

Giocando si impara!

Noia vade retro!

Mondo Rossoblu

Finalmente dopo circa 20 giorni di pausa per il freddo, salvo per qualche allenamento al coperto, il Settore Giovanile Scolastico ricomincia a giocare... e con loro il Responsabile, Vincenzo Nicoletti, che mi espone le criticità che sta riscontrando. Mi dice che al giorno d'oggi i giovani sono molto più propensi a sedersi davanti ad un pc o alla tv, al posto che faticare su un campo di calcio.

Una volta gli allenamenti e le partite erano un momento di confronto con i compagni, ci si metteva l'anima per vincere contro gli avversari, ora sembra che tengano al campo solo perché i genitori li spingono a giocare; è un limite della gioventù di questa generazione e quindi per lui è difficile lavorare con loro.

Bisogna educarli al sacrificio, all'unione di gruppo, al perseguimento degli obiettivi tutti insieme! Tutto ciò lo si può vedere negli Allievi, che ambiscono a qualcosa in più, perché a un passo dal giocare nella categoria superiore. Coi più piccoli non sempre si riesce a tenerli concentrati in campo e quindi oltre all'insegnamento dei fondamentali di calcio, alla cura per le fasi di attacco/difesa e al migliorare le tecniche individuali, si è sviluppata una metodica per cui si "trasforma" l'allenamento in situazioni giocose, più gradite, per evitare che i più giovani



Vincenzo Nicoletti

non si annoino, come l'1 contro 1, il 3 contro 2, fino al gioco più complesso e al lavoro a secco. Ogni giorno bisogna trovare e insegnare loro la motivazione all'impegno.

Una problematica secondo Vittorio che si dovrebbe risolvere, è il fatto che Caronno e i suoi cittadini non sempre rispondono a dovere al richiamo della Società, per cui molti ragazzi rimangono all'interno degli oratori (ovviamente è una scelta lecita) e arrivano troppo tardi in Squadra, così è difficile e lungo colmare le lacune, al punto tale che bisogna trovare giocatori in altre squadre per completare la rosa.

Sempre punto di forza del nostro buon Vittorio, è l'organizzazione di eventi a scopo benefico, tra cui la Partita che si è tenuta contro la Nazionale Artisti TV a favore della Distrofia Muscolare di Duchenne (Associazione Gli Amici di Emanuele) e una Marcia non competitiva che si terrà a maggio/giugno a cui ovviamente vi invito a partecipare numerosi! Questo è il buon esempio che tutti i ragazzi dovrebbero avere e seguire! Alla prossima.

Francesca Garioni

Come scegliere la scarpa giusta per entrare in campo

Cari giocatori, ecco servita qualche dritta.....

Soccer Victims

Lo scarpa e' senza dubbio la parte dell'equipaggiamento di un calciatore che piu' ne influenza le prestazioni: e' chiaro, quindi, che la scelta nel suo acquisto deve essere attentamente valutata. Ma come muoversi tra le centinaia di offerte di mercato? Quale tecnologia tra le tante puo' fare di piu' al caso nostro? La scelta dovrebbe essere guidata principalmente da tre fattori: il terreno su cui si giocherà; le nostre caratteristiche di gioco e soprattutto la comodità dello scarpino. L'ultimo fattore e' il piu' importante ma nello stesso tempo il piu' soggettivo. La suola e' la parte della scarpa che permette la stabilita' nel movimento di un giocatore in campo. Attualmente esiste praticamente una tipologia di suola per ogni tipo di superficie di gioco. La tipologia di suola piu' versatile e' sicuramente la suola che contiene un numero di tacchetti medio (da 10 a 15) di media lunghezza (la cosiddetta FG cioe' "firm ground") e di media compattezza. Questa suola e' particolarmente adatta per terreni compatti (terra ed erba) e risulta un buon compromesso tra capacita' di equilibrio, velocita' e assorbimento degli urti. Consigliamo (per terreni particolarmente duri) i tacchetti "lamellari" piuttosto che quelli cilindrici perche' consentono maggiore trazione sul terreno e comportano minore sollecitazione alla pianta del piede. Per terreni morbidi e fangosi e' piu' adatta la cosiddetta suola SG (soft ground). La suola SG e' caratterizzata da un numero ridotto di tacchetti (dai 6 agli 8) piu' lunghi e duri rispetto a quelli delle suole FG (nei terreni morbidi infatti e' piu' importante una buona trazione piuttosto che l'assorbimento degli urti). Per l'erba sintetica o terreni molto duri puo' essere presa in considerazione la cosiddetta suola "turf". E' una tipologia di suola caratterizzata da un grosso numero di piccoli tacchetti morbidi che permettono su superfici poco naturali una buona elasticita' ed un altrettanto buon attrito. La forma della scarpa della superficie esterna della scarpa da calcio incide sulla precisione e forza del tiro, sulla precisione del passaggio e sul controllo di palla di un calciatore. L'ideale (specie per attaccanti e registi di centrocampo) e' avere

scarpini dalla superficie frontale pulita, con un sistema cioe' di allacciatura nascosto o spostato verso la parte interna del piede. Sempre per gli attaccanti (e gli amanti del dribbling) importanti sono anche le estrusioni presenti sulle superfici laterali di molte scarpe attuali, che permettono di aumentare il controllo del pallone e di calciare aumentando la rotazione della palla (e quindi di avere maggiore effetto nel tiro). Le forme affusolate (da missile) esibite da alcuni scarpini di ultima generazione (specie Adidas) non sono solo accattivanti ma derivano da ricerche ingegneristiche particolarmente sofisticate. Quello che si e' scoperto e' che avvicinando il centro di massa alla superficie d'impatto (il collo del piede) il trasferimento di energia alla palla diventa maggiore con conseguente aumento di velocita' del tiro (lo stesso principio usato nelle mazze da golf). Queste particolari forme sono meno soggette a deformazione con gli urti quindi sono particolarmente adatte a difensori e a centrocampisti di quantita' (molto spesso costretti a spazzare via la palla lontano da posizioni pericolose del campo). Le "scarpe da pallone" sono realizzate in due tipologie di materiali: pelle e fibra sintetica. Cosa scegliere? Gli scarpini in pelle, generalmente garantiscono maggior sensibilita' e comodita' ed inoltre, se ben curati, hanno una durata maggiore rispetto a quelli "sintetici". Unica grande contro indicazione? Sono costosi. Esistono vari tipi di pelle usate per le scarpe da calcio: quella di vitello (particolarmente resistente) e quella di canguro (flessibile, leggera, ottima dal punto di vista della sensibilita' e comodita' ma meno resistente della pelle di vitello); c'è poi anche la pelle di squalo (pelle molto resistente ed impermeabile la cui rugosita' permette un buon controllo di palla). E' bene tenere a mente che, essendo la pelle un materiale particolarmente elastico che con il tempo tende ad allargarsi, in fase di acquisto e' opportuno scegliere scarpe aderenti al piede. A buon intenditore.....

Fabrizio Volontè



**RISTORANTE
PIZZERIA**

con giardino

San Giorgio su Legnano (MI) - Via Roma, 58 - Tel. 0331.407.185



**General
Beverage S.r.l.**

Pontremoli (Ms) - Zona Industriale P.I.P. - Tel. 0187 832305 - Fax 0187 461368

INDUSTRIA MANGIMI - PET FOOD

ALL PET s.r.l.

Via Trieste 603 - Caronno P. - Tel. 02 96450470 - Fax 02 96450464

TABACCHERIA

Rampinini Giorgio e Lucia

RICEVITORIA N. 1844

LOTTO - GRATTA & VINCI - BOLLI AUTO

VALORI BOLLATI - PUNTI LIS - RICARICHE TIM - VODAFONE - WIND

Rescalda - Via Repetti, 17 - Tel. 0331 469320



Saronno - Via S. Cristoforo, 35 - Tel. 02 9602954
Saronno - Via S. Cristoforo, 43 - Tel. 02 96702141
e-mail: f.lidario@teletv.it

RISTORANTE

CASCINA MALINGAMBA

Origgio - Via per Lainate, 33 - Tel. 02 96731279