



# CORSO DI FORMAZIONE ED AGGIORNAMENTO ATTIVITA' DI BASE

**RELATORI:**

**ADRIANO TERRONI**  
Allenatore di base UEFA B

**MASSIMO GERVASONI**  
Allenatore di base UEFA B  
Preparatore dei portieri  
Iscritto A.I.A.P.

**Novara 13-20-27 Gennaio 2014**



## PROGRAMMA DEL CORSO:

**TUTTE LE SERATE AVRANNO INIZIO ALLE 20.30**

Lunedì 13 Gennaio - **LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE NELL'ATTIVITA' DI BASE  
PULCINI & ESORDIENTI CHE FARE?** Adriano Terroni

- **LAVORARE CON I GIOVANI PORTIERI** Massimo Gervasoni

Lunedì 20 Gennaio – **PULCINI & ESORDIENTI COME FARE?** Adriano Terroni

- **ESORDIENTI METODOLOGIA E DIDATTICA  
NEL PASSAGGIO DAL GIOCO A 9 A 11.** Simone Fusaro  
Allenatore UEFA B  
Novara Calcio

Lunedì 27 Gennaio – **PULCINI & ESORDIENTI COME FARE** (Attività Dimostrativa  
sul Campo) presso Pala Dal Lago.

Adriano Terroni – Massimo Gervasoni – Rinaldo Piraccini



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO - cosa devo avere -

- Passione per il calcio e lo sport in generale
- Attitudine alla relazione
- Equilibrio comportamentale
- Riferimento positivo
- Atteggiamento propositivo
- Desiderio di migliorare **SEMPRE.**



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO - cosa posso apprendere-

- Metodologie d'allenamento
- Competenze Tecniche
- Competenze Tattiche
- Competenze Organizzative e di Pianificazione
- Competenze nella modalità di relazione



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO – scopi ed abilità–

- Utilizzare le abilità dei singoli e finalizzarli al raggiungimento di un obiettivo comune.
- Far condividere e riconoscere l'obiettivo comune come punto per il miglioramento individuale.
- Abile nel motivare
- Abile nel supportare gli elementi in difficoltà
- Abile nel gestire i problemi con soluzioni ad hoc



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO - comportamenti-

- Dimenticarsi 'IO' ed usare sempre 'NOI'
- Dare regole comportamentali inderogabili
- Promuovere il senso di appartenenza al gruppo e all'altruismo
- Dissinnesicare sul nascere atteggiamenti individualistici
- Creare una relazione e un confronto positivo con i Genitori.



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO - comportamenti-

- Conoscere e saper insegnare la Tecnica
- Saper correggere la Tecnica
- Promuovere l'espressione e la creatività individuale
- Promuovere la collaborazione tra i ragazzi nello sviluppo del gioco/allenamento
- Programmare un piano di lavoro strutturato nelle sedute finalizzato ad un obiettivo



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO

- L'istruttore deve considerare **Soggetto** e non **Oggetto** il giovane calciatore
- L'obiettivo è **istruire** e **consolidare** le capacità del giovane calciatore
- Trasmettere semplici **concetti** ed aggiungerne solo dopo che i primi siano stati assimilati, sia dal singolo che dalla squadra



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -PULCINI-

- La fascia d'età dagli 7-10 anni è il periodo migliore per apprendere ed è in questa fascia d'età che l'allenamento tecnico/didattico diventa fondamentale per formare una base per il biennio successivo



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -ESORDIENTI-

- Questa è una fase molto delicata nella crescita del giovane calciatore in quanto, la differenza fisico atletica con gli altri comincia a evidenziarsi tra il tardivo e il precoce.
- Ed è proprio in questo periodo che la figura dell'istruttore deve essere **centrale**, senza favorire alcuni (precoci) a discapito di altri (tardivi) nel nome del risultato
- In questa fase è fondamentale il percorso atletico e coordinativo proposto



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -ESORDIENTI-

- Cominciano a crearsi aspettative per la maggior parte generate da altri
- Cominciano ad essere influenzati da comportamenti d'insofferenza sia verso l'arbitro verso gli avversari e anche sulle decisioni dell'Istruttore



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -SVILUPPO ABILITA' TECNICHE-

- La ripetitività **CORRETTA** dell'esercizio o del gesto tecnico genera una memorizzazione dello stesso
- Gestire una prima fase dell'apprendimento del gesto e poi richiederne lo svolgimento con intensità
- Sviluppare l'attività tecnica su entrambe le lateralità



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -SVILUPPO ABILITA' TECNICHE-

- Dominio della Palla (controllo da fermo e in movimento)
- Arresto della palla (da fermo e in movimento)
- Trasmissione della palla ( da fermo e in movimento)
- La variabile **INTENSITA'** conferisce il grado di difficoltà



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -SVILUPPO ABILITA' TECNICHE-

### **Concetti fondamentali per una seduta**

- Intensità progressiva e pianificata per ogni esercizio
- No zone morte, no code d'attesa
- Esercizi ludici/tecnici che sviluppino competizione
- Partite a tema che richi amino un'attività svolta nell'allenamento
- Partite a schema libero creatività/individualità



## LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO -SVILUPPO ABILITA' TECNICHE-

- **ATTENZIONE!!!!** l'errore più comune è richiedere Ripetitività ed Intensità su un gesto **NON CORRETTO**

E' fondamentale che i ragazzi eseguano esattamente il gesto come richiesto dall'Istruttore

Una volta consolidato, l'espressione e la creatività andrà ad aggiungere un plus personale.



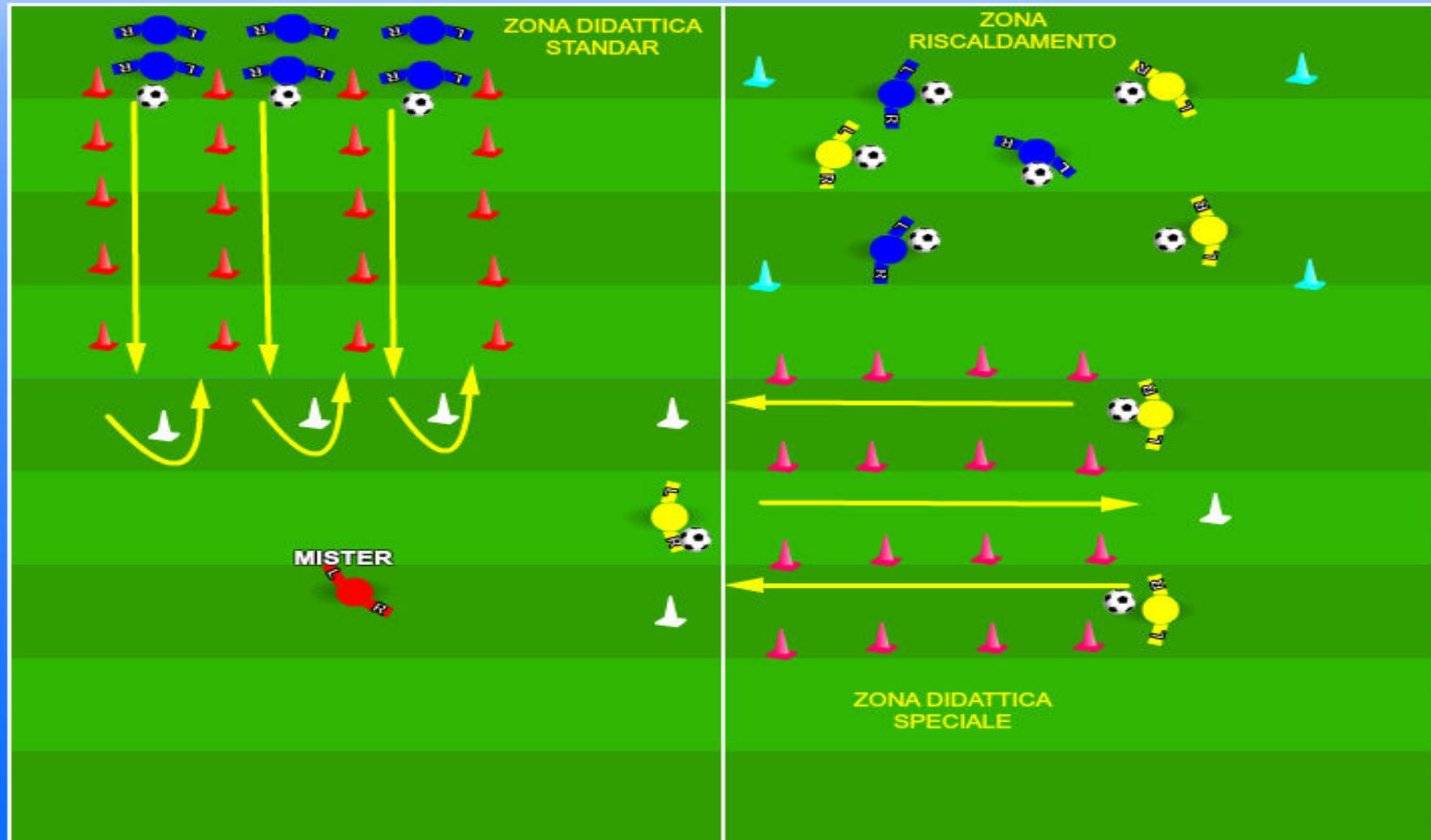
# LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO

## SCHEMA di BASE



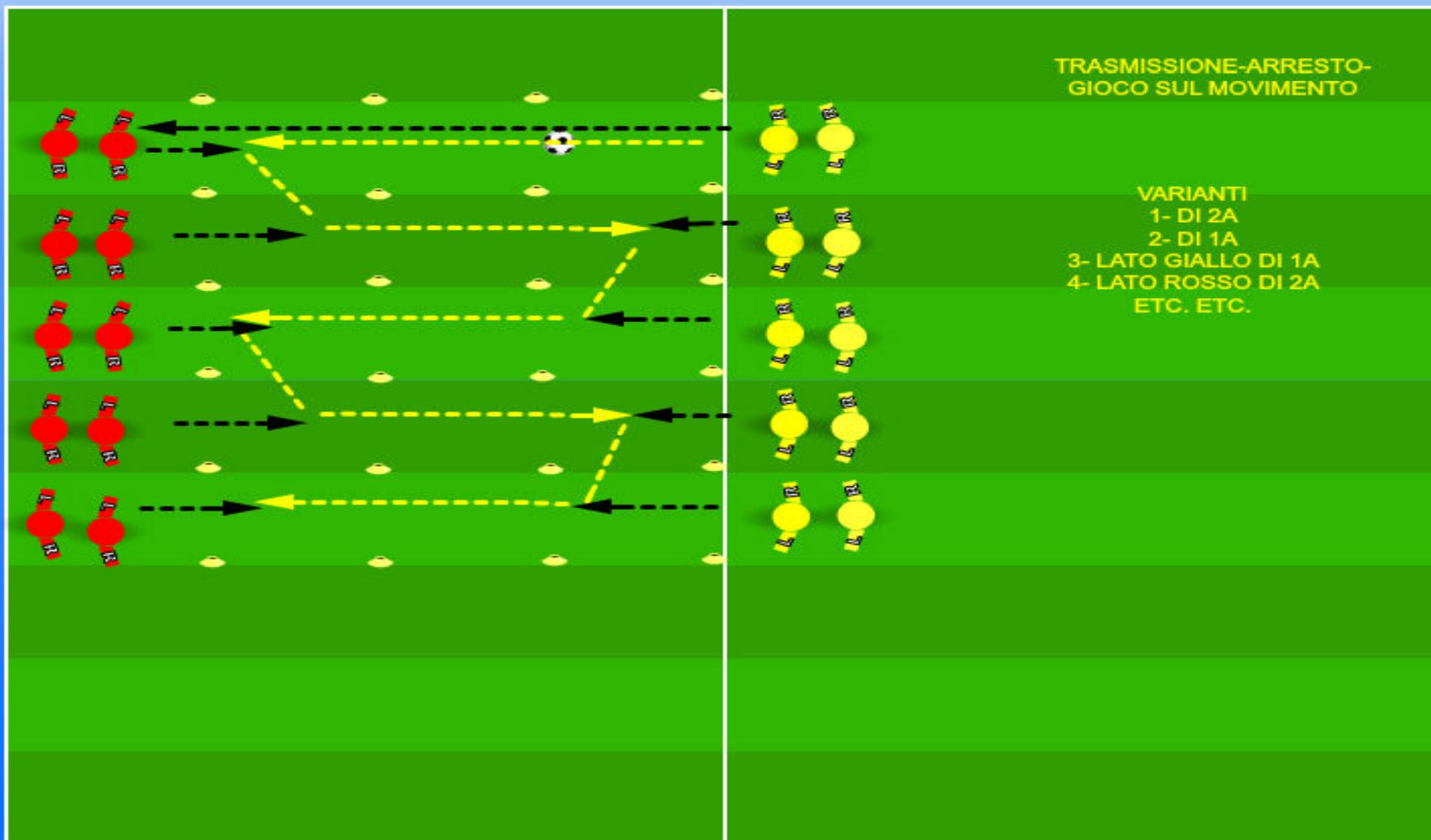


# LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO SVILUPPO SEDUTA



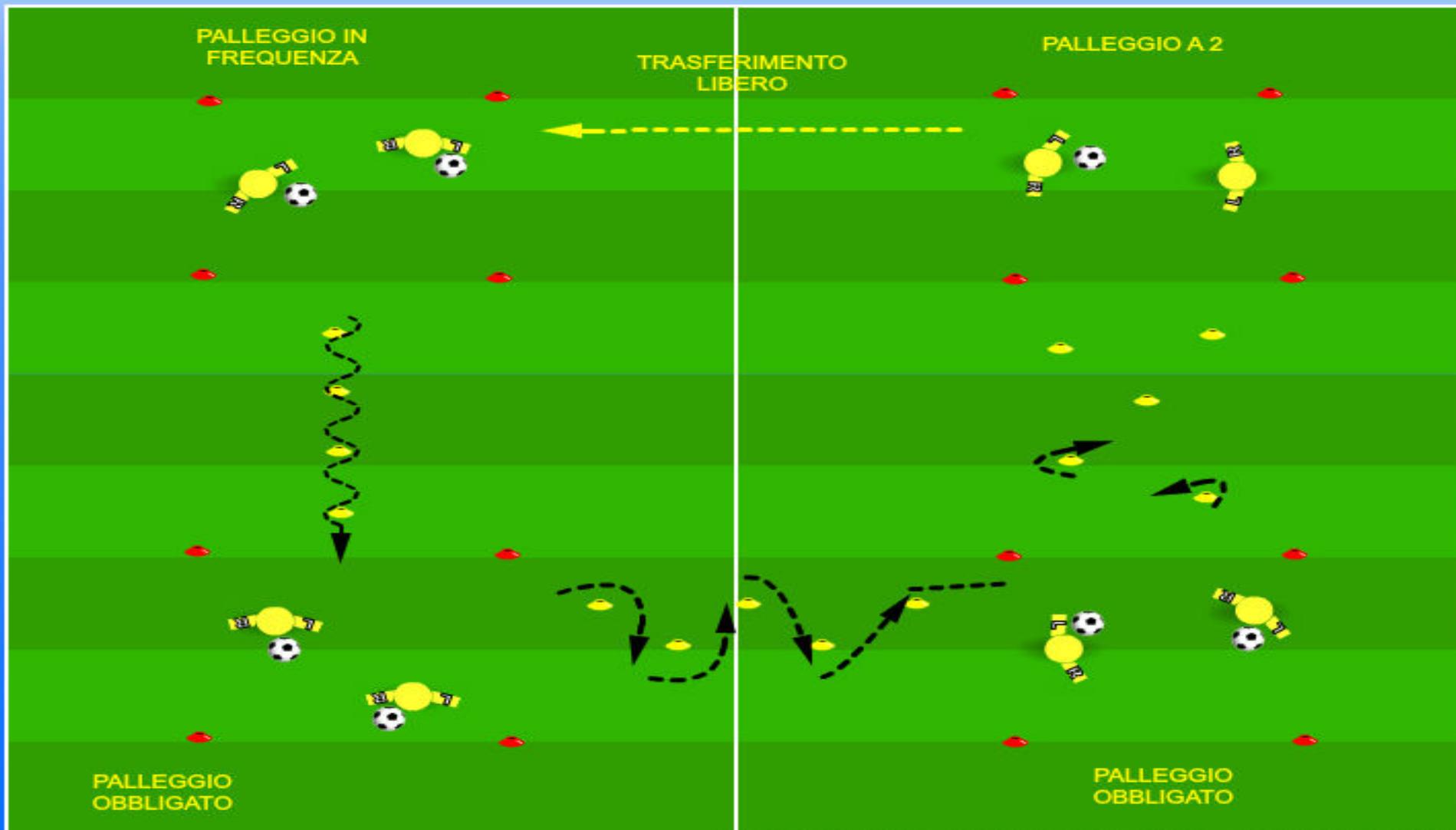


# LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO GABBIE o CORSIE





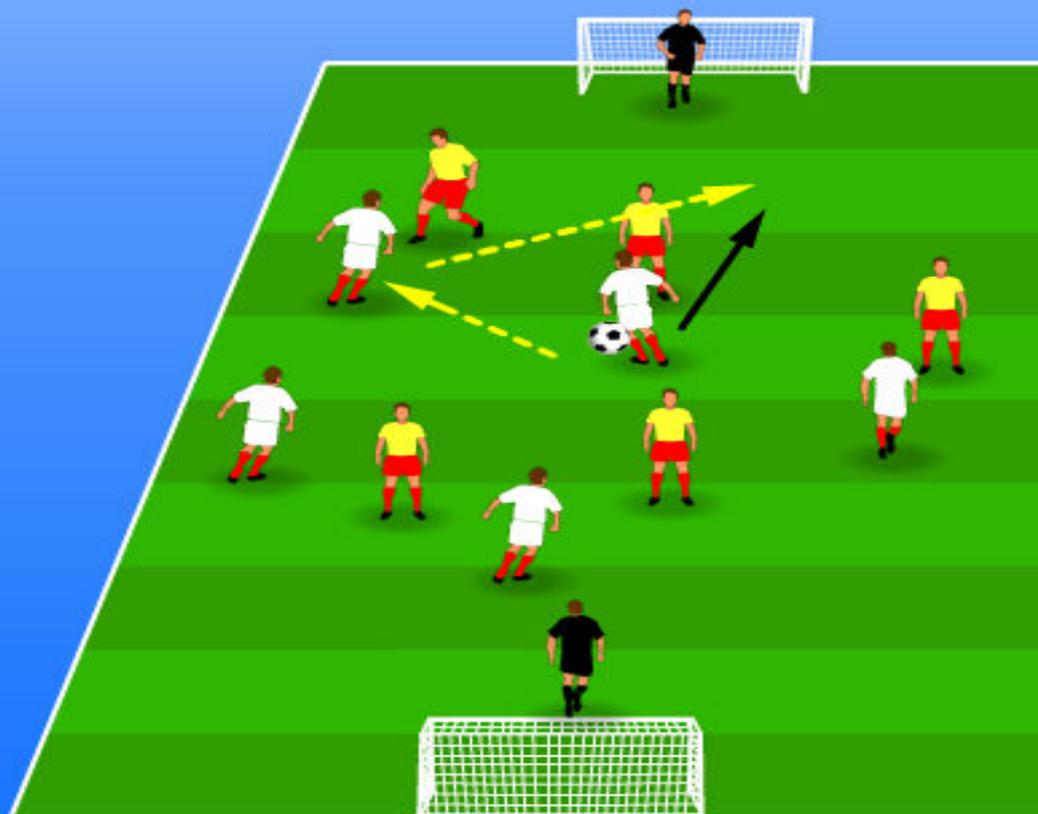
# LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO SEDUTA A STAZIONI





# LA FIGURA DELL'ISTRUTTORE DI CALCIO PARTITE A TEMA

PARTITA A TEMA  
GOL CON VALIDO  
CON 1/2



PARTITA A TEMA CON  
SCAMBIO E PALLA  
NELLO SPAZIO

