



Associazione Italiana Allenatori Calcio
Gruppo Provinciale Novara e Vco



Corso di Tecnica e Tattica Attività di Base

***Dai Piccoli Amici agli Esordienti:
che cosa fare?***

ROSSINI EMILIANO

SALSA MARTINO

PREMESSA 1:

- Il “lavoro” dell’istruttore nel settore giovanile è complesso perché, per poterlo svolgere al meglio, occorrono conoscenze *tecniche, tattiche, fisiche, educative, psicologiche, pedagogiche e comunicative*, tenendo sempre in considerazione la fascia d’età a cui ci si rivolge.

PREMESSA 2:

- **Attraverso il gioco del calcio dobbiamo essere bravi a far crescere i giovani talenti, ma non possiamo trascurare le esigenze di chi è meno dotato, dobbiamo comunque saper infondere:**
 - *Le giuste motivazioni*
 - *I corretti valori*
 - *Aver cura di farli giocare e divertire*

PREMESSA 3:

- La nostra “missione” è quindi educativa, dobbiamo aiutare l'allievo a raggiungere la maturità umana, senza spersonalizzarlo con condizionamenti non giusti.

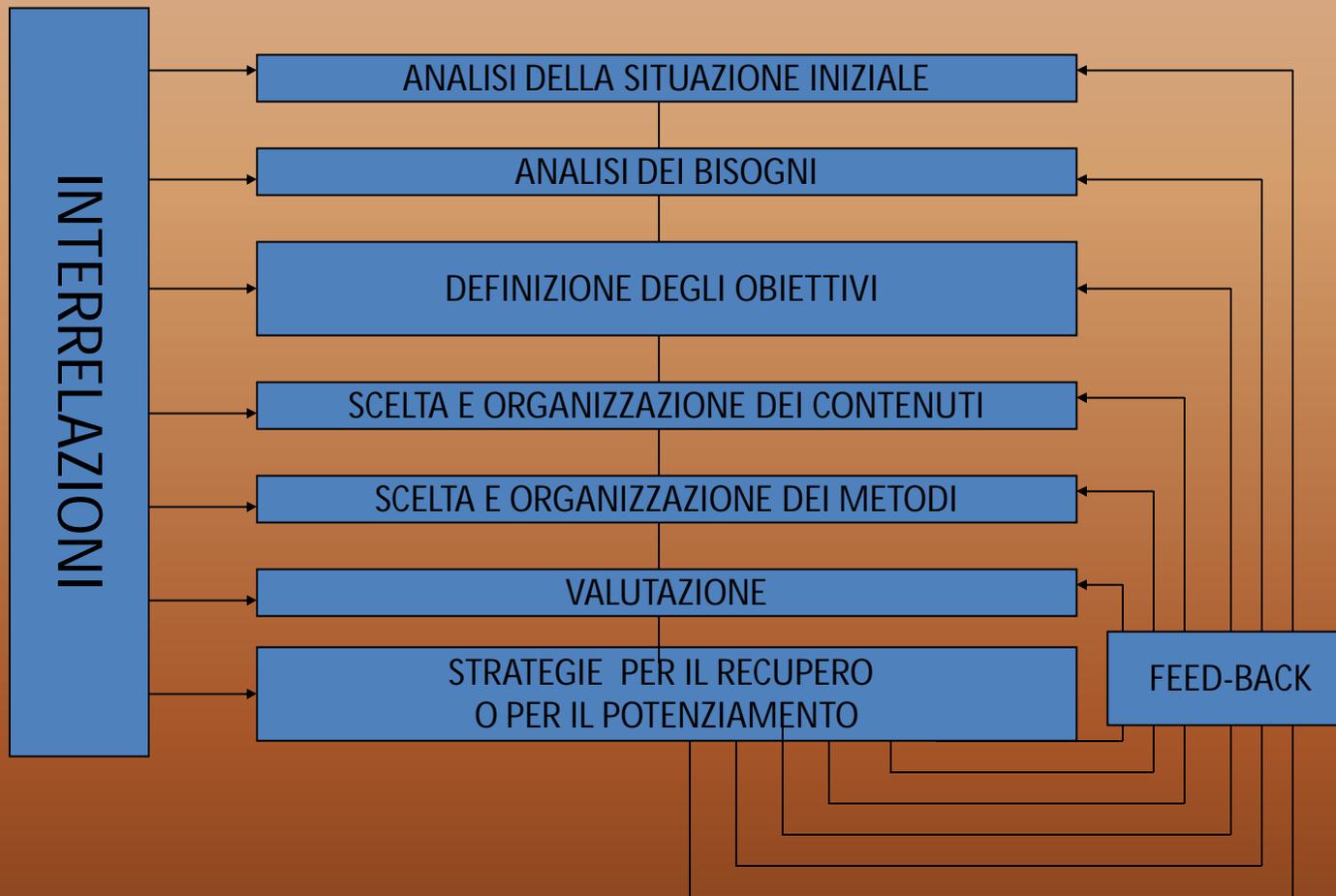
L'INTERVENTO EDUCATIVO:

- **NON** va lasciato al caso;
- **NON** può essere improvvisato;
- **DEVE** essere programmato.

LA PROGRAMMAZIONE..

..è l'insieme delle decisioni e delle procedure che la società sportiva e l'istruttore/allenatore concordano, elaborano e realizzano, in riferimento agli obiettivi da raggiungere, al fine di pianificare le occasioni di apprendimento.

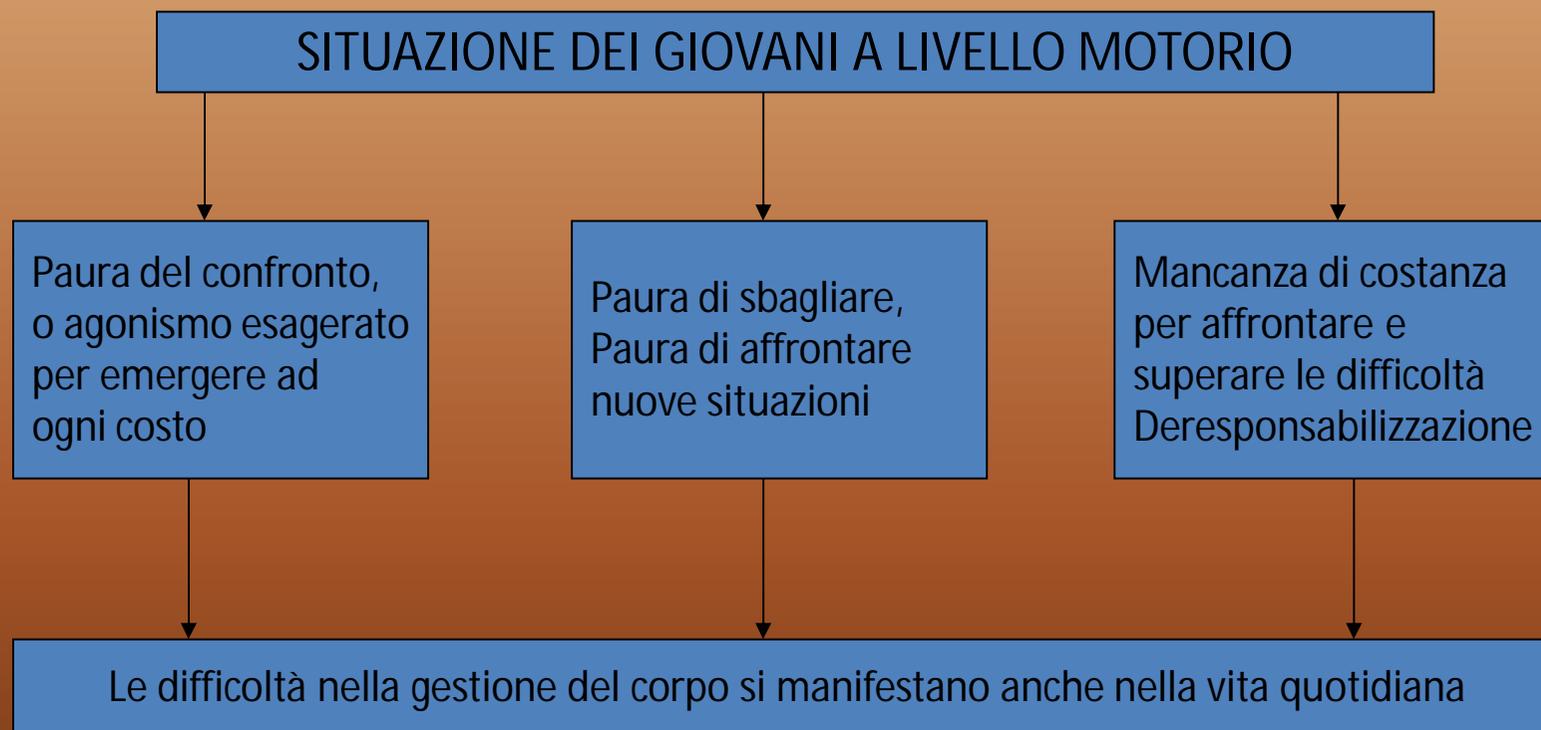
LE FASI DELLA PROGRAMMAZIONE



ANALISI DELLA SITUAZIONE INIZIALE

- Occorre prima di tutto conoscere gli allievi tenendo conto della loro personalità che può essere, in modo semplificativo, divisa in quattro aspetti che dobbiamo conoscere:
 - Motorio
 - Sociale
 - Emotivo e Cognitivo

SITUAZIONE ATTUALE DEI GIOVANI A LIVELLO MOTORIO



SITUAZIONE ATTUALE DEI GIOVANI A LIVELLO SOCIALE



EQUILIBRIO PSICOLOGICO ATTRAVERSO IL CORPO



CONOSCENZA DEGLI ALLIEVI

Fin dall'inizio si cercherà di individuare per i vari gruppi di Settore Giovanile i livelli generali di:

- *Interesse* (per la tipologia di attività motorie e sportive proprie della disciplina);
- *Impegno e motivazione* (nel comprendere e attuare gli atti e nel controllare i risultati);
- *Capacità motorie* (funzionali e strutturali);
- *Abilità* (schemi corporeo-motori fondamentali);
- *Cognizioni ed emozioni* (relative alle tematiche proprie della educazione fisica e sportiva);
- *Rapporti interpersonali* (amicizia, collaborazione)

CONOSCERE I BAMBINI DI OGGI

I bambini di oggi si muovono molto poco.

Hanno poche esperienze corporee.

Hanno pochi stimoli corporei

Hanno pochi stimoli motori.



Durante la seduta di allenamento devo farli muovere il più possibile!!!

Per farli muovere spesso la seduta di allenamento **non** deve avere:

- Regole troppo rigide
- Spiegazioni troppo lunghe ed astratte
- Deve saper coinvolgere tutti i bambini
- Deve essere sempre stimolante sia per i bambini più abili che per i meno dotati
- Deve prevedere giochi con obiettivi ne troppo complicati ne troppo semplici

DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI (dove vogliamo andare)

Occorre definire e declinare in comportamenti osservabili gli *obiettivi*:

- *Motori*
- *Tecnico/Tattici*
- *Emotivo-affettivi*
- *Socio-relazionali*

che si vogliono perseguire.

In seguito vanno costruite le unità di lavoro (didattiche) e definiti i tempi.

GLI OBIETTIVI "MOTORI" GENERALI DEL GIOCO DEL CALCIO



GLI OBIETTIVI "MOTORI" GENERALI DEL GIOCO DEL CALCIO

CAPACITA' MOTORIE

CAPACITA' COORDINATIVE NEL
GIOCO DEL CALCIO

Anticipazione motoria
Reazione a stimoli
•Acustici
•visivi
Equilibrio
Combinazione
Orientamento
Differenziazione
 Spazio/temporale
Anticipazione
Fantasia motoria
Adattamento e
 trasformazione
Ritmo

IL LINGUAGGIO NEL GIOCO DEL CALCIO



GLI OBIETTIVI DI GENERALI DI "TECNICA CALCISTICA" DEL S.G.

TECNICA CALCISTICA

TECNICA DI BASE

- Calciare
- Arrestare
- Guidare (dominare)
- Contrasto
- Colpo di testa
- Rimessa laterale
- Tecnica del portiere

GLI OBIETTIVI GENERALI DI “TATTICA INDIVIDUALE” NEL GIOCO DEL CALCIO

IN FASE DI POSSESSO	IN FASE DI NON POSSESSO
<ul style="list-style-type: none">•Smarcamento•Difesa e protezione della palla•Passaggio•Finta e dribbling•Guida della palla•Tiro in porta	<ul style="list-style-type: none">•Presenza di posizione•Intercettamento e/o anticipo• Marcatura e Contrasto•Difesa della porta

OBIETTIVI GENERALI CATEG. "PICCOLI AMICI" (6-8 ANNI)

CATEGORIA "PICCOLI AMICI" (6/8 ANNI)

"Io e il mio corpo"

Conoscenza del proprio corpo

- Sviluppo delle capacità senso percettive.
- Sviluppo degli schemi posturali.
- Sviluppo degli schemi motori di base.

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PICCOLI AMICI" (6-8 ANNI)

Obiettivi tecnici

- Non buttare via la palla;
- Conduzione della palla con le varie parti del piede
- Modi di calciare la palla ("interno" e "interno collo");
- Ricezione (pianta e interno piede)
- Abilità combinate

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PICCOLI AMICI" (6-8 ANNI)

Obiettivi tattici individuali

- Situazioni di gioco di 1 contro 1 (fase offensiva e difensiva);
- Insegnamento e scoperta della finta e del dribbling;
- Far acquistare fiducia e coraggio nel fermare e contrastare l'avversario.

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PICCOLI AMICI" (6-8 ANNI)

Obiettivi tattici collettivi

- Introduzione della **collaborazione** con i compagni per andare oltre l'avversario (2 contro 1 – 3 contro 1);
- Affrontare l'avversario uno alla volta;
- Scoperta di zona di attacco e zona di difesa nel 4 contro 4.

OBIETTIVI GENERALI CATEG. "PULCINI" (8-10 ANNI)

CATEGORIA "PULCINI" (8/10 ANNI)

"Io, il mio corpo e la palla"

Padronanza del proprio corpo

Sviluppo delle capacità motorie



Concetto di schema corporeo

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PULCINI" (8-10 ANNI)

Obiettivi tecnici

- Dominio e sensibilità con le diverse parti del piede;
- Conduzione della palla con tutte le superfici del piede;
- Calciare la palla di collo-piede e di interno-collo orientando la traiettoria;
- Ricevere la palla con interno ed esterno piede, orientando il controllo;
- Finta e dribbling (forbice semplice, forbice composta, ecc);
- Colpire la palla di testa mantenendo i piedi a contatto con il terreno.

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PULCINI" (8-10 ANNI)

Obiettivi tattici individuali

- Protezione della palla
- Marcamento del giocatore con o senza palla
- Smarcamento ("Andare in zona luce")
- Situazioni di 1 contro 1 e 2 contro 1
 - Scelta del dove, come e quando usare il dribbling o il passaggio;

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "PULCINI" (8-10 ANNI)

Obiettivi tattici collettivi

- Ricerca delle soluzioni adeguate nel 2 contro 2
 - In fase offensiva (uno-due – tagli – sovrapposizione...)
 - In fase difensiva (attacco e copertura);
- Scoperta dei movimenti offensivi e difensivi nel 5 contro 5 e nel 7 contro 7.

OBIETTIVI GENERALI CATEG. "ESORDIENTI" (10-12 ANNI)

CATEGORIA "ESORDIENTI" (10/12 ANNI)

"Io, il mio corpo, la palla e i compagni"

Educazione polisportiva (polivalente e multilaterale)

Sviluppo delle abilità motorie

→ *Concetto di polivalenza*

→ *Concetto di multilateralità*

→ *Concetto di polisportività*

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "ESORDIENTI" (10-12 ANNI)

Obiettivi tecnici

- Conduzione della palla (interno, collo, esterno piede);
- Calciare la palla con tutte e due i piedi orientando la traiettoria della palla (collo-piede e interno collo);
- Esecuzione di controlli orientati;
- Tiro in porta (da fermo ed in movimento);
- Finta e dribbling aumentando la velocità di esecuzione;
- Gioco di testa in elevazione sul posto;
- Colpire la palla al volo
 - Controllo con la coscia e con il petto;
 - Colpire la palla al volo;
 - Colpire la palla di controbalzo;
 - Eseguire lanci;
- Eseguire la rimessa laterale.

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "ESORDIENTI" (10-12 ANNI)

Obiettivi Tattici individuali

- Protezione della palla
- 1 contro 1
 - In fase difensiva (attacco al portatore di palla e temporeggiamento);
 - In fase offensiva (Finta e dribbling in velocità).
- Smarcamento
 - Movimento per dettare il passaggio;
 - Smarcamento in sovrapposizione;
 - Eseguire l'uno-due per superare l'avversario.
- Occupazione efficace della zona pericolosa in fase difensiva.

OBIETTIVI SPECIFICI CATEG. "ESORDIENTI" (10-12 ANNI)

Obiettivi Tattici Collettivi

- Pressing
 - Movimenti organizzati finalizzati al recupero della palla.
- Insegnamento e scoperta del fuorigioco
- Conoscenza dei principali sistemi di gioco
- Conoscenza e insegnamento dei principi della difesa
 - A zona
 - A uomo
 - Mista

SCELTA E ORGANIZZAZIONE DEI CONTENUTI

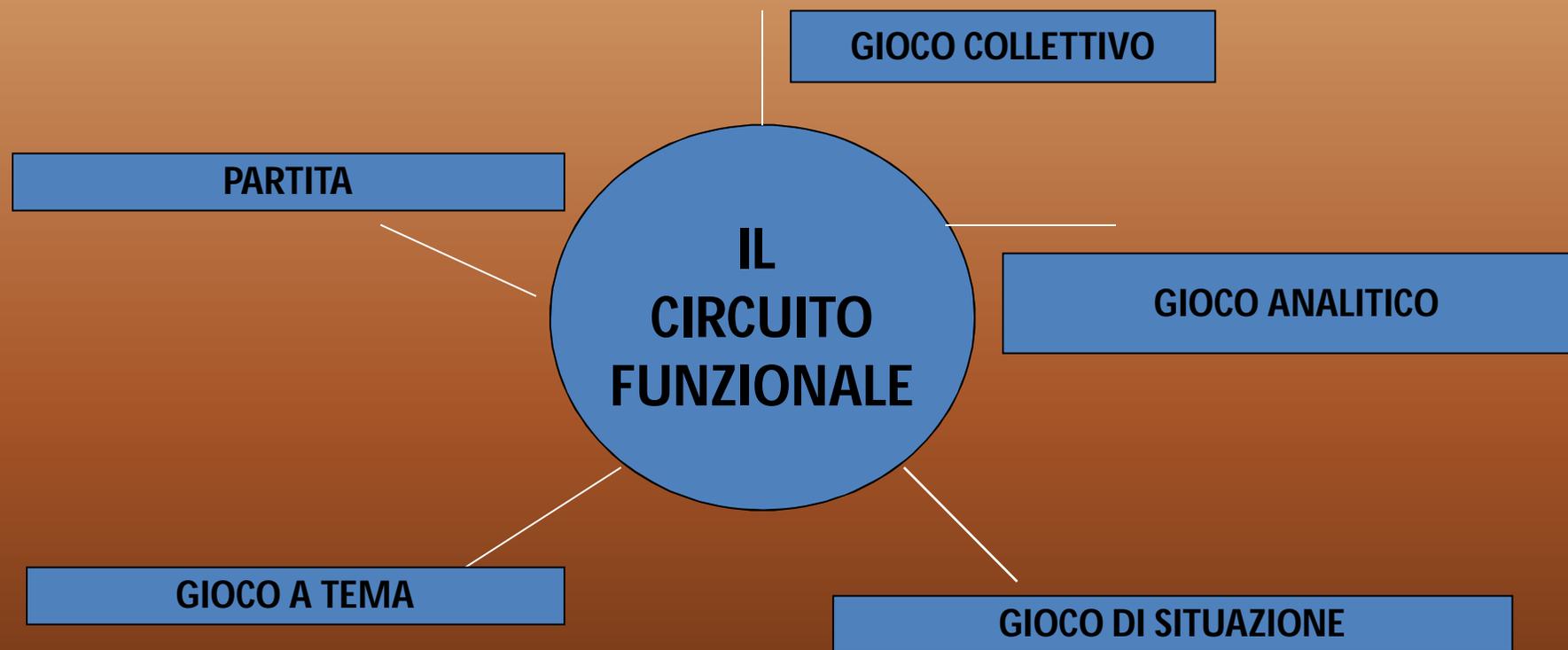
(quale mezzo utilizzare?)

- I contenuti rappresentano le attività motorie e sportive che l'allenatore propone concretamente ai giocatori;
- Attraverso queste attività si raggiungono gli obiettivi specifici e si acquisiscono i nuovi comportamenti motori (competenze tecnico-tattiche);
- La scelta delle attività è funzionale al conseguimento degli obiettivi stabiliti a priori per la seduta di allenamento o per l'unità di lavoro.

IL GIOCO

- E' lo STRUMENTO che più devo utilizzare nelle mie proposte;
- E' lo STRUMENTO attraverso il quale devo migliorare le capacità tecniche e tattiche del bambino;
- Sarà tanto più efficace, quanto più saranno gli *elementi propedeutici* al gioco del calcio presenti al suo interno.

ORGANIZZAZIONE DELLA SEDUTA DI ALLENAMENTO



COLLETTIVO

Gioco che impegna e coinvolge contemporaneamente tutti gli allievi, con la finalità di raggiungere lo stesso obiettivo.

ANALITICO

Gioco specifico per l'apprendimento, il miglioramento ed il consolidamento delle gestualità tecniche.

SITUAZIONALE

Gioco in cui si vengono a creare una o più situazioni di gioco simili alla partita.

A TEMA

Gioco con determinate regole e vincoli da rispettare in funzione dell'obiettivo da raggiungere.

LA PARTITA

Partita libera senza vincoli particolari, con un numero di giocatori e dimensioni del campo, proporzionate all'età, alle capacità tecniche degli allievi ed in funzione degli obiettivi da raggiungere.

**Un organizzazione "mirata" del lavoro sposta
l'accento dal semplice**

"cosa far fare"

ai propri allievi, al più complesso

"cosa si vuole ottenere"

dai nostri allievi!!!!!!