



FOOTBALL IDEA MAG

N°.1
APRILE 2021

MAI SMETTERE DI FORMARSI

PROPOSTE DA CAMPO

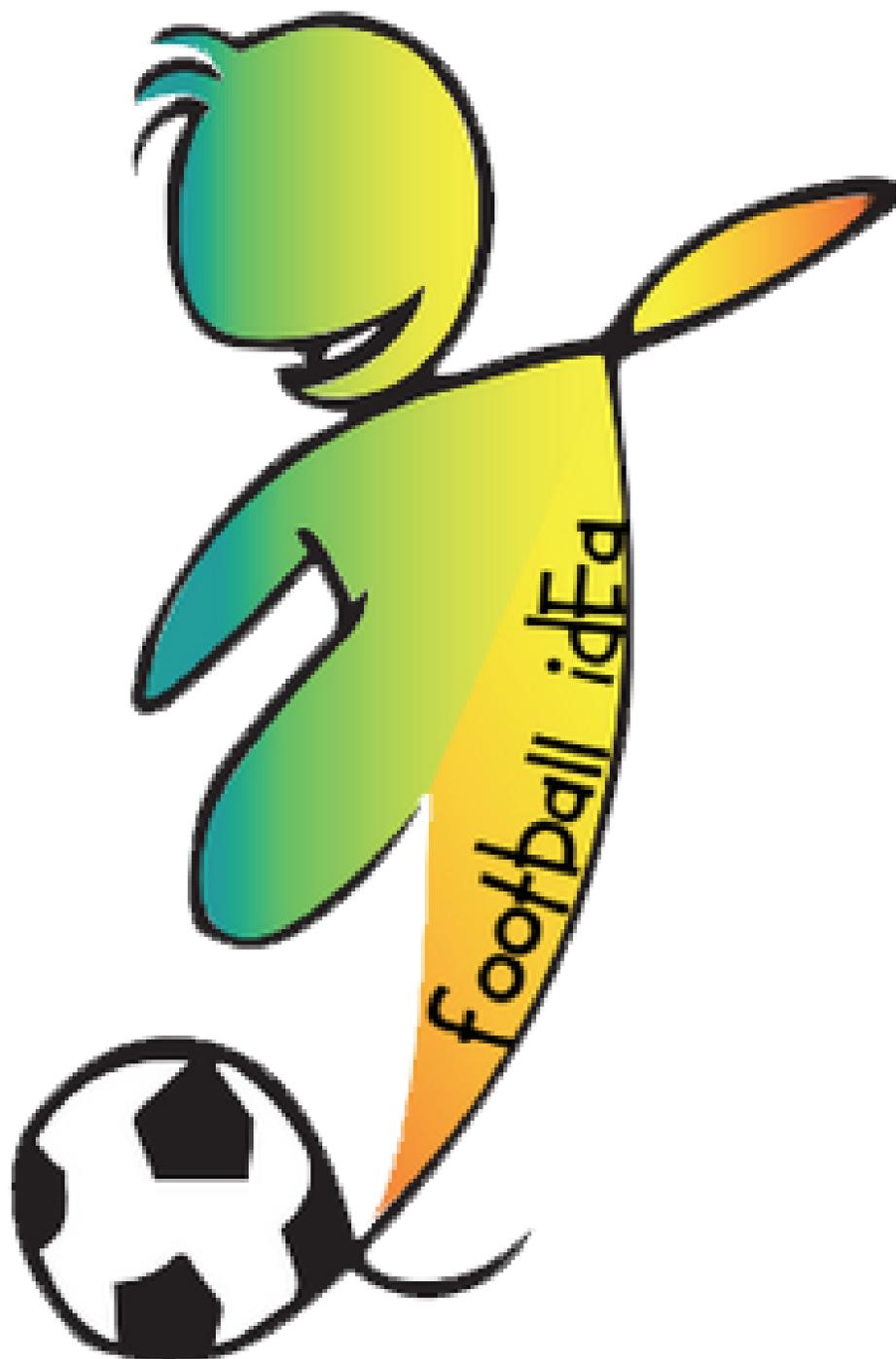
SCELTO PER TE

4 CHIACCHIERE CON...

WWW.FOOTBALLIDEA.NET

PER INFORMAZIONI, CONFRONTI, CONSULENZE, COLLABORAZIONI SCRIVICI A

ASDFOOTBALLIDEA@GMAIL.COM



WWW.FOOTBALLIDEA.NET

FOOTBALL IDEA, lo dice il nome, è un'idea, una filosofia, uno stile di vedere e vivere il calcio formativo. Basato sulla condivisione, il confronto, la crescita e l'aggiornamento continuo pone al centro del progetto dei punti cardine a volte dimenticati: il giocatore vero protagonista, il gioco vero maestro, il formatore esempio di vita, le emozioni innegabili linfa quotidiana e l'ambiente sociale determinante per la libera espressione dell'individuo.

Ma il cuore del progetto sono le persone. Comportamenti, idee, studi, dialoghi, emozioni esistono e dipendono dalle persone. Football Idea crede che l'Italia sia piena di persone creative e competenti sia esse si trovino in società affermate e conosciute, sia esse lavorino nei campi infangati di periferia.

Il punto fondamentale sta nel mettersi in gioco sempre e comunque, non sentirsi mai arrivati, con l'umiltà di riconoscere a se stessi di non avere le soluzioni di tutto. l'intelligenza di non fermare mai la propria crescita e le proprie conoscenze e l'onestà intellettuale di non condannare e giudicare gli altri dichiarando di cambiarli in meglio quando invece sta solamente ad ognuno di noi tirar fuori il meglio di se.

Il calcio è bello, è passionale, è divertente.. è sport, è vita. Il calcio giovanile è meraviglia, è poesia, è gioia, è LIBERTA'.

INSIEME PER UNA FILOSOFIA DI CALCIO, DI SPORT, DI VITA.

INDICE

MAI SMETTERE DI FORMARSI

- POSIZIONAMENTO E SMARCAMENTO DI M. CASSETTA
- QUANTO ALLENI? DI R. CIVITA
- IL VIAGGIO DEL PORTIERE DI A.CORSO
- CI VUOLE MOLTO CORAGGIO, AD AVERE CORAGGIO DI T. IAQUINTA
- GENITORI SPORTIVI: IL DISCO DA SUONARE DI G. DIPAOLA
- ALLENAMENTO MODULARE DI C. LEONETTI
- BASTA UN PALLONE? DI LUCIANO FACCIOLI

PROPOSTE DA CAMPO

- PARTITA 5VS5 PIU' JOLLY DI ROBERTO PIROVANO
- GIOCO DI REAZIONE 5VS5+4 JOLLY DI GIACOMO MOSSINO
- RICONQUISTA VELOCE, DIFENDO ATTACCANDO DI MATTIA RIZZO
- ATTACCO VELOCE IN SUPERIORITA' NUMERICA DI FABIO DE NOBILI
- POSSESSO PALLA 6VS4 DI MASSIMILIANO PERRELLI
- 1VS1 NELL'ARENA DI JURI BOCCONCELLO
- SU MISURA PER PICCOLI AMICI DI WILLIAM PALAZZO
- SU MISURA PER PRIMI CALCI DI ALESSANDRO BERTI
- IMPARIAMO GIOCANDO: PALLA..VOLA DI KATIA MATTAREL

SCELTO PER TE

- RI- COSTRUISCO SU CORRIDOIO A SCELTA DI GABRIELE MAURO

QUATTRO CHIACCHIERE CON:

ALESSIO MIZZONI RESPONSABILE DELLA METODOLOGIA
DELL'ALLENAMENTO ACCADEMIA FROSINONE SCUOLA CALCIO E
ALLENATORE UNDER 14 FROSINONE CALCIO



MAI SMETTERE DI FORMARSI



WWW.FOOTBALLIDEA.NET



ARTICOLO DI MATTEO CASSETTA

POSIZIONAMENTO E SMARCAMENTO

Si sente tanto parlare di costruzione dal basso, un aspetto di gioco fondamentale nel calcio moderno che ha lo scopo di creare più occasioni da gol possibile e che non può prescindere da un buono smarcamento dei giocatori in fase di possesso palla. Un cardine della costruzione dal basso e, più specificatamente del calcio posizionale, è, infatti, quello di ricevere palla nei cosiddetti “half spaces”, quegli spazi tra le linee della squadra avversaria nei quali è importante trovare l'uomo libero. Senza smarcamenti e senza un corretto posizionamento diventa molto difficile generare un'occasione da gol. Per posizionamento si intende la corretta posizione che il giocatore assume in una zona di campo dove o non sono presenti avversari o da cui il giocatore può liberare un'altra giocata o creare uno spazio: non è finalizzato a ricevere per forza la palla, ma a creare il giusto scaglionamento della squadra in possesso. Si richiede che il giocatore sia pensante, che riesca a vedere come sono disposti gli avversari, i compagni e la palla e, in funzione di tutto ciò, riesca a trovare la giusta collocazione in campo indipendentemente dal ruolo e dal modulo. Se un giocatore con un posizionamento corretto riceve palla e non ha pressione, è fondamentale che conduca palla per permettere ai suoi compagni di smarcarsi. Quando la palla si avvicina al giocatore, ma il giocatore non è aperto con il corpo, non vede la porta oppure non ha la giusta distanza dal suo avversario per effettuare la giocata, si rende necessario fare uno smarcamento.



(David Silva si posiziona tra le linee libero dal marcatore e con posizione aperta del corpo per giocare subito palla in profondità)

Per smarcamento si intendono i movimenti che il giocatore compie per ricevere palla incontro o in profondità, per liberarsi dalla marcatura o per liberare spazio a favore di un suo compagno. Di nuovo si parlerà di calciatore pensante, che dovrà scegliere cosa fare in funzione di chi ha la palla: se colui che porta palla è contrastato, è fondamentale smarcarsi per dare appoggio, sostegno o fare da vertice (palla coperta); se invece c'è la possibilità, si attacca la profondità cercando di arrivare alla conclusione (palla scoperta).



Son dimentichiamo che, visto che per mantenere il possesso palla soprattutto negli ultimi 30 metri la palla va giocata forte sulla figura, è fondamentale cercare compagni smarcati o posizionati in modo favorevole rispetto agli avversari. Esistono diversi tipi di smarcamento: incontro al portatore, in ampiezza o in profondità. Lo smarcamento incontro prevede un aiuto al portatore di palla, ma generalmente questa tecnica non porta grandissimi benefici se non garantire una soluzione di passaggio e mantenere il possesso; quello in ampiezza permette a chi lo esegue di puntare verso la porta e superare l'avversario in dribbling, con un uno-due veloce o addirittura in velocità; quello in profondità, il più pericoloso, permette di saltare avversari e linee di pressione e, se effettuato dietro la linea difensiva, può creare una chiara occasione da gol.

Lo smarcamento, se in campo aperto o con avversario non particolarmente aggressivo, viene effettuato tramite corsa lineare e senza grandi cambi di direzione; nel caso di difese avversarie posizionate e ben chiuse con il difensore molto vicino a chi deve ricevere palla, si necessita invece, di un repentino cambio di direzione. Più lontano è la palla e più spazio si ha a disposizione, maggiori saranno le corse lineari (ad esempio fuori linea, corsa a U, corsa a L). Più vicino è la palla e meno è lo spazio, maggiori saranno i cambi di direzioni per liberarsi dell'avversario (corto-lungo, lungo-corto, fuori-dentro, dentro-fuori). Molto importante è il timing di giocata della palla per evitare che lo smarcamento vada a buon fine. In ogni caso, se dopo il primo smarcamento un giocatore viene nuovamente marcato e non riceve palla, deve essere in grado di riorganizzarsi subito per poterne effettuare un altro, così da risultare sempre in continuo movimento.



(Gabriel Jesus si smarca prima vendendo incontro al portatore e poi attaccando la profondità con un cambio di direzione corto-lungo)

Chi è il migliore a fare questo? Il giocatore che capisce cosa sta succedendo intorno a lui e fa la scelta migliore. Attraverso il movimento continuo del collo, prima di ricevere palla o durante lo svolgimento di un'azione, il giocatore si guarda intorno a 360 gradi per orientarsi e percepire lo spazio circostante.

Deve osservare compagni, avversari, palla e porta e le rispettive distanze tra tutte queste componenti con lo scopo di raggiungere la superiorità numerica o trovare lo spazio libero da attaccare. Quando riceverà palla, deve saper valutare e decidere nel minor tempo possibile cosa fare: dove orientare il controllo, se passare palla o condurre, se tirare in porta. E, infine, deve agire usando il gesto tecnico più adatto a concretizzare ciò che ha pensato. Capite che questo è un processo che richiede allenamento, e il modo migliore per poter allenare il giocatore è quello di metterlo di fronte a scelte continue. Che sia un tipo di allenamento situazionale o analitico è sempre importante non limitare l'esercitazione a qualcosa di prestabilito, ma invece ad una scelta da prendere in funzione di un orientamento spazio-tempo.

**MATTEO CASSETTA, ALLENATORE UEFA B,
PRESSO OLIMPIA COLLEPEPE PANTALLA**



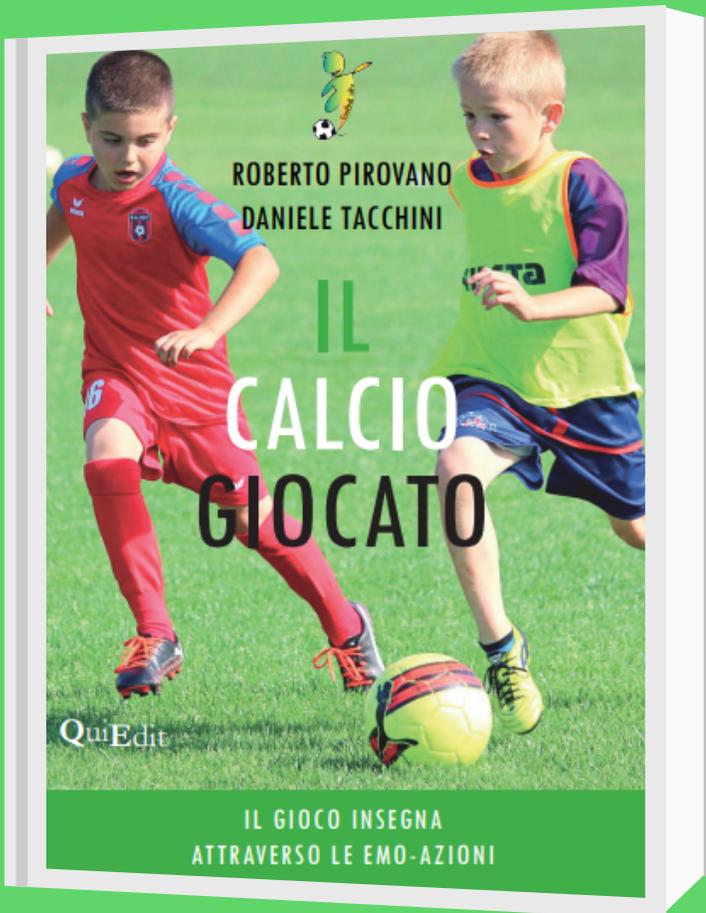
IL 1° LIBRO DI FOOTBALL IDEA "IL CALCIO GIOCATO"



L'IMPORTANZA DEL GIOCO, DEL BAMBINO E DEL
FORMATORE IN AMBIENTE SPORTIVO.

70 GIOCHI E CENTINAIA DI VARIANTI

PER INFORMAZIONI E ORDINAZIONI SCRIVI AL
3477628169 O **ASDFOOTBALLIDEA@GMAIL.COM**



**ORDINALO CON CODICE
#MAGAZINEAPRILE E
NON PAGHERAI LE
SPESE DI SPEDIZIONE**

SCRITTO DA



DANIELE TACCHINI



ROBERTO PIROVANO



COLLANA LIBRI FOOTBALL IDEA



ARTICOLO DI ROBERTO CIVITA

QUANTO ALLENI?

Ti sei mai chiesto quanto dura VERAMENTE un allenamento?

Per circa il 40% del tempo i bambini sono fermi.

Lo dimostra uno studio portato avanti dalla F.I.G.C, effettuato su un gruppo di scuole calcio, per verificare il tempo nel quale i ragazzi sono impegnati attivamente durante una seduta di allenamento (**tempo di apprendimento attivo**).

Sembra incredibile, ma è così, spesso noi istruttori ci preoccupiamo del fatto che i bambini si allenano poco, ma noi, utilizziamo bene il tempo nel quale i bambini sono con noi?

Per rispondere a questa domanda, è necessario considerare tutta una serie di **“tempi morti”**, che proprio noi istruttori generiamo durante un allenamento.

Supponiamo che un nostro allenamento sia di 90 minuti. Iniziamo adesso, un percorso tra una serie di numeri e di tempi che ci porterà a **conclusioni davvero incredibili**, ti chiedo solo di seguirmi in questa analisi per poter comprenderla a fondo.

Entriamo nel dettaglio e vediamo quali tempi dobbiamo considerare durante una seduta di allenamento:

- Preparazione del campo
- Spiegazione degli esercizi
- Attese in fila
- Pausa tra un esercizio e l'altro
- Intervallo per poter andare a bere

Analizziamo l'incidenza dei “tempi morti” sopra elencati e di come questi influiscono in maniera davvero considerevole sul tempo di **“apprendimento attivo”**.

Il tempo di apprendimento attivo concesso ai giocatori durante una seduta di allenamento dipende dalle capacità organizzative di un tecnico, dallo stile di conduzione ma anche e soprattutto dalla sua capacità di creare un ambiente che permetta il maggior numero di esperienze per i bambini.

Entriamo adesso in quella parte dell'analisi in cui è necessario utilizzare un pò di matematica per poter arrivare ad un risultato tangibile e misurabile della **VERA** durata di un allenamento.

Il punto di partenza sono i 90 minuti di durata teorici.

Consideriamo poi una seduta composta da 5 esercizi (dalla durata di 15 minuti ciascuno) ed una partita finale (sempre di 15 minuti). A 90 minuti dobbiamo sottrarre:

- 10 minuti per la preparazione del campo (2 minuti ad esercizio)
- 15 minuti per la spiegazione dei 5 esercizi (3 minuti ad esercizio)
- 4 minuti nel passaggio tra un esercizio e l'altro (1 minuto per ogni cambio esercizio)
- 5 minuti di pausa per andare a bere

Ovvero il tempo effettivo per poter eseguire gli esercizi e la partita è di 56 minuti, senza considerare i tempi che i ragazzi trascorrono in fila in attesa del “proprio turno”. In questo modo, al massimo garantiamo circa 50 minuti di attività, ovvero circa il 55%.





Come si può massimizzare questo tempo?

Organizzazione: Il campo e tutte le esercitazioni devono essere preparate prima. Se non si ha abbastanza spazio, si può creare un allenamento modulare, ovvero in cui i vari giochi/esercizi si sviluppano nello stesso spazio (spostando al massimo qualche cinesino).

Stile di conduzione: le spiegazione degli esercizi devono essere molto brevi e non devono prevedere tutte le varianti del gioco, ma solo le regole essenziali per farlo partire. Le varianti puoi inserirle "mentre" il gioco è già iniziato.

Lascia che i ragazzi commettano errori, senza interrompere il gioco. Ricorda che il vero maestro è il gioco ed interrompendolo stai interrompendo anche l'apprendimento.

Se conosci prima il numero dei bambini, prevedi giochi in cui non ci siano file, o che siano molto limitate

In una società in cui i bambini sono sempre meno impegnati nei cortili, la massimizzazione del tempo di apprendimento attivo, diventa un presupposto fondamentale nell'organizzazione della seduta di allenamento.

ROBERTO CIVITA, ALLENATORE UEFA B,
PRESSO CFT DI FORMELLO E ASD ASTREA

**"IL MIO LIBRO DEL CALCIO"
VERRA' PERSONALIZZATO CON IL
LOGO DELLA TUA SOCIETA', E'
DESTINATO A TUTTI I BAMBINI DEL
TUO SETTORE GIOVANILE.
ACQUISTA UNA COPIA IN PDF E
INVIALA A TUTTI I GIOCATORI.
OLTRE 5000 BAMBINI LO HANNO
GIÀ RIEVUTO**





ARTICOLO DI ANDREA CORSO

IL VIAGGIO DEL PORTIERE

Il portiere rappresenta il ruolo più affascinante del calcio e anche il più temuto. Il portiere è quell'individuo che, essendo l'ultimo baluardo difensivo, evoca l'eroe incurante del pericolo, che rischia la propria incolumità elevandosi a difesa della propria squadra.

La parola chiave per descrivere il ruolo del portiere è EROE e come tutti gli eroi deve percorrere il suo viaggio. Ma quali sono le tappe del viaggio?

Tappa 1: La chiamata

Nella maggior parte dei casi, nei primi anni di calcio è difficile trovare bambini che decidono di fare il portiere. Ma qual è la chiamata, la situazione che apre la porta al ruolo del portiere? Difficile dirlo, ogni eroe ha la sua chiamata, come il mago Gandalf che bussa alla porta di Frodo o il ragno che punge Peter Parker. Ma per ogni portiere c'è una intensa e coinvolgente chiamata: volersi buttare sull'erbetta, non correre come gli altri, usare le mani, voler emulare il padre oppure sono gli altri a scegliere per lui.

Tappa 2: il rifiuto

Nessun eroe è tale se non ha una prima reazione di rifiuto alla chiamata. Anche se all'apparenza mettersi in mezzo a quella porta può sembrare la scelta più giusta, anche per il bambino più motivato ci sarà un periodo, un momento nel quale non è proprio convinto. Il portiere si deve identificare, deve empatizzare con l'avventura, con il ruolo. In questa tappa l'aspetto più importante sono le emozioni che il bambino vive durante il gioco. Rispetto ai giocatori di movimento, il portiere ha il tempo per soffermarsi, credere, farsi ingabbiare dall'emozione piacevole o spiacevole. Le emozioni provate, per chi inizia e per chi fa questo ruolo, sono amplificate e rimbalzano di continuo da spiacevoli a piacevoli, pensate al portierino che fa una parata e tutti lo esaltano e dopo pochi minuti fa una "papera".

Tappa 3: varcare la soglia

Alla fine, comunque, l'eroe/portiere parte per il viaggio e varca la soglia, ovvero decide ed è convinto di utilizzare tutte le sue forze per raggiungere il sogno di ESSERE PORTIERE. È in questa tappa che avviene una trasformazione, una nuova identità e un nuovo modo di vedere la squadra, il mister e il calcio nella sua complessità. (ritornando al signore degli anelli, Frodo, in questa tappa, varca la linea di confine della sua contea). Fin dall'inizio, il portiere ha dei supporti emotivi, soprattutto i genitori, ma nel momento in cui ha varcato la soglia il riferimento più importante diviene il mister, il mister dei portieri. È l'unico ruolo che ha un mister specifico ed è l'unico ruolo che il suo essere parte integrante di una squadra vive e sente la sua unicità, il portiere è unico proprio come l'eroe.

Tappa 4: sfidare e fallire

Come nelle migliori serie Tv o film, nessun eroe vince subito e senza fatica. Pensiamo a Rocky o Spiderman, l'eroe deve far fatica, deve impegnarsi, fallire e deve sempre essere in procinto di venire sconfitto. L'impegno, la determinazione, la passione, l'errore, la panchina, il confronto/scontro con l'altro. Gli altri portieri porteranno il portiere a creare le basi dell'ESSERE PORTIERE.





Tappa 5: nuovi mentori e risorse

Questa è la parte centrale del viaggio, perché è proprio qui che interviene la persona, il mister, il talento, le risorse personali per evolversi e credere in se stessi. Soprattutto il mister dei portieri ha il ruolo principale. Deve fornire le sue conoscenze e dare gli strumenti per raggiungere l'obiettivo. Deve fornire la spada magica che permetterà di concludere vittoriosamente il viaggio.

Oltre agli strumenti tecnici/tattici, il mister ha il dovere di supportarlo, coinvolgerlo e allenarlo su aspetti psicologici (concentrazione, gestione emotiva, comunicazione,...). Il mister dei portieri per essere una guida, un mentore ha bisogno di avere tre qualità, tre caratteristiche chiavi:

Consapevolezza. Essere consapevoli di ciò che si sa, di ciò che si sa fare, del proprio stato emotivo, quindi consapevole dei propri limiti e delle proprie risorse.

Responsabilità. Responsabile della proposta dell'allenamento, della relazione con gli atleti.

Flessibilità. Flessibilità intesa come la capacità di adattamento alle situazioni e come atteggiamento mentale volto alla crescita.

Tappa 6: sfidare e vincere

Ultima tappa del viaggio, dove l'eroe sconfigge il nemico, dove il portiere ha le sue soddisfazioni e i meriti per il lavoro svolto. Il punto dove il portierino incomincerà la sua scalata, ha in mano le chiavi per raggiungere altri obiettivi e ha ben chiaro chi è: Sono un PORTIERE DI CALCIO.

Come per ogni viaggio ci sarà qualcosa da portare a casa e qualcosa da lasciare durante il cammino, ma ciò che conta davvero sono le persone che incontri: i mentori, le guida, i compagni di viaggio.

La domanda di fine viaggio, o meglio, l'inizio di uno nuovo è: in questo momento, ho la consapevolezza, la responsabilità e la flessibilità necessarie del mister, del mentore, della guida per far evolvere i miei portieri?

**ANDREA CORSO, ALLENATORE DEI PORTIERI
E PSICOLOGO DELLO SPORT**





ARTICOLO DI TOMMASO IAQUINA

CI VUOLE MOLTO CORAGGIO AD AVERE CORAGGIO

"Lo faccio o non lo faccio? E se lo faccio, cosa lo faccio a fare?"

Negli ultimi anni sempre più ragazze si sono avvicinate al gioco del calcio. Se qualche decennio fa per iniziare a giocare le bambine dovevano aspettare l'adolescenza (molto spesso in squadre composte da ragazze di diverse annate), adesso per fortuna siamo arrivati ad un'equità di percorso con il compagno, grazie anche al sempre crescente numero di scuole calcio e settori giovanili interamente femminili.

Un aspetto fondamentale che noi formatrici dovremmo curare è sicuramente quello di far sviluppare nelle atlete maggiore autostima e intraprendenza decisionale. Come possiamo farlo?

Per avere un quadro generale della nostra analisi dovremmo partire da un fattore culturale: in altri Paesi troviamo una vera e propria cultura sportiva dove le bambine fin da piccole sono abituate al multisport (nel quale quasi sempre il primo è l'atletica), creandosi un bagaglio motorio molto più vasto rispetto ad una ragazza del nostro Paese.

Un secondo aspetto da non sottovalutare consiste nella mancanza di modelli di riferimento. Dopo il mondiale del 2019 in Francia, sicuramente c'è stato un passo in avanti per tutto il movimento femminile; purtroppo, però ancora oggi, soprattutto nella fascia fanciullo-preadolescenziale, troviamo una scarsa conoscenza del mondo calcistico femminile, dove magari avere dei punti di riferimento femminili potrebbe sicuramente stimolare le giovani atlete sia per quanto riguarda l'aspetto tecnico che quello mentale.

Nella maggior parte dei casi, nelle società vengono effettuate due sedute di allenamento e questo rende molto difficile il compito di chi si prende cura delle atlete anche dal punto di vista motivazionale: le ragazze, da un lato hanno una maggiore capacità di attenzione e una maggiore propensione al lavoro rispetto ai maschi, mentre dall'altro hanno una bassa fiducia nelle loro capacità, tendendo ad attribuirsi fallimenti e insuccessi, complicando quindi anche le situazioni più semplici.



Dopo aver analizzato alcune problematiche, una serie di punti che il formatore\trice dovrebbe prendere in considerazione sono:

- saper ascoltare i reali bisogni delle allieve;
- saper dare fiducia (rinforzi positivi, incoraggiamenti, istruzioni tecniche, responsabilizzazione);
- stimolare la consapevolezza degli apprendimenti, enfatizzando l'impegno per l'ottenimento dei miglioramenti;
- calibrare con competenza gli allenamenti sulle reali capacità delle allieve;
- assumere uno stile di leadership democratico che sappia motivare le scelte adottando un comportamento corretto e coerente;
- favorire l'integrazione nei gruppi misti;

Alla fine, credo che non vada mai perso di vista il reale scopo di questo e di tutti gli sport, ovvero il divertimento, che sia in un campo sportivo, in un giardino o in una piazza, dove questo deve sempre essere al centro di tutto, in un mondo in cui lo sport dovrebbe essere accessibile e fruibile a tutti\le.

Negli ultimi anni in Italia qualcosa nel calcio è stato fatto, ma ancora la strada è ripida e lunga, adesso tocca a tutti, addetti ai lavori e non, renderlo uno sport unico.

Il genere non determina l'importanza di uno sport, qualunque esso sia. La vera vittoria sarà quando si smetterà di chiamare il calcio allegandoci l'aggettivo maschile o femminile, ma verrà chiamato semplicemente calcio. Allora si che potrà essere definitivamente chiamato: "Lo sport più bello del mondo".

TOMMASO IAQUINTA, ALLENATORE UEFA C,
PRESSO FLORENTIA SANGIMINIANO

UNA NUOVA SCUOLA CALCIO

Allenare le Funzioni Esecutive con il metodo



In questo manuale potrete trovare le basi teoriche e 70 esercitazioni pratiche, declinate in modo specifico al Gioco del Calcio.

Lo puoi ordinare su:

- **Amazon**
- **ordini@quiedit.it**
- **canali di Football Idea**





ARTICOLO DI GIOVANNI DIPAOLOA

GENITORI SPORTIVI: IL DISCO DA SUONARE

Diciamocelo pure, se lo sport giovanile fosse una hit parade, quello dei genitori sarebbe uno di quei dischi intramontabili piazzati in pianta stabile nei primi dieci posti da diverse settimane.

Le storie celebri in merito al tema sono diverse e si perdono nel tempo tra figuracce e sterili slogan.

Dagli sport individuali a quelli collettivi, l'identikit del genitore sportivo è stato spesso caratterizzato da una vera e propria capacità chirurgica di invadere i ruoli e le funzioni specifiche dei diversi addetti ai lavori.

A fare da sfondo, una rispettabilissima pseudo esperienza da atleta amatoriale dove "vincere porta a vincere" anche il torneo dei piccoli amici, dove la prestazione dei bambini dovrà essere adeguata o migliore di quella dei compagni di squadra perché vincere è l'unica cosa che conta.

E guai se la società sportiva non partecipasse ad almeno mille tornei all'anno: come garantirebbe la crescita esponenziale delle prestazioni del bambino in termini di autostima e motivazione, dimostrate attraverso la pubblicazione di fotografie sui profili social di genitori e società sportive?

Come potrò, da genitore, sponsorizzare il mio piccolo campione in erba? Come potrò, da società sportiva, racimolare più iscrizioni ed ambire alla leadership territoriale? Perché altrimenti il bambino finirà sballottolato e forse malvolentieri da un'altra parte, lontano dai suoi amici e dai suoi educatori ma allenato da un guru del settore che garantirà la scoperta di pianeti sconosciuti in una conferenza stampa tenuta nel bar di quartiere. Le roventi estati del calciomercato giovanile regalano momenti meravigliosi di questo genere, dove l'immaginazione si perde tra promesse, cartelloni pubblicitari, conti da far quadrare, immagini vincenti ed appetibili tra affiliazioni e palloni che rotolano.

Una vera e propria mattanza educativa nel nome della genitorialità e dello sport. Insomma, il solito disco rotto ed inflazionato a cui siamo tristemente abituati. Un disco a forma di bambino che avrà svuotato e consumato i suoi bisogni fino a non ascoltarsi, deluso dagli adulti ed ancora più insicuro e sfiduciato, incastrato in un falso sé che ha riflesso un'immagine desiderata da qualcun altro.



E soprattutto, guai a parlarne in questi termini con i genitori, perché saranno disposti a qualsiasi cosa pur di vedere i figli sempre sorridenti e competitivi. Come se le altre emozioni non esistessero, come se la sconfitta ed il fallimento non fossero nemmeno minimamente concepiti.

La psicopatologia dello sport, nella sua complessità clinica ci suggerisce una sintesi perfetta: il paradosso del figlio campione e del genitore appagato. Esso si riferisce all'atteggiamento genitoriale che cerca attraverso un vero e proprio processo di proiezione il risarcimento dei propri mancati traguardi (sportivi e non solo) nei successi dei figli. E genitori di questo tipo, pressanti invadenti, si sa, ostacolano la crescita dei figli. La questione si allarga anche in altri ambiti. Penso ad esempio, ai baby concorsi di bellezza in voga soprattutto negli USA, dove in cambio di bustine di zucchero e bevande gassate, i genitori fanno bella mostra dei propri figli in abiti succinti per coltivare speculazioni e patinati sogni di gloria.

I modelli di riferimento di una società orientata alla prestazione sin dalla tenera età, dove il risultato e la vittoria sono l'unico aspetto possibile da immaginare, ha reso difatti ancora più importante la formazione degli operatori sportivi purché la stessa non diventi motivo di slogan e fumo negli occhi da vendere.

Perché le missioni educative non devono vendere nulla.

La funzione genitoriale, ossia il disco da suonare, dev'essere orientata alla responsabilità attraverso esempi adulti e positivi. Significa scegliere consapevolmente di rinunciare alle luci della ribalta a cui come adulti siamo spesso erroneamente orientati per soddisfare i nostri personali bisogni, significa fare un passo indietro o magari accanto al bambino, al fine di mettere realmente loro al centro di attenzioni finalizzate all'autonomia, all'indipendenza, a tutte le capacità individuali e collettive.

Capacità naturalmente da rispettare secondo i tempi ed i bisogni di ciascun bambino.

Significa dunque orientarsi al vero ed autentico benessere psicofisico del bambino.

Praticamente esserci ma in modo sufficientemente buono per dirla alla Winnicott: una presenza attiva e partecipe in termini emotivi, capace però di lasciare il bambino libero di orientarsi. Sia una direzione pedagogica 4.0, dove attraverso il contributo scientifico sia possibile ristabilire umanità, dignità, empatia.

GIOVANNI DIPAOLO, PSICOLOGO DELLO SPORT

VILLAGGIO GIOCHI FOOTBALL IDEA



PROPOSTE DI GIOCO TECNICHE PER SFIDARE SE STESSI E AMICI. UNA ESCLUSIVA SCHEDA PER ACCUMULARE PUNTEGGI E ABBATTERE NUOVI RECORD.

IL VILLAGGIO GIOCHI E' IDEALE PER CAMPUS ESTIVI, TORNEI, OPEN DAY, GIORNATE DI DIVERTIMENTO E RISPETTA LE NORMATIVE DI DITANZIAMENTO ANTI COVID.

CONTATTACI PER INFORMAZIONI





ARTICOLO DI CATALDO LEONETTI

ALLENAMENTO MODULARE

L'organizzazione di una seduta di allenamento è fondamentale.

La proposta che andiamo a presentare è suddivisa in 5 fasi: partendo dall'attivazione fino ad arrivare alla partita finale, il tutto rimanendo nella stessa struttura!!

Questo tipo di allenamento ci consente, soprattutto nei momenti di criticità, nella quale un allenatore si trova a gestire un gruppo di ragazzi numeroso, a limitare tempi morti e quindi mantenere un livello di concentrazione e intensità molto alte!

Gruppo giovanissimi

18 giocatori + 2 portieri

1) Fase (Attivazione tecnica)

2 gruppi da 9 (3 colori)

2 palloni x ciascun gruppo

I giocatori si muovono all'interno dello spazio ed eseguono una serie di passaggi e controlli:

- Passaggio al colore diverso

- Passaggio sequenza colori esempio:

Giallo / blu - blu / verde - verde / giallo

- Passaggio colore diverso scarico e gioco al terzo uomo



2) Fase (Gioco di posizione)

2 gruppi da 9 (3 colori)

6 vs 3 (es giallo-verde vs blu)

Si gioca un 4 +2 vs 3 La squadra in superiorità ha come obiettivo coinvolgere i giocatori posti all'esterno del campo, si assegna un punto ogni qualvolta si riesce a far giocare entrambi. Mentre la squadra in inferiorità si aggiudica un punto ogni qualvolta recupera palla e la conduce all'esterno del campo.

Obiettivi:

Ampiezza - mantenimento del possesso palla-recupero palla -



3) Fase (Possesso palla)

12 vs 6 (2 colori vs 1 colore)

Si gioca un possesso palla 12 vs 6

2 colori si posizionano nei settori esterni ed hanno come obiettivo mantenimento del possesso palla e ricerca (con passaggio filtrante) settore opposto.

Mentre la squadra posizionata nel settore centrale lavora in 3 recupero palla e gli altri 3 in copertura. In caso di conquista della palla, l'obiettivo è cercare di fare goal nella porta più velocemente possibile.

Obiettivi: Mantenimento possesso palla - Passaggio filtrante - Recupero palla - copertura - intercetto





4) Fase (Partita a tema)

6 vs 6 + 6 jolly posizionati su ogni lato del campo.

Visione periferica - rezone - smarcamento - marcamento - intercetto - mobilità



5) FASE, Partita finale

CATALDO LEONETTI, ALLENATORE UEFA B





ARTICOLO DI LUCIANO FACCIOLI

BASTA UN PALLONE?

Avrete sentito tante volte la frase:

"Perché i bambini si divertano e imparino a giocare a calcio, basta un pallone!"

Anch'io l'ho detta e la dico, ma è doveroso fare delle precisazioni.

La prima è che è vero: basta un pallone per divertirsi e imparare, ma in situazione di gioco tra pari, cioè quelle situazioni dove i bambini si incontrano, si auto-organizzano e si relazionano tra loro senza la mediazione dell'adulto, e dove possono immergersi nel gioco per un tempo indefinito. Situazione, ahimé, rarissima ai nostri giorni e alle nostre latitudini. Vuoi per le sempre maggiori (e a mio avviso sproporzionate) richieste accademiche, vuoi per l'accresciuta percezione di pericolo o per gli eccessivi impegni (sia dei bambini che degli adulti), le occasioni di giocare a calcio sono per la maggior parte dei casi strutturate e gestite da adulti.

La seconda precisazione, che deriva direttamente dalla prima, è che il ruolo dell'adulto diventa determinante affinché il gioco sia coinvolgente e divertente e quindi formativo.

In base a questo, di primo acchito, si può pensare quindi che la competenza e la preparazione specifica siano elementi essenziali di un formatore affinché i suoi allievi imparino a giocare a calcio: visto che i bambini giocano poco oltre agli allenamenti, l'allenatore efficace è quello che conosce bene la disciplina e i processi di apprendimento tecnico-tattico e che, in base a queste conoscenze, usa una metodologia adeguata proponendo attività ed esercitazioni ad alto impatto di apprendimento sfruttando al massimo il poco tempo a disposizione.

Vero, ma non del tutto. Io ritengo che in tutto questo ci sia un aspetto che, nella migliore delle ipotesi, si dà per scontato ma che nella realtà dei fatti viene dimenticato e rimane nella soffitta dei pensieri a prendere polvere e a perdersi: le Emozioni.

Chiarisco che quando parlo delle Emozioni alla Scuola Calcio, non parlo di impegno, di motivazione o di passione, ovvio che queste dimensioni psicologiche sono collegate alle Emozioni, ma quando parlo di Emozioni io parlo di reazioni fisiologiche che vanno a condizionare e determinare i comportamenti e gli apprendimenti. Parlo delle risposte fisiologiche che per prime avvengono all'interno del cervello determinando una risposta viscerale, corporea e motoria e influenzando l'attività cognitiva, determinando quindi scelte, decisioni e apprendimenti. Badate bene che ho detto: "per prime avvengono all'interno del cervello", questo stampatevelo bene in testa, perché significa che se non c'è un substrato emotivo e di intelligenza emotiva adeguati, gli apprendimenti e la prestazione, che vengono dopo, non potranno esprimersi al massimo del potenziale.



Ritornando al tema introduttivo quindi, chi è che dovrebbe gestire l'ambiente emotivo in cui si svolgono gli apprendimenti alla Scuola Calcio se non l'adulto che gestisce il gruppo? Ecco perché il pallone può non essere sufficiente, come pure possono non esserlo il miglior metodo e le relative esercitazioni. Se l'allenatore/formatore non riesce a stabilire un clima emotivo positivo e supportante, anche gli apprendimenti non saranno ottimali anzi, potrebbero anche rivelarsi negativi perché potrebbero innescare nei bambini comportamenti di chiusura e addirittura di evitamento. Bisogna essere onesti e chiedersi perché molti bambini prima (in genere quelli meno bravi) e altrettanti ragazzi poi (anche di buon livello), abbandonano il calcio, ma chiederselo senza dare la colpa sempre alla società, ai video-giochi, ai genitori, agli amici, alle distrazioni o alla mancanza di volontà.

E allora la frase giusta a mio avviso è : "Basta un Pallone?"; e la risposta è: "No!Un Pallone non basta!".
Serve altro, molto altro. Serve coltivare la Relazione e le capacità di Empatia, serve avere una adeguata Intelligenza Emotiva ma, prima che nei bambini, negli allenatori/formatori.

oppure basterebbe lasciare i bambini giocare tra loro allo sfinito per quell'ora.

GIOVALUCIANO FACCIOLI, NEUROPSICOLOGO E
ALLENATORE UEFA B

FOOTBALL IDEA LAB

E' NATO FOOTBALL IDEA LAB!!

**La curiosità è l'anima dell'innovazione e
della conoscenza.**

**LA FORMAZIONE DI FOOTBALL IDEA
TI PUO' ACCOMPAGNARE.**

Mettiti in gioco con nuove idee.

**SCRIVICI PER SCOPRI I
NOSTRI CORSI ONLINE**



IL 2° LIBRO DI FOOTBALL IDEA



"BASTA UN PALLONE?"

LE EMOZIONI ALLA SCUOLA CALCIO.

**IL RUOLO DELLE EMOZIONI NELL'APPRENDIMENTO DEL
GIOCO DEL CALCIO**

PER INFORMAZIONI E ORDINAZIONI SCRIVI AL

3477628169 O ASDFOOTBALLIDEA@GMAIL.COM



**ORDINALO CON CODICE
#MAGAZINEAPRILE E
NON PAGHERAI LE
SPESE DI SPEDIZIONE**

SCRITTO DA



LUCIANO FACCIOLI



COLLANA LIBRI FOOTBALL IDEA

PROPOSTE DA CAMPO



WWW.FOOTBALLIDEA.NET

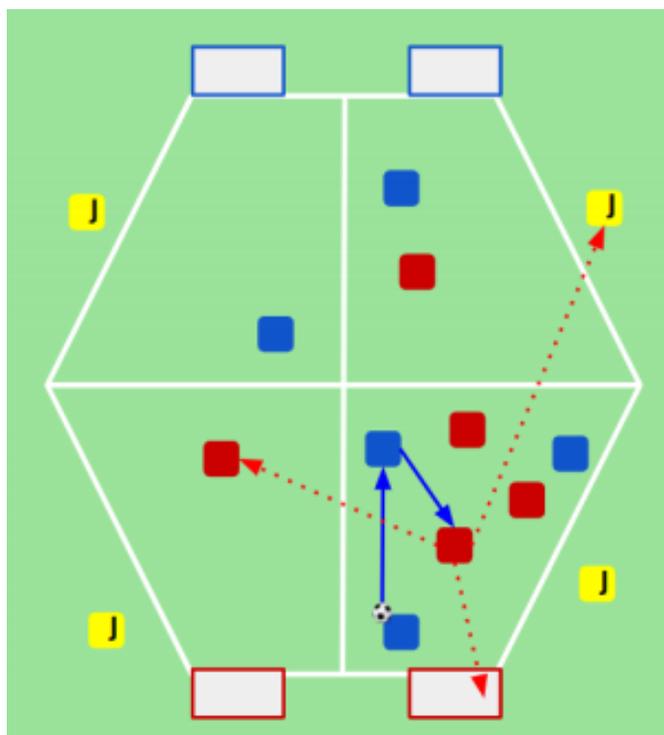


**GIACOMO
MOSSINO**

GIOCO DI REAZIONE

5VS5 + 4 JOLLY

GIACOMO MOSSINO, LAUREATO IN
SCIENZE MOTORIE E ALLENATORE
UEFA C PRESSO ALESSANDRIA CALCIO



REAZIONE ALLA PALLA RECUPERATA: AFFONDARE O CONSOLIDARE IL POSSESSO?

FASE DI POSSESSO: MANTENERE IL POSSESSO PER 15" ALL'INTERNO DI UNO DEI 4 QUADRANTI IN MASSIMO 3 GIOCATORI (3+1 V 3) PER CAMBIARLO SUCCESSIVAMENTE E FARE GOAL IN UNA DELLE 2 PORTICINE.

IN TRANSIZIONE POSITIVA GIOCARE LA PALLA:

- A UN JOLLY ESTERNO,
- A UN COMPAGNO POSIZIONATO IN UN QUADRANTE DIVERSO,
- FINALIZZARE DIRETTAMENTE IN UNA PORTICINA.

FASE DI NON POSSESSO: RECUPERARE NEL QUADRANTE PALLA IN MASSIMO 3 GIOCATORI (3V4) ENTRO 15"

IN TRANSIZIONE NEGATIVA: NON PERMETTERE LA GIOCATA A JOLLY O COMPAGNI IN ZONE DIVERSE.





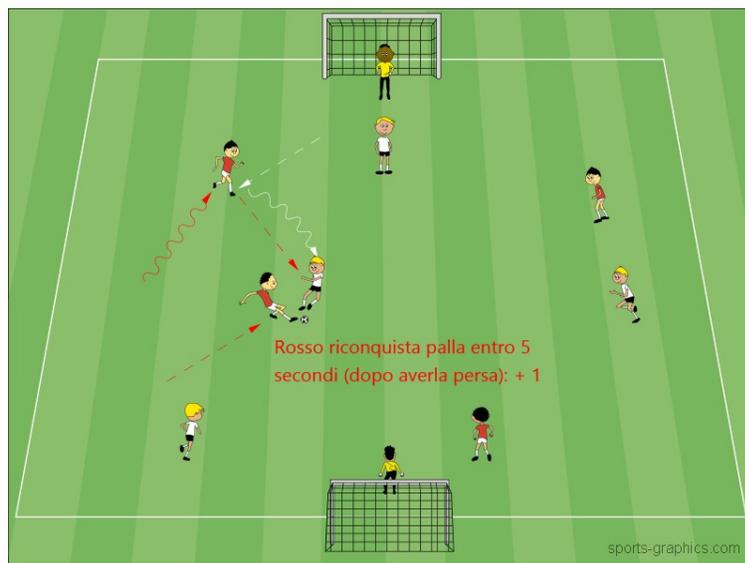
**MATTIA
RIZZO**

RICONQUISTA VELOCE, DIFENDO ATTACCANDO

MATTIA RIZZO, ALLENATORE UEFA B
PRESSO CEF SAN MARINO

FOCUS: TRANSIZIONE NEGATIVA

PRINCIPIO: RICONQUISTA VELOCE DELLA PALLA



UN GIOCO CHE SI SVILUPPA IN UNA PARTITA LIBERA 5VS5, IN CASO DI PERDITA DEL PALLONE E RICONQUISTA VELOCE (ENTRO 5 SECONDI), LA SQUADRA (ROSSA NELL'ESEMPIO) CONQUISTERÀ UN PUNTO EXTRA.

VARIANTE : AGGIUNGERE LE PORTICINE DI RELAZIONE E LA SQUADRA CHE RIUSCIRÀ A RICONQUISTARE VELOCEMENTE LA PALLA NELLA ZONA DI COSTRUZIONE AVVERSARIA POTRÀ SEGNARE NELLA PORTA CENTRALE E/O NELLE PORTE LATERALI

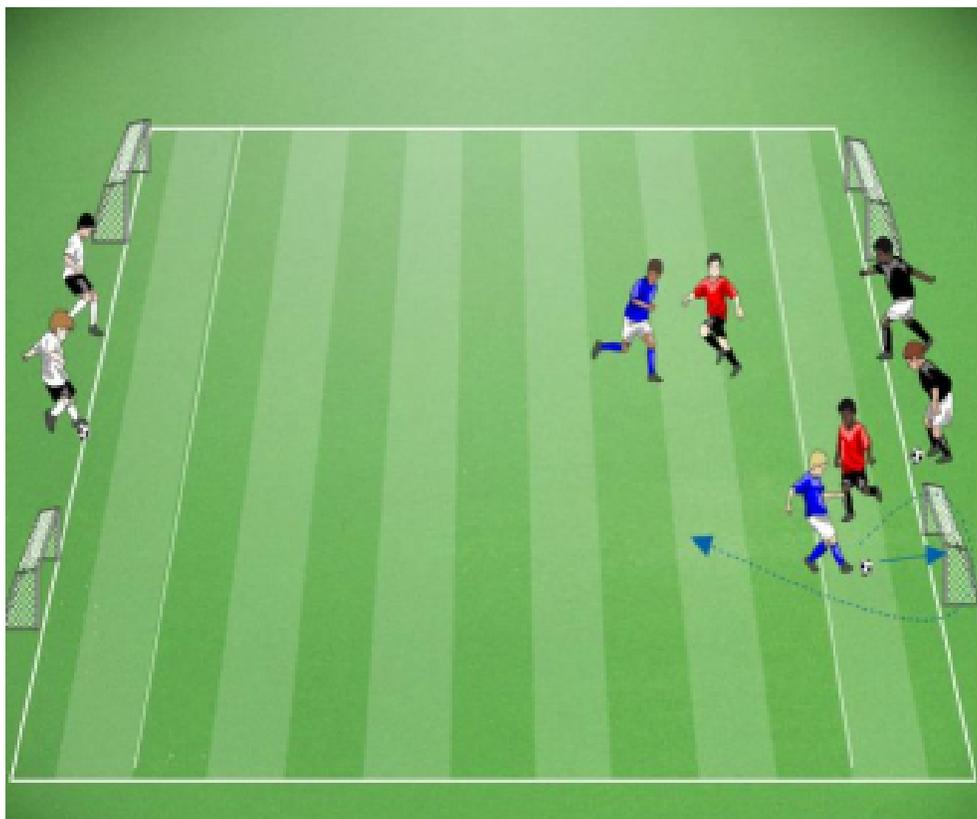




FABIO DE NOBILI

ATTACCO VELOCE IN SUPERIORITA' NUMERICA

FABIO DE NOBILI, ALLENATORE UEFA C
PRESSO G.S. CONDOR AZZANO



SI GIOCA UN 2VS2 CON GOL VALIDO SOLO IN ZONA DI TIRO. IL GIOCATORE DELLA SQUADRA CHE HA EFFETTUATO IL TIRO (BLU NEL DISEGNO) SIA CHE ABBAIA SEGNATO OPPURE NO (PALLA FUORI) DEVE AGGIRARE LA PORTINA IN CUI HA CALCIATO PRIMA DI POTER TORNARE IN CAMPO ED AIUTARE IL COMPAGNO RIMASTO IN CAMPO PER DIFENDERE.

LA SQUADRA DIETRO LA PORTINA SU CUI È STATO EFFETTUATO IL TIRO, (NERI NEL DISEGNO) ENTRERÀ IN CAMPO APPENA EFFETTATO IL TIRO PER AFFRONTARE LA SQUADRA BLU E SFRUTTANDO PER ALCUNI ISTANTI IL VANTAGGIO NUMERICO, IL GIOCATORE BLU CHE HA AGGIRATO LA PORTA DEVE ESSERE RAPIDO A RIENTRARE PER COLLABORARE COL COMPAGNO RICERCANDO LA RICONQUISTA DELLA PALLA MENTRE I NERI DOVRANNO ESSERE RAPIDI A CERCARE LA VIA DEL GOL SFRUTTANDO LA SUPERIORITA' NUMERICA

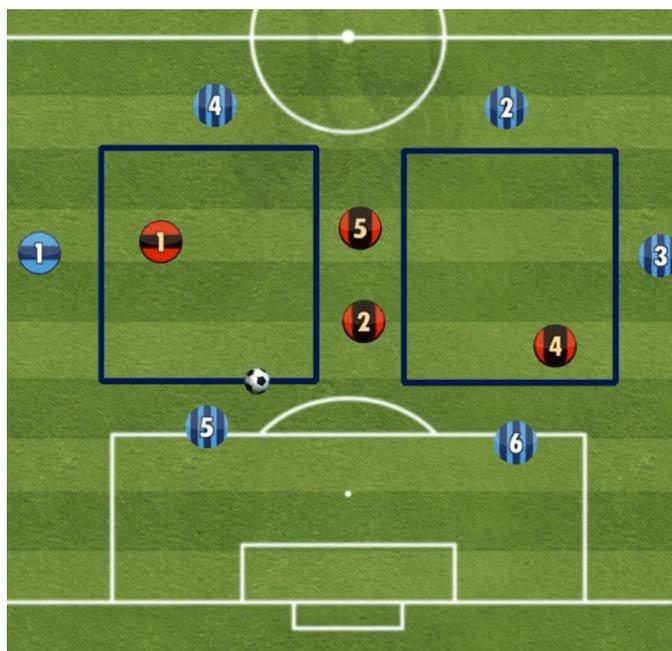




**MASSIMILIANO
PERRELLI**

POSSESSO PALLA 6VS4

MASSIMILIANO PERRELLI, ALLENATORE
UEFA B PRESSO ALPIGNANO



UTILIZZIAMO UN SOLO PALLONE. I 3 GIOCATORI (BLU) ESTERNI AL QUADRATO DOVRANNO PASSARSI LA PALLA TRA LORO SENZA CHE QUESTA VENGA INTERCETTATA DAL GIOCATORE ROSSO ALL'INTERNO DEL QUADRATO. L'OBIETTIVO SARÀ QUELLO PASSARE LA PALLA AD UNO DEI COMPAGNI NEL QUADRATO OPPOSTO FACENDO PASSARE LA PALLA ALL'INTERNO DEI 2 QUADRATO SENZA CHE QUESTA VENGA INTERCETTATA DAL GIOCATORE (ROSSO) ALL'INTERNO DEL QUADRATO (CHE POSSIEDE PALLA) E DA I DUE GIOCATORI (ROSSO) TRA I DUE QUADRATI. N.B.: IL GIOCATORE ALL'INTERNO DEL QUADRATO OPPOSTO RISPETTO ALLA PALLA NON POTRÀ INTERCETTARLA.

EVOLUZIONE: L'ISTRUTTORE È PRONTO CON DIVERSI PALLONI DA METTERE SUBITO IN GIOCO NEL CASO IN CUI LA SQUADRA IN POSSESSO NON RIESCA IN X SECONDI (SOLITAMENTE 5/6") A PASSARE LA PALLA ALL'ALTRO QUADRATO.

VARIANTI: AGGIUNGERE ALL'INTERNO DEL QUADRATO UN GIOCATORE DI SUPPORTO (COMODINO) AI GIOCATORI (BLU) ESTERNI.



1VS1 NELL'ARENA

**JURI
BOCCONCELLO**

JURI BOCCONCELLO, ALLENATORE UEFA B
PRESSO BULGAROGRASSO ACADEMY



DIVIDERE I GIOCATORI IN 2 SQUADRE, CHE SI SFIDERANNO A CHI REALIZZA PIU' GOL, ALTERNARE I COMPITI DI ATTACCARE O DIFENDERE ALLE DUE SQUADRE.

DELIMITARE UNO SPAZIO, "L'ARENA" IN CUI SI SVOLGERANNO LE SFIDE DI 1VS1.

LO SPAZIO SARA' DELIMITATO ED ATTRAVERSATO DA DUE NASTRI AD ALTEZZA 20CM.

I GIOCATORI PARTIRANNO OGNI VOLTA CHE LA PALLA DELLA COPPIA PRECEDENTE USCIRÀ DAL CAMPO O ENTRERÀ IN PORTA.

VARIARE LE POSIZIONI DI PARTENZA PER LA SFIDA, FRONTALE, LATERALE, ETC OGNI 2 SOLUZIONI.



**WILLIAM
PALAZZO**

SFIDE MAGICHE

SU MISURA PER : PICCOLI AMICI

WILLIAM PALAZZO, ALLENATORE
UEFA B PRESSO LUGANO CALCIO

IN QUESTA CATEGORIA, DOVE I BAMBINI DI 5/6 ANNI HANNO IL LORO PRIMO APPROCCIO CON IL GIOCO DEL CALCIO, OLTRE A STIMOLARE TUTTI GLI ASPETTI RELATIVI ALLO SVILUPPO MOTORIO E ALLA CONOSCENZA DEI GESTI TECNICI (GUIDARE – CALCIARE – CONTROLLARE) DIVENTA IMPORTANTE INIZIARE A LAVORARE SULLA COMPrensIONE DEL GIOCO E QUINDI UN PRIMO APPROCCIO ALLA COLLABORAZIONE TRA DUE GIOCATORI . IMPORTANTE INIZIARE GIÀ A FAR COMPNDERE AI BAMBINI CHE IL PORTIERE È PARTE ATTIVA DEL GIOCO ANCHE QUANDO SI ATTACCA E NON SOLO UN DIFENSORE DELLA PORTA . IN QUESTA ESERCITAZIONE BISOGNERÀ DARE ENFASI ALL'ENTRATA NELLE "PORTE MAGICHE COLORATE " CHE PERMETTERÀ AI BAMBINI DI INIZIARE IL GIOCO . QUINDI IL VIA SARÀ LA PAROLA D'ORDINE "PORTE MAGICHE" , CHE A LIVELLO EMOTIVO È MOLTO PIÙ COINVOLGENTE DI UN SEMPLICE "VIA". ANDIAMO A STIMOLARE LA LORO ATTENZIONE E LA LORO CAPACITÀ DI PARTECIPARE AL GIOCO ED ESSERE ATTIVI QUANDO SI È IN POSSESSO MA ANCHE QUANDO SI È IN FASE DI NON POSSESSO PER TENTARE DI RECUPERARE LA PALLA SUBITO . SE RECUPERO LA PALLA SUBITO POSSO FARE GOL ! INOLTRE BISOGNERÀ STIMOLARE IL BAMBINO CHE PARTIRÀ DALLA PORTA A PARTECIPARE AL GIOCO ANDANDO IN VANTI CON IL COMPAGNO. PER LA RIUSCITA DI QUALSIASI ESERCIZIO O ESERCITAZIONE REPUTO ESSENZIALE LA PRESENZA DELL'ALLENATORE CON CONTINUI INCITAMENTI E RINFORZI POSITIVI . LA PRESENZA COSTANTE DELL'ALLENATORE CHE SI MUOVE E PARLA DURANTE L'ATTIVITÀ MANTIENE ALTA L'ATTENZIONE .

ESECUZIONE : I GIOCATORI BIANCO E NERO PARTONO VICINO AI CINESINI COLORATI ESEGUENDO UNA CORSA PER ENTRARE NELLA PORTA "MAGICA " DELLO STESSO COLORE DEL CINESINO DI PARTENZA . IL GIOCATORE CON PALLA INVECE PARTIRÀ DI FIANCO ALLA PORTA CON LA PALLA IN MANO .

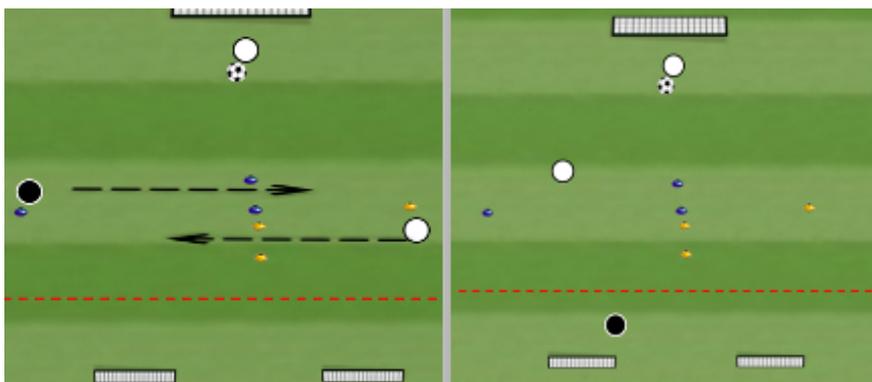
IL GIOCATORE NERO DIVENTERÀ IL DIFENSORE DOPO ESSERE PASSATO NELLA PORTA BLU

IL GIOCATORE BIANCO POTRÀ RICEVERE IL PALLONE DOPO ESSERE PASSATO NELLA PORTA GIALLA.

IL PORTIERE DOPO AVER GIOCATO PALLA CON LE MANI DOVRÀ ESSERE STIMOLATO A SEGUIRE IL COMPAGNO PER AIUTARLO A FARE GOL IN UNA DELLE DUE PORTICINE ,CONTRO IL DIFENSORE CHE DOVRÀ CERCARE DI RUBARE LA PALLA PER FARE GOL NELLA PORTA GRANDE.

LA LINEA ROSSA POTRÀ ESSERE UTILIZZATA IN DUE CASI

1. STIMOLARE I BAMBINI A NON CALCIARE SUBITO IL PALLONE IN PORTA PER PAURA DI PERDERLO .QUINDI STIMOLARLI A GUIDARE DENTRO
2. VINCOLARE IL DIFENSORE NEL CASO IN CUI I BAMBINI SIANO ECCESSIVAMENTE IN DIFFICOLTÀ NEL COLLABORARE CONTRO UN DIFENSORE ATTIVO A TUTTO CAMPO





**ALESSANDRO
BERTI**

LE VOLPI E IL LUPO

SU MISURA PER : PRIMI CALCI

ALESSANDRO BERTI, ALLENATORE
UEFA C PRESSO AIROLDI CALCIO

IL GIOCO È PENSATO PER UN GRUPPO CON ABILITÀ DIVERSE, VALUTANDO ALCUNE DELLE CARATTERISTICHE DEI BAMBINI IN QUESTA FASCIA D'ETÀ, IN PARTICOLARE LA POCA ATTENZIONE E L' IMPORTANZA DI CREARE DEI MOMENTI COINVOLGENTI, DIVERTENTI CON LA POSSIBILITÀ DI AVERE ESPERIENZE DI SUCCESSO.



- IL GIOCO : LE VOLPI E IL LUPO
- SVILUPPI: 1V1, 2VS1, 3VS1
- FOCUS PRINCIPIO DI GIOCO : SUPERARE UN AVVERSARIO INVADENDO LO SPAZIO LIBERO
- FOCUS FUNZIONI ESECUTIVE : ATTENZIONE
- FOCUS EMOTIVO : FIDUCIA CORAGGIO
- FOCUS TECNICO : CONDUZIONE
- FASE : FINALIZZAZIONE
- ZONA : FINALIZZAZIONE

DESCRIZIONE : I GIOCATORI ATTACCANTI CON LA PALLA SONO POSIZIONATI SU UN LATO DEL CAMPO SU 3 FILE SEGNALATE DA 3 CONETTI DI DIVERSI COLORI, 1 GIOCATORE DIFENSORE SI PUÒ MUOVERE SOLO NEL RETTANGOLO DAVANTI ALLE 2 PORTICINE DA DIFENDERE SE CONQUISTA PALLA PUÒ FARE GOL NELLA PORTICINA DI FRONTE, L'AZIONE COMINCIA QUANDO IL FORMATORE CHIAMA UNO O PIÙ COLORI DEL GIOCATORE O GIOCATORI CHE CERCANO DI ANDARE A FARE GOL NELLE 2 PORTICINE ATTRAVERSANDO IL RETTANGOLO DIFESO DAL DIFENSORE.

REGOLE: VINCE L'AZIONE CHI FA PIÙ GOL TRA ATTACCANTI E DIFENSORE, L'AZIONE FINISCE CON IL GOL O SE LA PALLA ESCE DAL CAMPO, OGNI 3 MINUTI CAMBIO DEL DIFENDENTE.

ASPETTI COGNITIVI : ASSEGNIAMO POSIZIONI DI PARTENZA CON COLORI DIVERSI PER MIGLIORARE L'ATTENZIONE E PER GESTIRE L'ESPERIENZA DEL SINGOLO GIOCATORE IN BASE ALLE PROPRIE CAPACITÀ TECNICHE TATTICHE O EMOTIVE, AD ESEMPIO SE VEDIAMO UN GIOCATORE PIÙ ABILE LO FACCIAMO GIOCARE 1VS 1, UN GIOCATORE MENO ABILE O PIÙ EMOTIVO POSSIAMO INIZIALMENTE FARLO GIOCARE 3VS1 PER PERMETTERGLI UN'ESPERIENZA DI SUCCESSO, PER POI ARRIVARE ALL'1VS 1.

VARIANTI : SFIDE A SQUADRE METTENDO PIÙ CONETTI COME PUNTI DI PARTENZA.

ATTREZZATURE : PALLONI, 6 PORTICINE (O CONI), CONETTI DI DIVERSI COLORI.

ORGANIZZAZIONE: SUDDIVISIONE SI 2 CAMPI PER DIMINUIRE I TEMPI MORTI



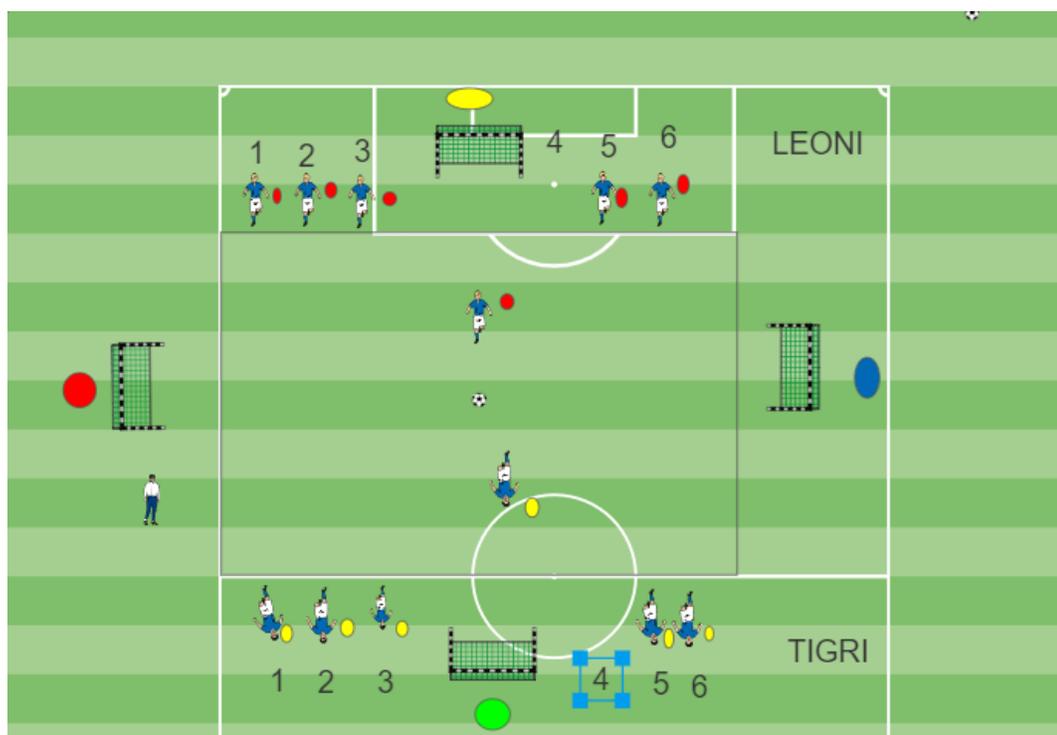


**KATIA
MATTAREL**

GIOCO: PALLA ... VOLA

IMPARIAMO GIOCANDO

KATIA MATTAREL, ALLENATRICE UEFA B
PRESSO CITTA' DI BRUGHERIO



DIVIDERE I GIOCATORI IN DUE SQUADRE (ES. TIGRI E LEONI), I GIOCATORI SI POSIZIONERANNO DISTANZIATI E OPPOSTI, E AL CENTRO DEL CAMPO VI SARANNO DEI PALLONI. AII GIOCATORI DI OGNI SQUADRA SI ASSEGNA UN NUMERO. IL FORMATORE CHIAMA I NUMERI CHE SI SFIDERRANNO CORRENDO VERSO IL CENTRO DEL CAMPO PER LA CONQUISTA DEL PALLONE, MA MANTENENDO IN VOLO UN PALLONCINO, A PALLONE CONQUISTATO SI RICERCA IL GOL NELLA PORTICINA .

VARIANTI:

1. UTILIZZARE PIU' PORTE A CUI ASSEGNARE UN COLORE, IL FORMATORE INDICA IL COLORE DELLA PORTA IN CUI FARE GOL
2. SFIDA A CHI SEGNA PER PRIMO (UTILIZZANDO 2 PALLONI AD OGNI CHIAMATA)
3. SFIDA DI 1VS1 CON UTILIZZO DI UN SOLO PALLONE A SFIDA





SCELTO PER TE



WWW.FOOTBALLIDEA.NET

RI-COSTRUISCO SU CORRIDOIO A SCELTA



GABRIELE MAURO

ALLENATORE UEFA B PRESSO ANCONA UDINE

RI-COSTRUISCO SU CORRIDOIO A SCELTA



15 minuti



24x15 metri



6 giocatori



Smarcamento in Ri-costruzione dal basso

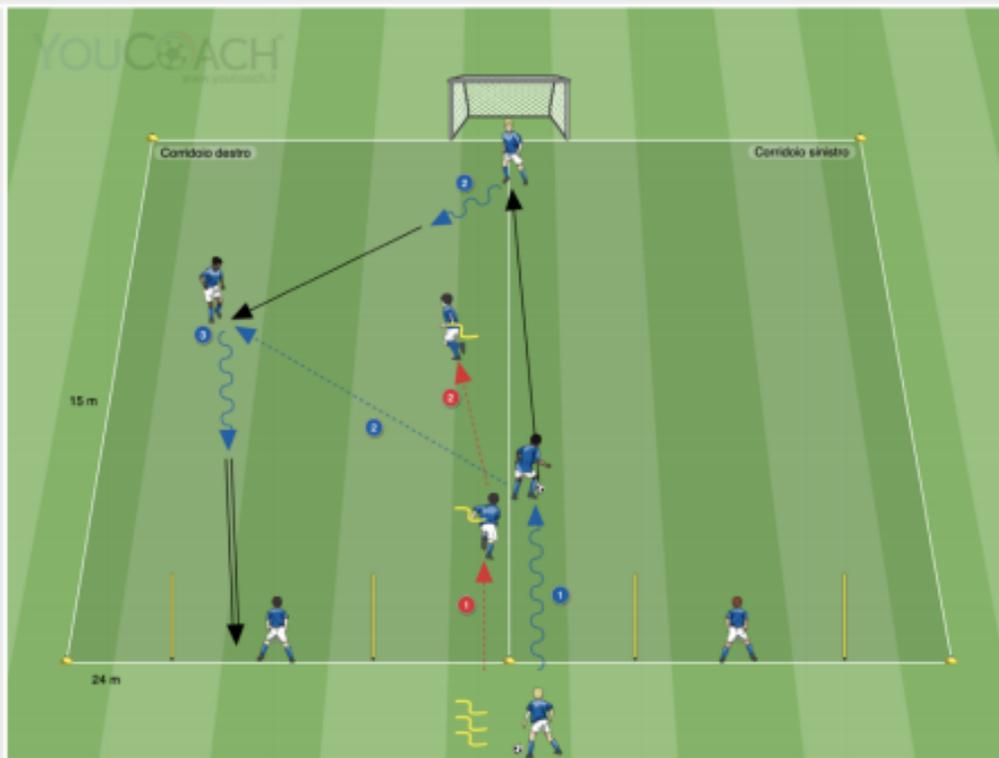
Descrizione

Lo spazio di gioco è composto da un rettangolo diviso in senso verticale da una linea che lo separa in due corridoi: quello di destra e quello di sinistra. Al centro di uno dei due lati lunghi si colloca una porta regolamentare, sul versante opposto si posizionano due mini-porte (con paletti) in corrispondenza a metà dei due corridoi creati.

Inizialmente i giocatori si posizionano come in figura:

- tre giocatori si collocano nel punto di partenza (cinesino in corrispondenza del quale si identifica la linea che divide il campo in due corridoi). Due sono in possesso di palla, uno ha una casacca in mano. Altre casacche vengono lasciate nei pressi del punto di partenza per permettere una maggiore celerità nell'inizio delle azioni successive.
- tre giocatori si posizionano ognuno a difesa di una delle tre porte.

Il gioco propone una situazione di gioco in zona di costruzione attraverso la ri-costruzione di uno sviluppo di gioco a seguito di un passaggio all'indietro al portiere. Ciò determina una situazione di 2v1 che porta ad una finalizzazione nelle mini-porte collocate nei due corridoi di gioco.



Regole

- Dal punto di partenza uno dei giocatori in possesso di palla dà il via all'azione conducendo la sfera verso la porta centrale. Il compito del giocatore senza palla (con casacca in mano) è quello di inseguirlo. Quest'ultimo, però, può recuperare la sfera solo a seguito del retro-passaggio del portatore di palla al portiere. [1]
- Il possessore infatti deve, dopo qualche metro di conduzione, scaricare palla al portiere e compiere una scelta: andare ad occupare, con l'obiettivo di ricevere la palla di ritorno dall'estremo difensore, uno dei due corridoi di gioco. Tale scelta è irreversibile, quindi una volta scelto il corridoio non si può andare ad occupare il corridoio precedentemente escluso (in figura si opta per il corridoio destro). [2]
- Dal momento in cui il portiere riceve il pallone il giocatore in pressione può recuperare il possesso della sfera, anche direttamente dal portiere. Questo mette tale giocatore in condizione di dover scegliere: pressione forte sul portiere, marcatura sul giocatore di movimento avversario, mantenimento di una posizione a metà tra le due possibilità sopra citate, ecc. [2]
- A questo punto si viene a creare una situazione di 2 contro 1 che ha come obiettivo per il portiere e il proprio compagno la finalizzazione verso la porta opposta, per il giocatore con casacca in pressione il recupero della sfera e la finalizzazione verso la porta centrale. Tale situazione può essere risolta con diverse modalità a seconda dei comportamenti di gioco, ma risultano fondamentali i movimenti di smarcamento combinato e azioni di gioco del possessore al fine di attrarre il difendente.

Rotazioni

- Chi calcia prende il posto del portiere a difesa della porta verso la quale è avvenuto il tiro. L'altro giocatore prende il posto del portiere a difesa della porta opposta.
- Il portiere che difende la mini-porta raccoglie una casacca e diventa giocatore difensivo nell'azione seguente, assieme al giocatore già precedentemente posizionato nel punto di partenza e rimasto in attesa durante l'azione di gioco appena conclusa.
- Il portiere che difende la porta porta centrale recupera un pallone e si posiziona in attesa nel punto di partenza.

Varianti

1. Vincolare il giocatore che parte in possesso di palla ad essere l'unico che può finalizzare nel 2v1. In questo modo il difensore è più propenso ad una marcatura stretta del giocatore offensivo ed il portiere, non potendo finalizzare, deve mettere in atto dei comportamenti per attrarre il difensore.

Comportamenti privilegiati

- Il giocatore in possesso, dopo aver trasmesso al portiere, deve effettuare dei movimenti di inganno al fine di prendersi tempo e spazio dall'avversario nel movimento a smarcarsi in uno dei due corridoi.
- La corsa nel movimento di smarcamento deve essere frontale, in modo tale da essere particolarmente veloce, cercando però di mantenere il contatto visivo con il portiere.
- Il portiere, qualora non subisca pressione, deve condurre palla al fine di attrarre il giocatore difendente e liberare spazio per il compagno che, a sua volta, deve cercare di mettere in atto dei movimenti di smarcamento per ricevere palla e calciare in porta.

Adattamenti numerici

Numeri pari

- Con 16 giocatori: raddoppiare la stazione e posizionare altri due giocatori in attesa, uno con palla e uno senza palla.
- Con 14 giocatori: raddoppiare la stazione e posizionare 2 giocatori in attesa, con palla e senza palla.
- Con 12 giocatori: raddoppiare la stazione
- Con 10 giocatori: raddoppiare la stazione e togliere i giocatori a difesa delle mini-porte. Oppure raddoppiare la stazione e non prevedere, inizialmente, alcun giocatore in attesa, stimolando i portieri (che passano ad essere i giocatori che danno il via alla successiva azione) ad essere veloci nel raggiungere il punto di partenza.
- In caso di 8 giocatori: aggiungere due giocatori in attesa, uno con palla e uno senza palla.
- In caso di n. pari < 6 giocatori: togliere i portieri a difesa delle mini- porte.

Numeri dispari

- Aggiungere giocatori in attesa



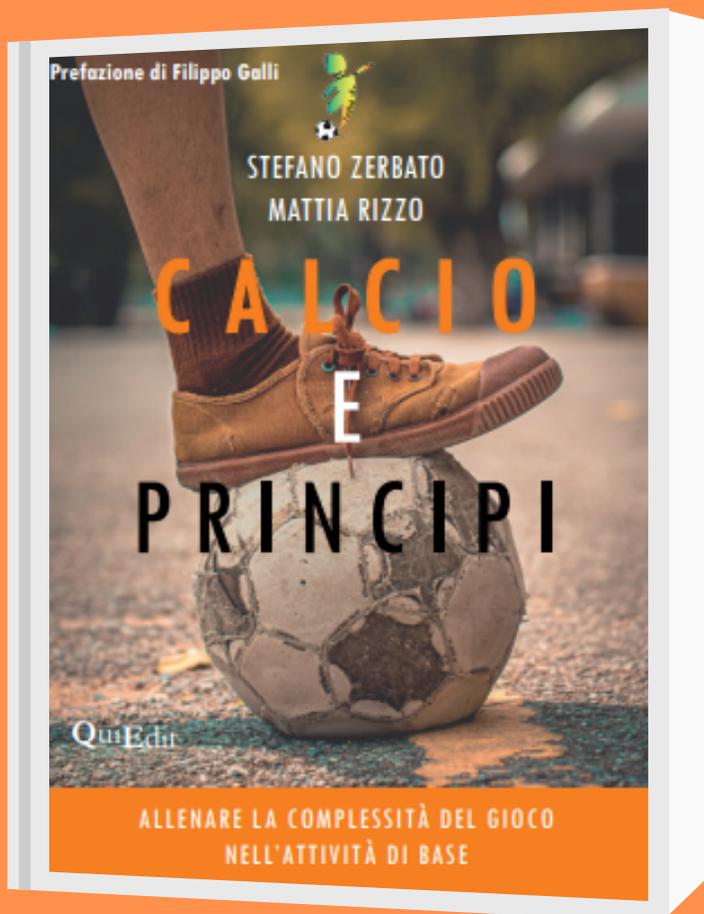
IL 3° LIBRO DI FOOTBALL IDEA



"CALCIO E PRINCIPI"

**MANUALE PER UNA PROGRAMMAZIONE DELL'ATTIVITA'
DI BASE DAI PICCOLI AMICI AGLI ESORDIENTI BASATA
SUI PRINCIPI DI GIOCO**

**PER INFORMAZIONI E ORDINAZIONI SCRIVI AL
3477628169 O ASDFOOTBALLIDEA@GMAIL.COM**



**PRE ORDINALO
PER RICEVERE
UN ESCLUSIVO
SCONTO**

SCRITTO DA



STEFANO ZERBATO



MATTIA RIZZO



COLLANA LIBRI FOOTBALL IDEA



4 CHIACCHIERE CON ...

WWW.FOOTBALLIDEA.NET



INTERVISTA A

ALESSIO MIZZONI

**ALLENATORE UEFA A
Responsabile della
metodologia
dell'allenamento Accademia
Frosinone scuola Calcio.
Allenatore Under 14
Frosinone Calcio**



CIAO BENVENUTO SU FOOTBALL IDEA , GRAZIE DI AVER ACCETTATO IL NOSTRO INVITO , PRIMA DI INIZIARE VORREMMO CI PARLASSI UN PO' DI TE E DI QUANDO HAI MOSSO I PRIMI PASSI NEL MONDO DEL CALCIO?

Grazie a Voi per aver pensato a me per la vostra intervista. Innanzitutto vi dico chi NON sono. Non sono laureato, non sono professore, nè dottore. Non sono un profeta, un mago e nemmeno un oracolo. Sono semplicemente un grande appassionato di calcio e, in particolare, di tutto ciò che concerne l'organizzazione, la metodologia e la programmazione dell'allenamento calcistico. Ho iniziato a giocare a calcio sin dalla tenera età, ovviamente sotto casa come tutti i bambini della mia generazione. Dai 6 anni ai 32 ho praticato il calcio a livello dilettantistico. Nel 2004 un po' per gioco, un po' per scommessa, ho iniziato ad allenare una squadra di pulcini ed è stato fin da subito amore a prima vista tant'è vero che ancora oggi, a distanza di anni, ancora alleno con la stessa passione e determinazione. Ho esercitato la professione, in maniera più o meno alternata, sia nella scuola sia il calcio degli adulti.

A TTUALMENTE SEI ALL'INTERNO DEL FROSINONE CALCIO, COME E' ARRIVATA LA CHIAMATA?

Nel 2017 dopo aver terminato il campionato di Eccellenza con il ruolo di allenatore sono stato contattato dal Presidente dell'Accademia Frosinone Calcio Luigi Lunghi, ritrovando dopo tanti anni un ex-compagno di squadra con il quale ho condiviso un campionato di Eccellenza. Fin da subito sono stato coinvolto dal suo progetto ed ho condiviso la sua visione sul calcio giovanile.

QUAL E' IL TUO RUOLO ALL'INTERNO DELLA SOCIETA'?

All'interno della stessa Società ho ricoperto diversi ruoli, da istruttore a responsabile tecnico fino all'attuale incarico di responsabile della metodologia dell'allenamento.





QUAL'E' LA TUA IDEA DI FORMAZIONE NEI GIOVANI?

Per rispondere a questa domanda non basterebbe una sola intervista. Più che di scuola calcio parlerei di scuola di educazione allo sport, il calcio è uno strumento educativo molto importante. Il gioco diventa il mezzo e l'educazione diventa il fine. Con quello che stanno vivendo i bambini oggi per colpa della pandemia... il calcio assume ancor di più un ruolo ricreativo e socializzante per i giovani. Tutti gli obiettivi, che ci prefissiamo di raggiungere, attraverso la programmazione dell'attività, devono essere mirati all'ottimizzazione del percorso di formazione sportiva del giovane. La centralità del progetto è il bambino. La formazione del singolo giocatore è la priorità assoluta, quindi il metodo è in ogni suo aspetto, finalizzato alla crescita del singolo elemento. Gli aspetti organizzativi vanno subordinati a questa importante necessità e non viceversa. Le aspettative improprie delle varie componenti esterne (genitori, dirigenti, istruttori) devono adattarsi alle priorità specifiche, funzionali del bambino.

A QUALE METODOLOGIA TI ISPIRI?

In realtà non mi ispiro ad una metodologia in particolare... le ho studiate e approfondite nel dettaglio praticamente tutte poi ho cercato di prendere il meglio di ognuno di esse e ho creato un metodo che potesse adattarsi, nel migliore dei modi, all'ambiente in cui ci troviamo ad operare. Un metodo che tenga presente e che rispetti tutte le componenti del sistema (Territorio, cultura, clima, strutture, quantità/qualità dei ragazzi, ecc. ecc.). Il metodo deve essere come un abito creato su misura, ragion per cui non può essere rigido e inflessibile ma deve essere in continua evoluzione e pronto ad accogliere tutti i cambiamenti e le novità che la scienza ci prospetta.

VISTI I TUOI TRASCORSI DA COLLABORATORE IN SERIE A, CI RACCONTI LA TUA ESPERIENZA?

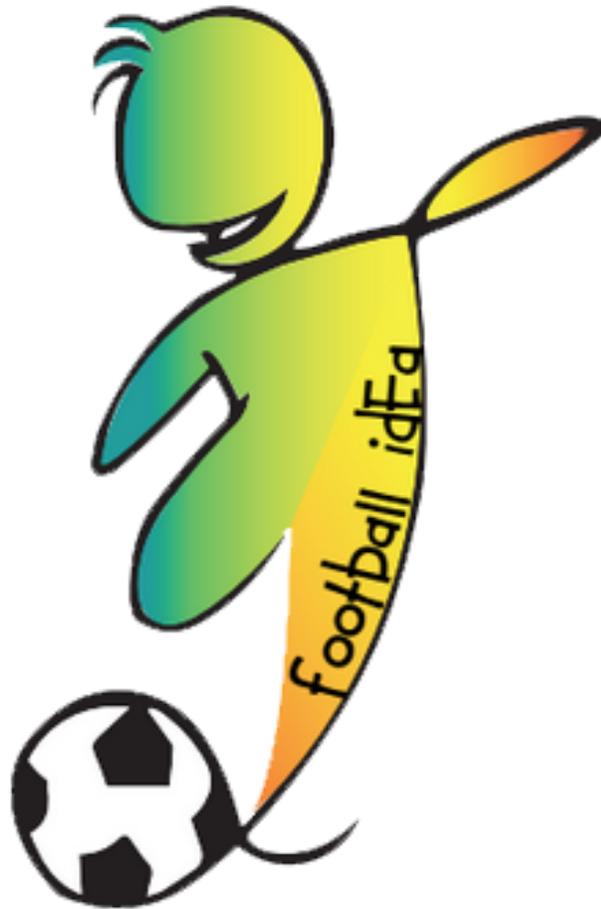
Nella stagione 2018/2019 con il Frosinone in serie A ho ricoperto il ruolo di collaboratore tecnico in prima squadra sia nella gestione con il mister Longo e successivamente con il mister Baroni. Nello specifico mi occupavo della riattrezzatura tecnica dei calciatori infortunati. E' stata un'esperienza altamente formativa sia dal punto di vista professionale che umano. Il mio ruolo mi ha permesso di stare a stretto contatto con calciatori di altissimo livello professionale e ho avuto modo di capire cosa succede dall'altra parte della "barricata" creando un rapporto di empatia ho potuto assaporare, cosa vivono, provano e sentono davanti alle scelte dei mister e alle situazioni positive e negative che si alternano durante il corso della stagione. Inoltre osservare da vicino due tecnici professionisti molto preparati ha sicuramente ampliato il mio bagaglio sia tecnico che professionale.

Grazie mille per la disponibilità ed il tempo che ci hai concesso.

In queste ultime righe ti lasciamo lo spazio per un tuo pensiero, una dedica o un saluto particolare

Voglio ringraziare sia voi di football Idea per aver pensato al sottoscritto per questa intervista colgo l'occasione per fare i miei più sinceri complimenti per tutto il lavoro che state svolgendo, credo fortemente che tutto il sistema calcio abbia bisogno di giovani intraprendenti e preparati come voi che hanno il coraggio di proporre e condividere le loro idee.





SEGUI FOOTBALL IDEA SUI SOCIAL:



PAGINA FACEBOOK : Football Idea



PROFILO INSTAGRAM: footballidea1



CANALE YOUTUBE: football idea



asdfootballidea@gmail.com