI



MISTER FEDERICO VOLONTERIO
CO IDEATORE DEL PROGETTO
DOTT. IN SCIENZE MOTORIE E ALLENATORE UEFA A
ALLENATORE FIGC SETTORE GIOVANILE SCOLASTICO
FOUNDER ELEVEN FOOTBALL ACADEMY - SCUOLA CALCIO PRIVATA



EMANUELE CUSIMANO
ALLENATORE UEFA C E MENTAL COACH
ALLENATORE FIGC SETTORE GIOVANILE SCOLASTICO
TECNICO E FORMATORE PRESSO ELEVEN FOOTBALL ACADEMY



MATTEO CORTI
DOTT. IN ECONOMIA AZIENDALE E MENTAL COACH
DOCENTE E FORMATORE - PROF. SCOLASTICO
FOUNDER SPORTMENTIS - SCUOLA CALCIO PRIVATA

La collana editoriale "IL CALCIO DIARIO"
è un'opera editoriale didattica di proprietà di SDM PROJECTS Srl,
registrata in SIAE al num. progressivo 2023/00550. Tutti i diritti sono riservati.