

1

ETO, 30 GENNAIO 1988 06

C.O.N.I.



F.I.G.C.

SCUOLA DI CALCIO

A TUTTI GLI ALLENATORI
INTERESSATI.

SENZA TENER CONTO DI QUALSIASI PRIORITA', DI SEGUITO SI' RIPORTANO ALCUNI
SUGGERIMENTI CHE POSSONO RISULTARE UTILI IN ALLENAMENTO.

- °° TERMINOLOGIA UTILIZZATA DURANTE QUALSIASI LAVORO SUL CAMPO: esercizio,
situazione , gioco a tema , gioco guidato, gioco libero,
propedeutico;
- °° ESERCITAZIONI DIVERSE PER OBIETTIVI UGUALI A CUI FACCIAMO RIFERIMENTO.
- °° SE PROPONIAMO UN LAVORO RIGUARDANTE I FONDAMENTALI INDIVIDUALI, CERCHIAMO
NEL LIMITE DEL POSSIBILE DI PROPORLI CON OBIETTIVO NON FINE A
SE STESSI.
- °° FACCIAMO CAPIRE AI NOSTRI GIOVANI CHE LO SBAGLIO E' IL LORO PRIMO DIRITTO,
EVITANDO DI DRAMMATIZZARE, CERCANDO CON LA DOVUTA TRANQUILLITA' LE SOLUZIONI.
- °° PERCHE' DOBBIAMO PUNTARE MAGGIORMENTE SULLE CAPACITA' COORDINATIVE NEL S.G.S.?
- °° PERCHE' DOVREMMO CAPIRE DI PIU' CHI DRIBBLA NELLE SCUOLE DI CALCIO?
- °° NEGLI ALLENAMENTI DISPUTARE DALLE 2 ALLE 4 PARTITELLE PER POTER RICAVARE (
(non solo), ESERCITAZIONI DAI PROBLEMI CHE SI EVIDENZIANO.
PER I PRIMI CALCI NON ANDARE OLTRE IL 5 CONTRO 5, PER I PULCINI 7:7
SALTUARIAMENTE 9:9 OPPURE 11:11.
- °° DURANTE LE PARTITELLE FACCIAMO COMPRENDERE LE REGOLE. Se la palla esce
dal campo, come riprendiamo il gioco? ... rinvio, perchè? ... l'angolo, perchè ?
ecc. ecc.
- °° INTERVENIRE CON TONO PACATO, in modo semplice e chiaro, poco se possibile.
- °° FAVORIRE L'AUTONOMIA NEI GRUPPI SQUADRA.
- °° METTERSI SEMPRE IN POSIZIONE TALE DA POTER OSSERVARE TUTTO CIO' CHE SI
STA FACENDO; QUANDO L'ALLENATORE SPIEGA ? DEVE ACCERTARSI CHE TUTTI SIANO
VICINI A SUFFICIENZA PER POTER ASCOLTARE.
- °° SE POSSIAMO, EVITIAMO L'ADDESTRAMENTO E FAVORIAMO MAGGIORMENTE QUEI PROCES-
SI CHE FAVORISCONO LO SVILUPPO DELLE CAPACITA' DEL GIOVANE.
- °° NELLE ESERCITAZIONI, DIAMO PIU' SPAZIO A STIMOLI VISIVI RISPETTO A QUELLI ACUSTICI.

C.O.N.I.



F.I.G.C.

SCUOLA DI CALCIO

2

2

- °° RICORDARE CHE LA COSA PIU' IMPORTANTE E' CHE I RAGAZZI SI DIVERTANO.
- °° ORGANIZZARE PRIMA, LA SEDUTA.
- °° SAPERE LE MOTIVAZIONI E GLI OBIETTIVI PREFISSATI DELLE VARIE FASI DELLA SEDUTA.
- °° METTERSI SPESSO IN DISCUSSIONE (non pretendere di sapere già tutto).
- °° FISSARE UN REGOLAMENTO INTERNO E FARLO RISPETTARE SOPRATTUTTO.
- °° USARE SOPRATTUTTO IL PALLONE PER LE ESERCITAZIONI SCELTE. ANCHE PER LAVORI DI MOBILITA' ARTICOLARE E PER TONIFICARE I MUSCOLI DEL CORPO IN MODO ADEGUATO E PROPORZIONATO ALL'ETA' INTERESSATA.
- °° LAVORARE SENZA COSTRINGERE I RAGAZZI A LUNGHE FILE (sono deleterie e allo stesso tempo pericolose per la salute se fatte in periodi freddi). ORGANIZZARE I LAVORI IN PICCOLI GRUPPI QUANDO SERVE, IN MODO CHE TUTTI SIANO SEMPRE ATTIVI.
- °° ALTERNARE NELLE SEDUTE DI ALLENAMENTO I MOMENTI DI GIOCO LIBERO (senza intervento dell'allenatore), A MOMENTI IN CUI E' RICHIESTA PIU' ATTENZIONE PER IMPARARE UNA O PIU' COSE.
- °° FAR GIOCARE TUTTI SE POSSIBILE ALTERNANDO I RUOLI. NON PRETENDERE DI AVER GIA' CAPITO CHE IL GIOCATORE HA GIA' LA "STOFFA" DELL'ATTACCANTE O DEL C.O. DIF.
- °° DARE IL GIUSTO PESO ALLA VITTORIA E POCO PESO ALLA SCONFITTA.
- °° ESSERE SPORTIVI NEL VERO SENSO DEL TERMINE CON AVVERSARI, COMPAGNI, ARBITRI, ALLENATORI, DIRIGENTI, ecc..

°°

°°

I RESPONSABILI DELL'ATTIVITA' DI BASE DEI COMITATI
DI ROVERETO, TRENTO, BOLZANO.