

SCUOLA CALCIO JUVENTUS SISPORT



WWW.SISPORT.LIFE WWW.SISPORT.LIFE WWW.SISPORT.LIFE WWW.SISPORT.LIFE WWW.SISPORT.LIFE

**Quattro chiacchiere con
Paolo Calefati e Ramona Viola**

**Facciamo il punto delle squadre
giovanili e della prima squadra**

**Storytime: le storie di Simone
Collura e Mauro Spallazi**

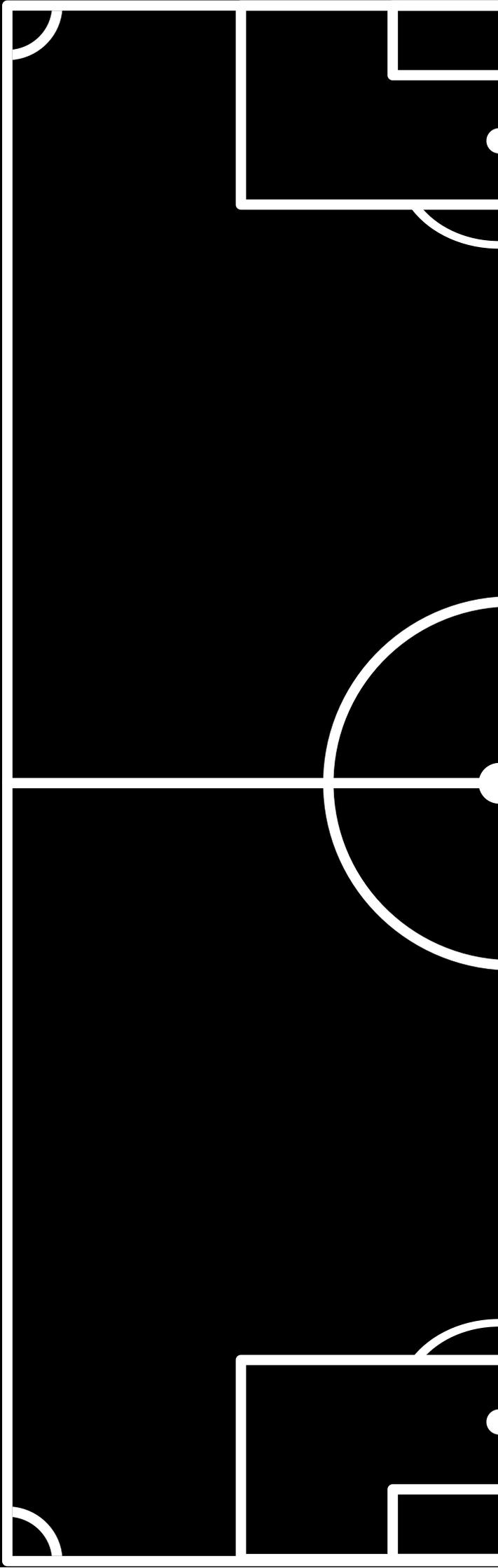


**SCUOLA CALCIO
SISPORT TORINO**

 @scjuventus_sisport

 SisportScuolaCalcioJuventus

 scuola-calcio-sisport@stellantis.com



INDICE

I consigli di : Ramona Viola	4
I consigli di : Paolo Calefati	6
I consigli di : Domenico Sangiuliano.....	8
Facciamo il punto: squadre giovanili.....	10
Facciamo il punto: prima squadra	12
Lo storytime di Simone Collura	14
Lo storytime di Simone Aliquò	15
Lo storytime di Mauro Spalazzi	16
Lo storytime di Giada Cigna	17
Il migliore giocatore della stagione	18



I CONSIGLI DI: RAMONA VIOLA

Ramona - Osteopata



Dopo due stagioni con la scuola calcio Juventus Sisport cosa puoi raccontarci di questa esperienza?

L'avventura con Sisport e tutto il team di lavoro mi ha permesso di crescere molto, dal punto di vista lavorativo, nell'ambito sportivo. Vivere a stretto contatto con il calcio agonistico, è un po' come essere sempre sul campo da calcio nel bel mezzo di una partita. Come l'atleta che deve prevedere le mosse degli avversari, dal backstage della mia parte ho avuto modo di aiutare i ragazzi ad avere sempre alta l'attenzione verso il loro stato fisico e verso la prevenzione.

Questo ha permesso, sia ai ragazzi del Settore Giovanile sia al team, di beneficiare tutti insieme del successo collettivo di Sisport in ambito calcistico sul territorio regionale.

Uno o più elementi fondamentali nella prevenzione degli infortuni secondo te.

Uno dei primi elementi che mi vengono in mente, nella prevenzione degli infortuni, è sicuramente puntare a un lavoro corale di staff, con la condivisione delle informazioni in merito alle diverse condizioni e situazioni che possono nascere durante l'attività, con attenzione a prevenire eventuali difficoltà individuali e di gruppo.

La paura di farsi nuovamente male dopo un incidente sportivo. Come la si contrasta?

È buona norma recuperare la fase di riabilitazione dello sportivo, certamente a livello funzionale della zona infortunata, recuperando quindi un buon controllo motorio e propriocettivo, ma anche a livello psicologico.

Il recupero psicologico – È un fattore spesso trascurato che può rendere insicuro il giocatore per lungo tempo; l'esempio classico è quello del giocatore che subisce una o più recidive in poco tempo, e a ogni successiva sensazione di fastidio teme di ricadere in un infortunio. Ciò, oltre ad allontanare (per diversi periodi) dalla pratica sportiva, rende il giocatore estremamente insicuro non permettendogli di allenarsi con la giusta intensità.

3 buone abitudini per uno sportivo che rientra da un infortunio ?

Una volta terminato il periodo di stop dall'attività sportiva e la riabilitazione specifica, lo sportivo dovrà seguire grossomodo il seguente iter:

***I step** - attività aerobica a intensità medio bassa, esercizi di propriocettività e stretching;*

***II step** - potenziamento muscolare*

***III step** - corsa aerobica/anaerobica alternata, esercizi di coordinazione alle sollecitazioni intense come cambi di direzione, arresti o salti.*

Non meno importante, come dicevo prima, sarà anche occuparsi del recupero anche psicologico dello sportivo.

I CONSIGLI DI: PAOLO CALEFATI



Paolo- Responsabile area portieri

Per fornire un contributo interessante sul tema portieri, potrei attingere da confronti avuti con colleghi molto esperti, ma vorrei partire dal suggerimento di mio figlio Alessandro, laureato in filosofia, che mi ha proposto di riflettere sui significati di base: “Papà, devi pensare a delle definizioni immaginando il portiere nell’atto di compiere una parata”.

Allora ho pensato a due termini che ricorrono spesso, quando si parla di portieri: papera e miracoli.

La papera potrebbe essere definita come “un errore vistoso commesso involontariamente nell’esecuzione di un esercizio”. Essa, tuttavia, si verifica nel processo di apprendimento di un gesto tecnico corretto: è impossibile realizzare sin da subito un’esecuzione perfetta!

Mentre il miracolo è un “gesto che si ritiene dovuto a un intervento soprannaturale in quanto supera i limiti delle normali prevedibilità dell'accadere o va oltre le possibilità dell'azione umana.” In realtà esiste soltanto la concretezza dell’esercizio e dell’allenamento, che porta a compiere un gesto atletico “estremo”, che non ha nulla di eccezionale, né di sovranaturale.

Il fattore comune, in entrambi in casi, è uno solo: l’esercizio.

Fondamentale è pertanto la figura dell'allenatore dei portieri, che secondo me influisce in buona percentuale sulla valorizzazione del singolo atleta. Nell'allenamento dovremmo formare portieri che sappiano essere fluidi nelle loro caratteristiche, coraggiosi nelle scelte, che abbiano visioni e letture anticipate, che siano consapevoli, che abbiano una buona preparazione atletica accompagnata da una predisposizione fisica e mentale.

Sul concetto di predisposizione fisica, vorrei sottolineare che non mi riferisco soltanto all'altezza: questa caratteristica influisce certamente, in maniera determinante, nella scelta in prospettiva pensando a un settore giovanile, ma non è la sola componente. Vi racconto un aneddoto significativo in proposito.

Quando partecipo ad incontri in cui sono presenti sia allenatori di portieri che allenatori di gruppo, sono solito sottoporre a questi ultimi un piccolo test. Ecco il quesito che formulo ai colleghi: alla vigilia di una partita importante da affrontare, chi mettereste in porta avendo a disposizione cinque giocatori (situazione che si trova facilmente pensando ai Primi Calci) di cui uno particolarmente capace, di ottime qualità e fisico atletico; in due con buone qualità e fisico atletico; un terzo di qualità media, con fisico atletico e ben strutturato e il quinto di media/bassa qualità e robusto? Ovviamente la risposta, purtroppo, si indirizza spesso e volentieri sull'ultima figura.

Questo è un errore che mette in evidenza la poca considerazione e conoscenza di un ruolo decisivo fin dalle fasce di età più basse. Sarebbe invece utile indirizzare la scelta dei portieri su ragazzi talentuosi e predisposti anche sul piano fisico. Più il bambino dimostra di possedere motricità e coordinazione, più ha attitudine a questo ruolo. In prospettiva si tratta di una scelta vincente.

I CONSIGLI DI: DOMENICO SANGIULIANO



Quali sono i vantaggi soprattutto sul lungo periodo di una adeguata preparazione atletica per una squadra di calcio?

.....

L'Aspetto fisico-motorio riveste un ruolo importante nel calcio, di conseguenza un'adeguata preparazione atletica porta notevoli vantaggi: la riduzione del numero degli infortuni, il corretto sviluppo dei vari segmenti corporei, il potenziamento ottimale delle prestazioni fisico-motorie del calciatore, il corretto rientro in gruppo dopo un infortunio, e così via. Il lavoro deve sempre essere mirato al lungo periodo, soprattutto quando si lavora nei settori giovanili.

C'è un'unica fase di preparazione oppure si può suddividere questa preparazione nell'arco dell'anno in allenamenti diversi?

.....

Per semplificare, possiamo suddividere l'anno in 3 periodi: la preparazione pre-campionato, il periodo competitivo a sua volta suddiviso da una piccola pausa invernale e da una pausa estiva, e infine il periodo tra la fine di una stagione calcistica e l'inizio di quella successiva. In ciascuna di queste fasi si vanno ad individuare gli obiettivi, così come le aree di lavoro e i mezzi di allenamento. Ovviamente tutto è variabile in funzione di diversi fattori, come ad esempio: il periodo dell'anno, la categoria interessata, il giorno della settimana in cui si svolge allenamento (e quindi la distanza dalla gara), le caratteristiche fisiche del calciatore. Il lavoro dell'anno avrà come obiettivo d'insieme, l'accrescimento e il perfezionamento delle capacità coordinative e condizionali del giocatore.

La sfida per te più importante, nel tuo ambito, con il settore giovanile?

.....
La mia sfida più importante è far capire ai ragazzi l'importanza di una costante e precisa educazione al movimento.

Movimento inteso a 360 gradi, sotto tutti i punti di vista. Riuscire a far comprendere i benefici che ne conseguono, non soltanto quando si pratica una disciplina, ma nella vita di tutti i giorni. Nell'ambito strettamente calcistico, l'obiettivo principale consiste secondo me nel fare tutto il necessario, affinché ciascun calciatore raggiunga quella condizione psico-fisica tale da permettergli di esprimere le sue migliori qualità tecnico-tattiche.

Come si prepara un giovane calciatore all'ingresso in squadre di categorie superiori?

Hai già iniziato un lavoro specifico con i nostri 2006?

.....
Il passaggio tra le diverse categorie è sempre un momento delicato, in modo particolare il salto tra settore giovanile e prima squadra, in quanto il gap non è soltanto una questione prettamente fisica, ma riguarda numerosi aspetti. Di

certo non esiste una ricetta magica su come preparare i ragazzi e soprattutto non c'è una soluzione unica per tutti, ma credo che gradualità e individualizzazione siano la chiave giusta per affrontare al meglio questo passaggio. E' fondamentale rispettare quelle che sono le tappe dello sviluppo psico-fisico del singolo ragazzo e portarlo piano piano, all'ingresso in gruppo con i più grandi.

Sisport in questo senso, è molto attenta e mette sempre a disposizione il massimo degli strumenti e dello Staff affinché il passaggio avvenga più serenamente e naturalmente possibile.

Abbiamo la fortuna di aver fatto già esordire alcuni dei nostri U17 (2006) con la prima squadra e il risultato è stato davvero sorprendente. Significa che il lavoro fatto a monte è stato proficuo. Vedere i nostri ragazzi, che hanno iniziato in scuola calcio da piccoli amici, esordire in prima squadra fa sempre un certo effetto.

FACCIAMO IL PUNTO: SQUADRE GIOVANILI

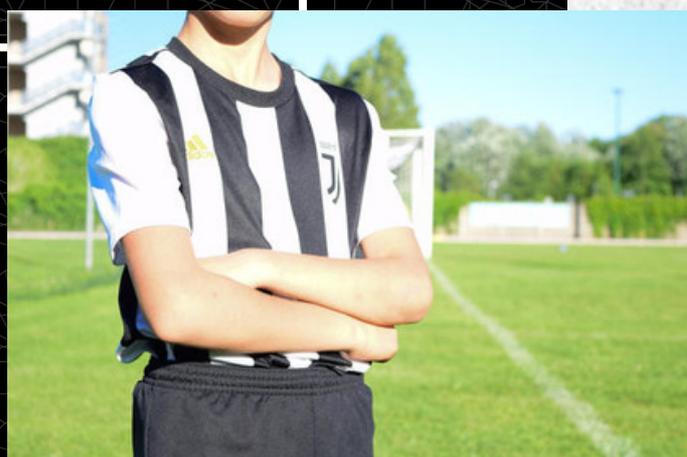
Davide - responsabile tecnico attività di base

Nell'attività di base Sisport, che coinvolge le annate dei più piccoli, nella stagione 2022/2023 abbiamo la fortuna e il piacere di lavorare con moltissimi bambine e bambini che insieme danno forma più di 50 gruppi, ognuno dei quali ha la possibilità di vivere numerose esperienze: amichevoli, campionati e tornei. Tutti questi gruppi sono dislocati in 4 centri su Torino e prima cintura: le sedi Sisport di Torino e Settimo, il Sanremo72 e il Poligru di Grugliasco. L'aspetto più importante sul quale ci concentriamo molto è sull'idea di essere una squadra unica (LA SISPORT), quindi tutti i ragazzi lavorano seguendo la stessa metodologia di allenamento. I Tecnici si confrontano sugli obiettivi da perseguire per ogni singola annata, e ogni mese effettuano un incontro di formazione e aggiornamento.



In questa prima parte della stagione gli impegni sono stati numerosi per i bambini, che hanno avuto la possibilità di confrontarsi con tante società sportive della provincia attraverso amichevoli e campionati, per poi avere la possibilità di competere attraverso la formula dei tornei, anche con squadre professioniste nazionali (Milan, Inter, Genoa, Sampdoria, Parma, Empoli, ecc.) ed internazionali (Wolverhampton, Cluij). Un ringraziamento speciale va alla Juventus con la quale vengono organizzate tutte le settimane partite amichevoli. I risultati sono molto positivi, abbiamo visto vincere tanti tornei e con molte categorie anche i rispettivi campionati, ma soprattutto mi fa piacere porre l'attenzione sul miglioramento di ciascun giocatore: è lì che poniamo il nostro focus, cercando di farlo crescere a 360 gradi, sia sotto l'aspetto tecnico sia sotto quello della persona e del carattere.

Infine, ci tengo a ringraziare le famiglie dei nostri iscritti che, quasi ogni fine settimana, li accompagnano sui campi supportandoli sempre in maniera positiva, e ci danno un grande aiuto nel provare a raggiungere tutti insieme quel grande obiettivo che è riconoscersi come un'unica grande società: è importante portare i ragazzi a giocare non solo con il loro gruppo di riferimento, ma viste le influenze, gli infortuni, insegnare loro a dare supporto e disponibilità a quei gruppi. (anche di altri impianti). che sono in difficoltà a livello numerico. La disponibilità, la generosità e il senso del "fare squadra" sempre, sono caratteristiche fondamentali per diventare un buon giocatore e i nostri piccoli sono sulla buona strada!



FACCIAMO IL PUNTO: PRIMA SQUADRA

Per quanto riguarda il settore giovanile della Scuola Calcio Juventus Sisport, stiamo vivendo una prima parte della stagione davvero molto positiva, che ci lascia immaginare un proseguio a dir poco interessante..Tre squadre su cinque sono al primo posto nel loro Campionato di categoria, mentre le altre due sono molto vicine ai primi in classifica.



Il nostro settore giovanile è nel pieno di un percorso ambizioso, che vuole sicuramente andare a competere con le prime società piemontesi, ma altresì dare il giusto valore ai risultati agonistici senza dimenticare mai di lavorare in serenità e affrontare le fisiologiche difficoltà come opportunità di sviluppo e momenti per supportarsi come gruppo ancora di più, segno tangibile di tutta la formazione e l'impegno di questi anni.

Crediamo in una filosofia basata su valori umani lontani dalla superficialità, dove il giocare deve anche divertirsi, ed essere valorizzato da compagni e Staff.

Siamo tutti curiosi di vedere dove ci porterà questo finale di stagione, sempre concentrati sul migliorarci continuamente per vincere sul campo, e fuori. La fiducia non manca!

In qualità di Coordinatore Tecnico ho il piacere di connettere le competenze di una Staff Tecnico eccezionale: penso a Fabrizio Tiengo, Jacopo Bauzone, Domenico Sangiuliano, Yobie Bassaoulè, Davide Borin, Lorenzo Bressanello, Riccardo De Michele, Matteo Saglietti, Denis Salvador, Paolo Calefati, Matteo Peretto, Luca Versace, con un invito ai Mister più giovani a continuare a lavorare con passione e impegno per essere tra i prossimi protagonisti di questo settore giovanile in corsa!



La prima squadra Sisport ha da poco superato il giro di boa di metà stagione e il bilancio non può che essere positivo, con un primo posto in classifica, una sola sconfitta e due pareggi dall'inizio del campionato.

E' un risultato che a poco più di un anno dalla fondazione della squadra a molti sembrava irraggiungibile, frutto di un lavoro corale che ha interessato i vertici della Società Sisport, lo staff tecnico e i giocatori.

La programmazione è continua e costante, ci si confronta sempre, e fin da subito erano chiari gli obiettivi e soprattutto il modo in cui raggiungerli: cerchiamo di distinguerci sul campo rispetto a tutti gli altri contesti e categorie, non solo la Terza.

Una prima squadra ha, prima di tutto, il dovere di essere di esempio e d'ispirazione per i più giovani, siamo pertanto orgogliosi della sinergia che si sta creando con i ragazzi del settore giovanile, che in più di un'occasione hanno supportato i compagni più grandi, sia in campo sia fuori.

Siamo davvero soddisfatti della strada percorsa fino a oggi, ma l'ambizione ci invita a fare sempre di più: nel gruppo c'è piena consapevolezza di quelli che sono i nostri mezzi, ma anche di quelli che sono gli oneri, che i colori che indossiamo comportano.

Marco - Collaboratore tecnico e giocatore della prima squadra



STORY TIME:

LA STORIA DI SIMONE COLLURA

Simone - responsabile tecnico centro sportivo Sisport Settimo

Ci sono giornate, nella carriera di un allenatore, che rimangono particolarmente impresse nella memoria. Di recente ho avuto la fortuna di viverne una l'otto dicembre scorso.

La mia squadra è iscritta a uno dei tornei organizzati in occasione della festività dell'Immacolata. Si tratta di una competizione particolarmente sentita, che tutti i bambini aspettano con trepidazione. Per uno di loro la data del torneo coincide con quella del compleanno e non vede l'ora di scendere in campo e poi festeggiare con i compagni nello spogliatoio.



Purtroppo, però, alla vigilia della partita, è bloccato a casa dall'influenza. Tutti i compagni sono molto dispiaciuti per la sua mancanza, sanno quanto ci tenesse a partecipare. In campo i miei giocatori lottano su ogni palla con grande determinazione e si aggiudicano il torneo. Al momento di alzare la coppa mi chiedono il cellulare e videochiamano il compagno assente.

Intonano tutti insieme la canzoncina di auguri e decidono di donare la coppa al compagno come speciale regalo di compleanno! Il bambino da casa ha gli occhi lucidi per la gioia e l'emozione e anch'io non riesco a trattenere la commozione. E' sicuramente gratificante per me vedere crescere questi bambini da un punto di vista tecnico, notare la loro voglia di apprendere e migliorarsi, ma non c'è nulla di più bello ed emozionante di assistere ad un gesto di spontanea generosità ed amicizia come questo. Tutti noi avremmo bisogno di prendere spunto da questi bambini. Il calcio è anche una meravigliosa storia di amicizia, è la possibilità di crescere insieme, di condividere vittorie e sconfitte, ma soprattutto valori che resteranno nel cuore di questi uomini di domani.

Il punto sulla stagione

Stiamo entrando nella seconda parte della stagione: questo fine settimana cominceranno i campionati primaverili per tutte le squadre dell'attività di base.

Gli impegni saranno tanti, anche considerando i vari tornei, a partire da quelli di Pasqua. Le occasioni per divertirci non mancheranno di certo!

Ci tengo a dedicare qualche parola di elogio alla nostra prima squadra e al nostro settore giovanile.

La prima squadra ha vinto lo scontro diretto per il primo posto in classifica due settimane fa e si trova adesso a +3! Gli U17 e gli U16 sono primi, gli U15 e U14 secondi (questi ultimi a soli tre punti dalla capolista). Tutto lo staff sta facendo davvero un ottimo lavoro!

Vorrei ringraziare, infine, il nostro grande gruppo di allenatori: ragazzi che da settembre lavorano con passione e professionalità, con tanta voglia di crescere, come dimostrano i risultati. E' sempre bello minacciarli simpaticamente di mettere in programma impegni lontani la... domenica mattina!



Una finale da... brividi!

Tra gli infiniti aneddoti che potrei raccontare, ne sceglierei uno vissuto sul campo di recente, in occasione della fase finale del torneo "Cristalli di neve" alla quale ha preso parte un nostro gruppo del 2011.

Le squadre finaliste del quadrangolare si sfidano nell'arco di un pomeriggio. Il nostro gruppo perde la prima partita e vince la seconda, mentre la squadra che ci ha battuto pareggia. Si accendono gli animi, sale l'adrenalina, naturalmente in senso positivo! Il Mister carica i ragazzi, che partono forte... 24 minuti da brividi, soprattutto quando, in tempo reale, arriva la notizia che gli avversari con cui siamo in lotta per il primo posto stanno perdendo... il finale ci sorride e riusciamo a vincere il torneo!

E' sempre emozionante condividere la gioia con il gruppo e leggere la felicità nei volti dei ragazzi, soprattutto quando dimostrano di rispettare gli avversari, aspetto che purtroppo non si può dare mai per scontato per quello che a volte si vede sui campi.

A prescindere dalla felicità per una vittoria, mi sento di dire che è bello anche vedere come reagiscono i bambini di fronte alle sconfitte.

Sono particolarmente orgoglioso di loro quando, al di là del risultato, hanno dato il massimo in campo e hanno fatto tesoro dei consigli degli allenatori, sia dal punto di vista tecnico e tattico, ma anche per l'atteggiamento dimostrato durante la partita. Come dico sempre ai bambini, l'importante è giocare al meglio divertendosi: in un contesto in cui tutti si impegnano al massimo i feedback saranno costruttivi!

STORY TIME:

LA STORIA DI MAURO SPALAZZI

Mauro - coordinatore Progetto baby calcio e Progetto nelle scuole

Lavoro per la scuola calcio della Sisport da molti anni e, tra i tanti aneddoti che potrei raccontare, me ne viene in mente uno particolarmente curioso. Quel giorno avevo sostituito un collega che allenava un gruppo di bambini di nove-dieci anni. Conobbi i ragazzi prima della partita. Era quindi la prima volta, sia per me che per loro, che condividevamo quell'esperienza insieme. Entrai nello spogliatoio e notai subito un silenzio irreale. Pensai che fossero a disagio con me in assenza del mister di appartenenza. Allora cercai di fare qualche battuta per stemperare la tensione e sdrammatizzare un po'. Dissi loro: "Ragazzi, si può anche scherzare, eh!". Uno dei bambini mi fece notare: "Mister, siamo in silenzio perché ci stiamo preparando e concentrando in vista dell'ingresso in campo". Pur così giovani, avevano già compreso l'importanza di un evento che richiedeva la massima attenzione per mettere in pratica quanto appreso durante le sedute di allenamento. Rimango sempre piacevolmente sorpreso dai bambini che alleno e c'è sempre molto da imparare osservandoli. In effetti, la concentrazione è fondamentale per affrontare al meglio una sfida sportiva e si rivela molto utile non solo in campo, ma anche a scuola e nella vita di tutti i giorni.



STORY TIME: "BEST MOMENTS" DI GIADA CIGNA



In allenamento e in partita i bambini mi regalano spesso soddisfazioni ed emozioni. Se ripenso alla mia esperienza con loro sui campi da calcio, mi vengono in mente alcuni momenti particolarmente significativi.

Uno di questi è il balletto di gioia improvvisato dai bimbi al termine di una partita: tutti e dieci i componenti del mio gruppo, capitanati dal piccolo Ethan, cantano e ballano "Waka Waka" trascinando i presenti con la loro allegria e il loro entusiasmo.

Un altro episodio che vorrei ricordare risale allo scorso ottobre: in occasione di una partita, un bambino della squadra avversaria sbaglia qualche tiro sottoporta e scoppia in lacrime. Uno dei nostri difensori va ad abbracciarlo e lo incita a non mollare. Alla fine l'attaccante avversario riesce a segnare e il nostro giocatore va a complimentarsi con lui. Che belle lezioni di fair play ci donano spesso i bimbi!

In tema di rispetto e dedizione alla maglia e a ciò che rappresenta, mi piace poi segnalare il rituale che i bimbi seguono ogni volta a fine partita: il capitano sceglie un posto nello spogliatoio dove ritirare la divisa: la maglietta e i pantaloncini, girati dal verso corretto, vengono riposti con cura da tutti i membri della squadra, che dimostrano così grande senso di responsabilità e spirito di gruppo.

Infine, non posso non ringraziare tutti i bimbi per i bellissimi disegni di cui spesso mi fanno omaggio. Tempo fa, in particolare, un bimbo del mio gruppo è arrivato al campo prima dell'allenamento tutto trionfante: a scuola aveva disegnato, colorato e ritagliato due rettangoli di carta per creare i cartellini e regalarmeli! E' difficile non commuoversi in questi casi!

Giada - responsabile tecnico centro sportivo Poligru

IL GIOCATORE MIGLIORE DI QUESTA

PRIMA PARTE DI STAGIONE:

GIORGIO COLLETTO

CATEGORIA: Terza categoria prima squadra

NOME : Giorgio

COGNOME: Colletto

RUOLO: Centrocampista



LE SUE PRESTAZIONI SPORTIVE:

Vorrei fare una menzione speciale per un giocatore che ci ha reso davvero orgogliosi, un ragazzo cresciuto tra le fila del nostro settore giovanile fino a diventare un pilastro del centrocampo della prima squadra. Giorgio Colletto che fin da subito si è dimostrato padrone del centrocampo con la sua qualità e le sue giocate, ci auguriamo che possa rientrare il prima possibile dall'infortunio subito alla spalla e cogliamo l'occasione augurargli una pronta guarigione.

Stefano Falbo - coordinatore tecnico e mister della prima squadra