

PROGETTO TECNICO ATTIVITA' DI BASE

ASD SPORTING FC

S.S 2020/2021

SCUOLA CALCIO



“FRANCESCO ROSSI”



SCUOLA CALCIO ELITE
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

FILOSOFIA



Il nostro progetto mette al centro ogni singolo bambino che partecipa alla scuola calcio, cercando di fornire a tutti esperienze motorie ed esperienze di gioco in modo tale da portarli a riconoscere e a risolvere correttamente tutte le situazioni che si troveranno davanti durante una partita.

Uno dei nostri obiettivi principali è quello di accompagnare i bambini nella loro crescita educativa e fare in modo che, completato il percorso nella scuola calcio, possano affrontare nel migliore dei modi il mondo dell'adolescenza, sia dal punto di vista calcistico che umano.

“E’ SOLO L’ESPERIENZA MATURATA GIOCANDO CHE DETERMINA NEGLI ATLETI LA POSSIBILITA’ DI MIGLIORARE SIA LA COMPrensIONE DELLE INTENZIONI DEI COMPAGNI, QUINDI IL PENSIERO TATTICO, SIA LA COMPrensIONE DELLE INTENZIONI DEGLI AVVERSARI, UTILE PER CONTROBATTERE LE LORO INIZIATIVE.”

Riccardo Capanna

“Come le neuroscienze danno una mano a giocare con i piedi”



CATEGORIE

- PICCOLI AMICI 14/15 (U7)
- PRIMI CALCI 2013 (U8)
- PRIMI CALCI 2012 (U9)
- PULCINI 1° ANNO 2011 (U10)
- PULCINI 2° ANNO 2010 (U11)
- ESORDIENTI 1° ANNO 2009 (U12)
- ESORDIENTI 2° ANNO 2008 (U13)

AREE DI SVILUPPO

- EDUCATIVA
- PSICOLOGICA
- CONDIZIONALE/COORDINATIVA
- PENSIERO TATTICO
- TECNICA INDIVIDUALE

EDUCATIVA: : Rispetto di se stessi e di tutto cio che ci circonda (compagni,allenatori, dirigenti, materiale , spogliatoi ecc).Uno dei principali obiettivi educativi rimane quello della crescita del bambino intesa come acquisizione di valori morali fondamentali,imparare a stare in un contesto con i propri compagni e rispettare le regole.

Accompagnare il bambino a piccoli passi verso l'indipendenza intesa come il sapersi gestire all'interno dello spogliatoi e sulcampo o e nel contesto in cui si trova.

PSICOLOGICA : Capire, conoscere, condividere e sviluppare gli stati emotivi dei bambini tenendo in considerazione il loro momento di crescita. Importante anche la cura della psicologia sportiva intesa come dare un'identità ai bambini e crearli una cultura sportiva adeguata all'ambiente in cui si trovano, cercando di evitare qualsiasi tipo di pressione che riguarda il risultato e a sua volta farli arrivare a quello attraverso la crescita e la formazione individuale.

CONDIZIONALE/COORDINATIVA: Sviluppare tutte le capacità coordinative e condizionali del bambino rispettando le fasi sensibili dell'apprendimento motorio, ampliando l'esperienza motoria.

PENSIERO TATTICO : Capacità di mettersi a disposizione dei compagni e della situazione di gioco offensiva o difensiva che si è chiamati ad interpretare, riconoscere e sviluppare in maniera corretta.

TECNICA INDIVIDUALE: Capacità di relazionare il proprio corpo ad un attrezzo (pallone), apprendere tutti i gesti tecnici e saperli utilizzare nelle giuste situazioni, utilizzando il bagaglio motorio a disposizione.

“Uno non è un grande allenatore quando fa muovere i giocatori secondo le proprie intenzioni ,ma quando insegna ai giocatori a muoversi per conto loro e sanno tutto quello che c'è da sapere”



PICCOLI AMICI 14/15 U7

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto delle regole
- Collaborazione
- Rispetto dei pari e delle figure adulte
- Relazioni\interazioni

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Qualità affettivo-cognitive
- Saper ascoltare
- Creatività

OBIETTIVI TECNICI INDIVIDUALI SPECIFICI

- Conoscenza dell'attrezzo
- Dominio della palla
- Utilizzo di tutte le parti del piede
- Conduzione

OBIETTIVI TECNICO/ TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

- Riconoscere ed individuare lo spazio ed iniziare ad orientarsi
- Imparare ad utilizzare finte per ingannare gli avversari

OBIETTIVI CONDIZIONALI\COORDINATIVI\SPECIFICI

- Conoscere e apprendere gli schemi motori di base
(Camminare,correre,saltare,rotolare,strisciare,lanciare,afferrare,arrampicarsi)
- Equilibrio-----> stabilità nei movimenti
- Ritmo-----> Variazione del ritmo del movimento
- Rapidità

A partire dai 4 anni , un bambino può realizzare con efficacia molti gesti motori naturali (schemi motori) e deve imparare a realizzarli con scioltezza.

Utilizzare giochi che permettono di sviluppare queste capacità deve essere predominante nell'allenamento al fine di ottenere la crescita spontanea delle sue capacità, proporre giochi ed esercizi che stimolino la risposta e l'iniziativa per realizzare l'obiettivo.

I bambini devono rendersi conto qual è il loro lato dominante e fino a dove possono arrivare.

1. Allenamenti ludici
2. Promuovere l'iniziativa del bambino
3. Proposte divertenti
4. Creatività del bambino
5. Proposte dinamiche

PRIMI CALCI 12/13 U8/U9

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto delle regole
- Rispetto dei compagni e delle figure adulte
- Saper sostenere un impegno preso
- Relazioni\interazioni
- Prendere coscienza delle proprie difficoltà ed affrontarle in modo positivo

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Qualità affettivo-cognitive
- Saper ascoltare e comprendere informazioni
- Riconoscere l'errore come ricerca

OBIETTIVI TECNICI INDIVIDUALI SPECIFICI

- Consolidare dominio e conduzione
- Conoscere e apprendere finte e dribbling
- Tiro in porta (ludico)
- Trasmissione
- Ricezione

OBIETTIVI TECNICO/TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

PRINCIPALI CONCETTI DI GIOCO

- **1vs1 --- Fase offensiva**
 - Sviluppare un numero elevato di finte e dribbling
 - Accelerare dopo che ho superato l'avversario
- **Prima scelta-----> AVANZARE**
 - Riconoscere quando conquistare spazio in conduzione o collaborare con un compagno
- **Smarcamento luce**
 - Iniziare a riconoscere lo spazio dove si può ricevere da un compagno

OBIETTIVI CONDIZIONALI/COORDINATIVI SPECIFICI

- Consolidare gli schemi motori di base
- Equilibrio-----> stabilità nei movimenti
- Ritmo-----> Variazione del ritmo del movimento
- Rapidità
- Orientamento spazio\tempo-----> Variare il movimento o la posizione nello spazio ed intuire le traiettorie dell'attrezzo
- Reazione motoria-----> Risposta motoria ad uno stimolo
- **Adattamento motorio\Apprendimento motorio**
 - Assimilare ed acquisire movimenti e saperli modificare in base alla situazione

Cercare di mettere in pratica le capacità sviluppate in precedenza in modo più complesso e preciso, gli spostamenti devono iniziare ad avere un obiettivo.

Arrivare in uno spazio prima di un compagno, dover evitare un ostacolo o partecipare ad una staffetta palla al piede, non solo gli permetterà di sviluppare il suo spostamento con velocità e precisione ma lo porta a pensare ad una strategia.

Sviluppare forza, coordinazione ed equilibrio attraverso "salti" ma sempre con lo strumento fondamentale nel processo di crescita, la palla, ed esercizi che si sviluppano e portano al gioco.

Iniziare a fargli conoscere il passaggio e la ricezione in modo tale da dare al bambino la possibilità di iniziare a calcolare la forza necessaria per raggiungere l'obiettivo.

1. Incoraggiare la loro ambizione nel migliorarsi
2. Giochi con regole
3. Intensità negli allenamenti
4. Alternare proposte a giochi per mantenere attenzione
5. Promuovere i giochi di squadra

6. Equilibrio
7. Incoraggiare le prese di decisione semplici in progressione
8. creatività
9. Sviluppare intelligenza tramite giochi dove devono fare delle scelte (esperienza di gioco e motoria)

PULCINI 1° ANNO 2011 U10

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto delle regole
- Saper sostenere un impegno preso
- Saper riflettere e confrontarsi
- Riconoscere limiti e difficoltà e vedere un errore come ricerca per migliorare
- Saper scegliere e prendere decisioni in modo autonomo
- Saper collaborare

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Saper ascoltare e comprendere informazioni verbali e non verbali
- Saper esprimere le proprie emozioni con le giuste modalità
- Saper scegliere e prendere decisioni in modo autonomo
- Coraggio e Personalità

OBIETTIVI TECNICI INDIVIDUALI SPECIFICI

- Consolidare conduzione finta e dribbling
- Ricezione
- Trasmissione
- Difesa della palla
- Tiro in porta (ludico)

OBIETTIVI TECNICO/TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

PRINCIPI/CONCETTI DI GIOCO

- **1vs1 --- Fase offensiva**
 - Saper riconoscere ed affrontare un duello utilizzando mezzi per confondere l'avversario
 - Sviluppare un numero elevato di finte e dribbling
 - Accelerare dopo che ho superato l'avversario

- **Prima scelta-----> AVANZARE**
 - Guardare sempre avanti prima di fare la scelta
 - Atteggiamento offensivo
 - Passaggi forti- conduzione veloce
 - Saper scegliere se condurre o passare la palla

- **Smarcamento**
 - Riconoscere spazio dove ricevere
 - Zona luce-Zona ombra
 - Dare sempre una proposta a chi ha la palla

- **Sono da solo-----> Punto spazio o avversario**
 - Creare superiorità numerica
 - Capacità di gestione del pallone con avversario vicino (dominio)
 - Capire quale avversario attaccare per creare situazione pericolosa
 - Creare azioni di gioco che mettono in difficoltà la difesa avversaria

- **PADE (ESPERIENZA DI GIOCO)**
 - Capacità di RICONOSCERE cosa mi accade in torno prima che mi arrivi il pallone
 - Scelte di gioco
 - Imparare a indirizzare il proprio corpo/controllo verso la scelta che abbiamo individuato
 - Capire qual è la scelta che può far continuare l'azione di gioco
 - Mantenere il possesso

- **Gioco la palla e mi rendo utile di nuovo**
 - Riconoscere se il mio compagno è in una situazione favorevole o sfavorevole (appoggio-sostegno)
 - Quando la palla si muove io mi muovo
- **Se perdo la palla aggreisco**
 - Imparare a reagire alla perdita della palla cercando di recuperarla subito
 - Sviluppare un atteggiamento sempre positivo e offensivo
 - Capacità di reazione
 - Difendere in avanti
- **Passaggio indietro per risolvere un problema, passaggio avanti per creare un problema agli avversari**
 - Riconoscere se la situazione di gioco è favorevole o sfavorevole
 - Sviluppare la capacità di mantenere il possesso
 - Migliorare visione di gioco

OBIETTIVI CONDIZIONALI COORDINATIVI SPECIFICI

- Differenziazione e controllo motorio
- Massima frequenza del passo (Neuromuscolare)
- Equilibrio-----> stabilità nei movimenti
- Ritmo-----> Variazione del ritmo del movimento
- Rapidità
- Orientamento spazio\tempo-----> Variare il movimento o la posizione nello spazio ed intuire le traiettorie dell'attrezzo
- Reazione motoria-----> Risposta motoria ad uno stimolo
- Adattamento motorio\Apprendimento motorio
- Assimilare ed acquisire movimenti e saperli modificare in base alla situazione (Esperienza motoria)

Cercare di mettere in pratica le capacità sviluppate in precedenza in modo più complesso e preciso, gli spostamenti devono iniziare ad avere un obiettivo.

Arrivare in uno spazio prima di un compagno, dover evitare un ostacolo o partecipare ad una staffetta palla al piede, non solo gli permetterà di sviluppare il suo spostamento con velocità e precisione ma lo porta a riconoscere una strategia.

Sviluppare forza, coordinazione ed equilibrio attraverso "salti" ma sempre con lo strumento fondamentale nel processo di crescita, la palla, ed esercizi che si sviluppano e portano al gioco.

Iniziare a fargli conoscere il passaggio e la ricezione in modo tale da dare al bambino la possibilità di iniziare a calcolare la forza necessaria per raggiungere l'obiettivo.

1. Incoraggiare il loro desiderio di migliorarsi
2. Giochi con regole
3. Intensità negli allenamenti
4. Alternare proposte a giochi per mantenere attenzione
5. Promuovere i giochi di squadra
6. Equilibrio
7. Incoraggiare le prese di decisione semplici in progressione
8. Creatività
9. Sviluppare intelligenza tramite giochi dove devono fare delle scelte
10. Ampliare esperienza di gioco

PULCINI 2° ANNO 2010 U11

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto delle regole
- Saper sostenere un impegno preso
- Saper riflettere e confrontarsi
- Riconoscere limiti e difficoltà e vedere un errore come ricerca per migliorare
- Saper collaborare

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Saper ascoltare e comprendere informazioni verbali e non verbali
- Saper esprimere le proprie emozioni con le giuste modalità
- Saper scegliere e prendere decisioni in modo autonomo
- Coraggio e Personalità

OBIETTIVI TECNICI INDIVIDUALI SPECIFICI

- Consolidare conduzione finta e dribbling
- Ricezione e trasmissione
- Difesa della palla
- Tiro in porta (ludico)
- Traiettorie

OBIETTIVI TECNICO/TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

PRINCIPI/CONCETTI DI GIOCO

- **1vs1 --- Fase offensiva (CONSOLIDARLO)**
 - Saper riconoscere ed affrontare un duello utilizzando mezzi per confondere l'avversario
 - Sviluppare un numero elevato di finte e dribbling
 - Accelerare dopo che ho superato l'avversario

1vs 1--- Fase difensiva

- Apprendere la fase difensiva in un duello: Attacco-prendo posizione-temporeggio-faccio scegliere-chiudo la scelta

- **Prima scelta-----> AVANZARE (CONSOLIDARLO)**

- Guardare sempre avanti prima di fare la scelta
- Atteggiamento offensivo
- Passaggi forti- conduzione veloce
- Saper scegliere se guidare la palla o passare la palla

- **Smarcamento**

- Riconoscere spazio dove ricevere
- Zona luce-Zona ombra
- Dare sempre una proposta a chi ha la palla (DOVE)

- **Sono da solo-----> Punto spazio o avversario**

- Creare superiorità numerica
- Capacità di gestione del pallone con avversario vicino (dominio)

- Capire quale avversario attaccare per creare situazione pericolosa
- Creare azioni di gioco che mettono in difficoltà la difesa avversaria

- **PADE (STIMOLARLO CON FREQUENZA CONTINUA)**
 - Capacità di leggere cosa mi accade in torno prima che mi arrivi il pallone
 - Capacità di scelta di gioco
 - Imparare a indirizzare il proprio corpo/controllo verso la scelta che abbiamo individuato
 - Capire qual è la scelta che può far continuare l'azione di gioco

- **Gioco la palla e mi rendo utile di nuovo (STIMOLARLO CON FREQUENZA CONTINUA)**
 - Riconoscere se il mio compagno è in una situazione favorevole o sfavorevole (appoggio-sostegno)
 - Quando la palla si muove io mi muovo
- FUNINO

- **Passaggio indietro per risolvere un problema, passaggio avanti per creare un problema agli avversari**
 - Riconoscere se la situazione di gioco è favorevole o sfavorevole
 - Sviluppare la capacità di mantenere il possesso
 - Migliorare visione di gioco

- **Controllo orientato**
 - Leghiamo il gesto tecnico a una scelta
 - Orientamento del corpo in base alla scelta
 - Velocità di scelta
 - Consolidare gesto tecnico del controllo

- **Se non ho scelte, difendo la palla**
 - Capacità di difesa della palla
 - Saper usare il proprio corpo

- **Attiro da un lato per attaccare l'altro**
 - Riconoscere superiorità numerica
 - Capacità di mantenere il possesso
 - Individuare zona dove poter creare un azione pericolosa

- **Recupero la palla, gioco sicuro**

- Capacità di capire quando posso attaccare o devo costruire
- Portare la palla dove ci sono più miei compagni che avversari
- Non perdere la palla subito dopo che l'ho recuperata
- Mantenere il possesso

- **Se perdo la palla aggredisco**

- Imparare a reagire alla perdita della palla cercando di recuperarla subito
- Sviluppare un atteggiamento sempre positivo e offensivo
- Capacità di reazione

OBIETTIVI CONDIZIONALI/COORDINATIVI SPECIFICI

- Apprendimento motorio-----> Acquisizione di movimenti non conosciuti in passato
- Differenziazione e controllo-----> Controllare il movimento secondo lo scopo previsto
- Coordinazione senso motoria(occhio-mano, occhio-piede)
- Massima frequenza del passo(neuromuscolare)
- Ritmo
- Orientamento nello spazio
- Equilibrio
- Rapidità

Stimolare con frequenza il “PADE”, fargli acquisire capacità di scegliere e di individuare la scelta prima che un compagno gliela possa chiudere attraverso giochi e proposte dinamiche dove devono continuamente dover effettuare delle scelte e capire in che situazione si trovano.

Sviluppare attraverso giochi la rapidità e la frequenza (staffette, salti ecc ecc) in modo tale da arrivare alla crescita tramite il divertimento.

1. Incoraggiarli a RICONOSCERE e scegliere
2. Giochi di squadra
3. Intensità negli allenamenti
4. Equilibrio
5. Incoraggiare il loro desiderio di migliorarsi
6. Renderli autonomi
7. Stimolarli ad avere coraggio nel fare le scelte

ESORDIENTI 2° ANNO 2008 U13

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto per orari, strutture, personale
- Collaborare come squadra per raggiungere gli obiettivi
- Sentirsi partecipe di un progetto e spronare sempre chi è in difficoltà
- Usare in maniera appropriata terminologia calcistica
- Collaborazione

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Saper ascoltare e comprendere informazioni verbali e non verbali
- Saper esprimere le proprie emozioni con le giuste modalità
- Saper scegliere e prendere decisioni in modo autonomo
- Coraggio e Personalità
- Autostima

OBIETTIVI TECNICI SPECIFICI

- Guida in dominio
- Trasmissione
- Ricezione
- Colpo di testa
- Rimessa laterale
- Tiro in porta

OBIETTIVI TECNICI/TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

PRINCIPI/CONCETTI DI GIOCO

- **Smarcamento**

- Situazioni di gioco in parità numerica dove ci sia la necessità di provare ad eludere una marcatura con tagli, sovrapposizioni, fuori linea e smarcamenti alle spalle

- **Presenza di posizione**

- Situazioni di gioco ed esercitazioni che prevedono spostamenti combinati a due e più giocatori per contrastare l'avanzamento di avversari da diverse direzioni

- **Controllo e difesa della palla**

- Esercitazioni che prevedono un attacco al portatore in seguito ad una ricezione con direzioni di sviluppo gioco differenti

- Duelli per mantenere il possesso in spazi larghi e stretti

- Situazioni di gioco dove sia presente l'obbligo di mantenere la palla coperta per l'arrivo di un compagno

- **Marcamento e contrasto**

- Duelli e situazioni dove ci sia una marcatura a uomo

- Situazioni in inferiorità (per i difendenti) con la palla che passa da una zona all'altra

- **Intercettazione**

- partite a tema con zone di transizione palla dove si può solo intercettare partite a tema con zone di transizione palla dove si può solo intercettare

- esercitazioni e situazioni per attaccare una linea di passaggio

- **Scaglionamento**

- per i difensori situazioni dove applicare il concetto di coperture, triangolo difensivo dare la corretta copertura

- per gli attaccanti situazioni dove attaccare su più linee, dare al possessore giocate in diagonale e non in orizzontale

- **Penetrazione**

- esercitazioni/situazioni con attacco alla profondità con particolare attenzione ai tempi di gioco

- **Ampiezza**

- esercitazioni e partite per imparare ad usare tutta l'ampiezza del campo (possesso mi allargò)

- **Concentrazione**

- per i difendenti imparare a gestire la transizione da possesso larghi a non possesso stretti

- **Mobilità**

- partite e esercitazioni con spazi da attraversare e da non occupare

OBIETTIVI CONDIZIONALI/COORDINATIVI SPECIFICI

- Forza
- Differenziazione e controllo-----> Controllare il movimento secondo lo scopo previsto
- Apprendimento gesti
- Lateralizzazione
- Resistenza
- Orientamento nello spazio
- Equilibrio
- Rapidità

1. Stimolare il Pensare prima di ricevere
2. Equilibrio
3. Resistenza
4. Intensità negli allenamenti
5. Proposte dinamiche sottoforma di partite/possessi
6. Incoraggiare Autonomia
7. Incoraggiare la loro voglia di crescere e apprendere
8. Incoraggiare a mantenere il possesso della palla
9. Coraggio e personalità

ESORDIENTI 1° ANNO 2009 U12

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Rispetto per orari, strutture, personale
- Collaborare come squadra per raggiungere gli obiettivi
- Sentirsi partecipe di un progetto e spronare sempre chi è in difficoltà
- Usare in maniera appropriata terminologia calcistica
- Collaborazione

OBIETTIVI PSICOLOGICI

- Voglia di apprendere
- Saper ascoltare e comprendere informazioni verbali e non verbali
- Saper esprimere le proprie emozioni con le giuste modalità
- Saper scegliere e prendere decisioni in modo autonomo
- Coraggio e Personalità
- Autostima

OBIETTIVI TECNICI SPECIFICI

- Guida in dominio
- Trasmissione
- Ricezione
- Colpo di testa
- Rimessa laterale
- Tiro in porta
- Contrasto

OBIETTIVI TECNICI/TATTICI INDIVIDUALI SPECIFICI

PRINCIPI/CONCETTI DI GIOCO

- **Smarcamento**

- Situazioni di gioco in parità numerica dove ci sia la necessità di provare ad eludere una marcatura con tagli, sovrapposizioni, fuori linea e smarcamenti alle spalle

- **Presenza di posizione**

- Situazioni di gioco ed esercitazioni che prevedono spostamenti combinati a due e più giocatori per contrastare l'avanzamento di avversari da diverse direzioni

- **Controllo e difesa della palla**

- Esercitazioni che prevedono un attacco al portatore in seguito ad una ricezione con direzioni di sviluppo gioco differenti

- Duelli per mantenere il possesso in spazi larghi e stretti

- Situazioni di gioco dove sia presente l'obbligo di mantenere la palla coperta per l'arrivo di un compagno

- **Marcamento e contrasto**

- Duelli e situazioni dove ci sia una marcatura a uomo

- Situazioni in inferiorità (per i difendenti) con la palla che passa da una zona all'altra

- **Intercettamento**

- partite a tema con zone di transizione palla dove si può solo intercettare partite a tema con zone di transizione palla dove si può solo intercettare

- esercitazioni e situazioni per attaccare una linea di passaggio

- **Scaglionamento**

- per i difensori situazioni dove applicare il concetto di coperture, triangolo difensivo dare la corretta copertura

- per gli attaccanti situazioni dove attaccare su più linee, dare al possessore giocate in diagonale e non in orizzontale

- **Penetrazione**

- esercitazioni/situazioni con attacco alla profondità con particolare attenzione ai tempi di gioco

- **Ampiezza**

- esercitazioni e partite per imparare ad usare tutta l'ampiezza del campo (possesso mi allargò)

- **Concentrazione**

- per i difendenti imparare a gestire la transizione da possesso larghi a non possesso stretti

- **Mobilità**

- partite e esercitazioni con spazi da attraversare e da non occupare

OBIETTIVI CONDIZIONALI/COORDINATIVI SPECIFICI

- Forza
- Differenziazione e controllo-----> Controllare il movimento secondo lo scopo previsto
- Apprendimento gesti
- Lateralizzazione
- Resistenza
- Orientamento nello spazio
- Equilibrio
- Rapidità

1. Stimolare il Pensare prima di ricevere
2. Equilibrio
3. Resistenza
4. Intensità negli allenamenti
5. Proposte dinamiche sottoforma di partite/possessi
6. Incoraggiare Autonomia
7. Incoraggiare la loro voglia di crescere e apprendere
8. Incoraggiare a mantenere il possesso della palla
9. Coraggio e personalità

IL NOSTRO MODELLO



Fissati i principi cercheremo di dare piu esperienze di gioco possibile ai nostri ragazzi per cercare di fargli riconoscere tutte le situazioni che gli si creano durante il gioco dandogli la possibilità di risolverle in modo corretto.

Tutte le nostre squadre devono cercare di proporre un gioco offensivo e tecnico , senza nessuna paura di sbagliare , devono avere coraggio e riuscire a dominare il gioco con personalità, essere creativi e propositivi cercando di mettere a disposizione dei compagni il bagaglio tattico individuale di ognuno.

Gli allenatori devono cercare di trasmettere ad ognuno di loro una cultura del gioco positiva e propositiva,cercando di farli arrivare al risultato attraverso la crescita e la formazione individuale di ogni singolo componente del gruppo.

“SE SI VINCE BENE,SE SI PERDE NON SUCCEDE NULLA”

**QUALI MEZZI UTILIZZIAMO PER
SVILUPPARE I NOSTRI OBIETTIVI ?**

- RONDOS
- GIOCHI DI POSIZIONE/POSSESSI ORIENTATI
- SITUAZIONI DI GIOCO
- PARTITE A TEMA
- TECNICA PROPEDEUTICA/CIRCUITI TECNICI
- SSG
- PARTITA

**“L’INTEGRAZIONE FRA LE FUNZIONI NEUROLOGICHE E QUELLE
MOTORIE DETERMINA COME PROPRIETA’ EMERGENTE LA
PRESTAZIONE AGONISTICA”**

Quindi

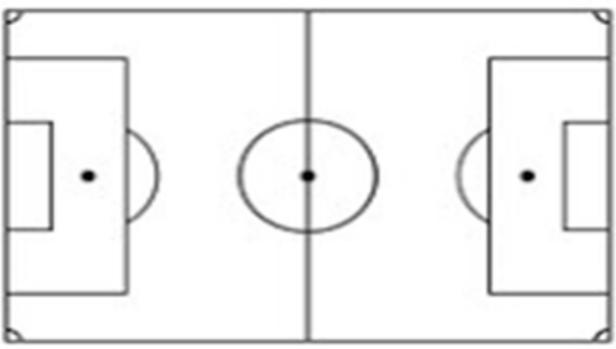
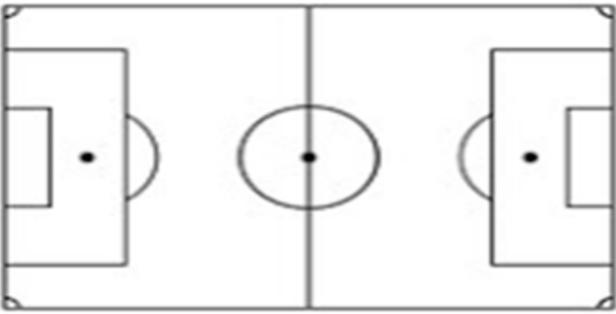
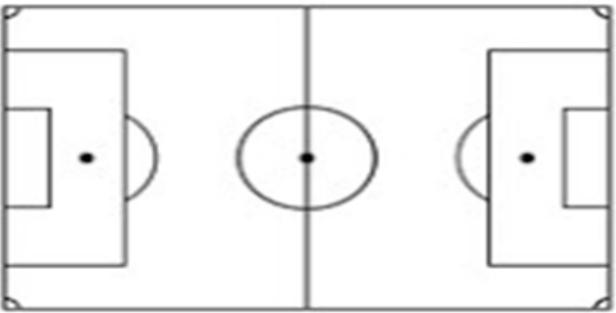
**AFFRONTARE GLI OBIETTIVI IN MANIERA INTEGRATA PORTA ALLA
CRESCITA DI OGNI SINGOLO RAGAZZO/ATLETA!!!**

LA NOSTRA METODOLOGIA



- Le nostre sedute di allenamento devono avere un filo conduttore, ci diamo degli obiettivi da raggiungere in quella seduta e li sviluppiamo durante tutto l'arco dell'allenamento attraverso i mezzi operativi.
- In tutte le proposte dobbiamo mettere nelle condizioni di “SCEGLIERE” il bambino, NON proponiamo esercitazioni con soluzioni o giocate predefinite, la soluzione la devono SEMPRE trovare loro.
- Cerchiamo di mettere ogni bambino di fronte ad ostacoli che può riuscire a superare in quel momento di crescita.
- Divisione per livello: Stesso obiettivo ma con proposte adatte al livello di ogni bambino.
- L'insuccesso è un “EVENTO” necessario a maturare esperienza, non bisogna considerarlo un elemento negativo che “disturba” l'APPRENDIMENTO.
- Tanta più esperienza pratica si fa acquisire al giocatore, tanto maggiore sarà la possibilità che risponda correttamente ai problemi posti durante la partita.
- Durante il “GIOCO A TEMA” l'allenatore deve correggere i giocatori ricordando o suggerendo i compiti individuali o collettivi.
- Cerchiamo di tenere alto il ritmo e l'intensità dell'allenamento
- Continuità e progressività durante la stagione del CARICO COGNITIVO
- L'esperienza e la conoscenza del gioco sono il fondamento dei processi inconsapevoli che realizzano le prese di decisione ——— > TECNICA AL SERVIZIO DEI PROCESSI DECISIONALI



PROGRAMMA DI ALLENAMENTO		ALLENATORI	ASSENTI		
					
		DATA			
		N SEDUTA			
		CATEGORIA			
Attrezzatura:					
OB.TECNICI					
PRINCIPI/CONCETTI DI GIOCO					
OB.COORDINATIVI					
MEZZO OPERATIVO		DURATA		DESCRIZIONE	
					
MEZZO OPERATIVO		DURATA		DESCRIZIONE	
					
MEZZO OPERATIVO		DURATA		DESCRIZIONE	
					
NOTE					

PIGONI CORRADO : Resp.tecnico cat. ESORDIENTI

ZAMBELLI FEDERICO: Resp.tecnico cat: PULCINI,PRIMI CALCI,PICCOLI AMICI