

proposte di allenamento nel settore giovanile

f LIVE **You Tube**
(canale)

sabato 2 maggio 2020
ore 15.30

Associazione Calcio
Maurizio Viscidi
Coordinatore Nazionale

1:38:26



oni



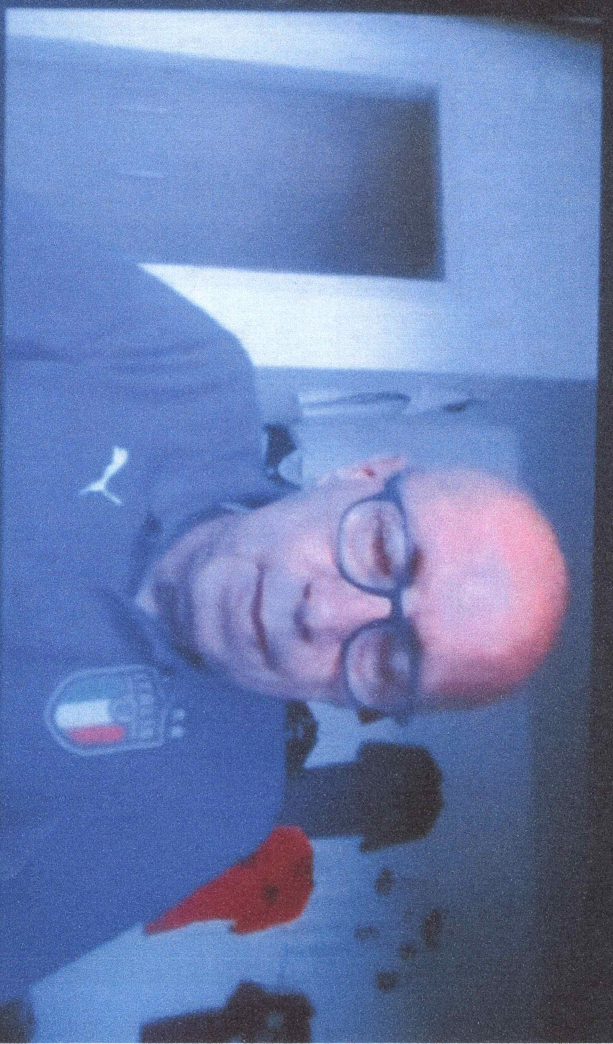
MAURIZIO VISCIDI 22/10/2020 07:45
proposte di allenamento ne...

MAURIZIO VISCIDI - proposte di allenamento nei settori giovanili



Maurizio Viscidi

ANAC CALABRIA LIVE



CALABRIA

Proposte di allenamento nei settori giovanili

1:36:02 / 1:38:25



TOSHIBA

22/10/2020 07:43

VISCIDI MAURIZIO NEL WEBINAR CON [AIAC CALABRIA](#).....SEGUONO ALCUNE DOMANDE E RISPOSTE PARTICOLARMENTE INTERESSANTI!! Le altre le trovate nel filmato you tube dal 58esimo minuto al 98 minuto!!

DOMANDA: NON CREDE CHE PER ESERCITARE DEI GESTI TECNICI COMPLESSI E' NECESSARIO LAVORARE IN MODO MULTIDISCIPLINARE CON I NOSTRI GIOVANI E SOPRATTUTTO LAVORARE IN MODO NOTEVOLE NELLE CATEGORIE PIU' BASSE PER RIDURRE IL GAP DELLA STRADA(PALESTRA DI VITA), CHE NON C'E, PIU'?MI RIFERISCO SOPRATTUTTO ALLE CAPACITA' COORDINATIVE ,QUELLE CHE CI CONSENTONO UN GESTO COMPLESSO. NON RITIENE CHE L'ERRORE POSSA ESSERE DOVUTO A CARENZE COORDINATIVE?

RISPOSTA: VELASCO POCHI GIORNI FA A COVERCIANO CI HA MESSO GROSSI DUBBI SECONDO IL SUO PUNTO DI VISTA...PERCHE'?

PERCHE' SOSTIENE CHE I GESTI TECNICI HANNO DELLE VIE NEURONALI CHE SONO TIPICHE DI OGNI DISCIPLINA SPORTIVA E NON SI AVVALGONO DI ESPERIENZE MOTORIE DI ALTRE DISCIPLINE.

SECONDO LUI DEVONO ESSERE SPECIFICHE PER OGNI DISCIPLINA. IO RITENGO CHE LA STIMOLAZIONE COORDINATIVA SPORTIVA GENERALE CREI POSSIBILITA' MAGGIORI IN OGNI INDIVIDUO. PERO' ,TI DICO UNA COSA...NOI AL CAMPO ABBIAMO POCHE ORE PER LAVORARE CON LA PALLA, QUINDI AL CAMPO DI CALCIO PREFERISCO FARE IL GIOCO CHE UNO HA SCELTO DI FARE , LASCIANDO ALLA SCUOLA IL COMPITO DELLA MULTIDISCIPLINA OPPURE AD ALTRA AGENZIA FORMATIVA.

DOMANDA: Quando devo lavorare con 15-20 bimbi da solo, come fare a sopperire alla mancanza di un aiuto concreto ? Cioe' altro allenatore?

RISPOSTA: NON DEVI PRETENDERE DI AVERE IL CONTROLLO SU TUTTI I RAGAZZINI CONTEMPORANEAMENTE...AGISCI COME NEI GIOCHI DI STRADA....FAI ESERCITAZIONE 5 C5 O 7C7 OPPURE..... IN UN SETTORE E LASCIA CHE GESTISCANO IN ALTRO SETTORE IL RESTO DEL GRUPPO...FA L' ESEMPIO DI UNA MADRE CHE HA 8-10 FIGLI...NE CONTROLLA UNO E GLI ALTRI SI ARRANGIANO E CRESCONO IN AUTONOMIA. CHI HA UN FIGLIO SOLO CREDE CHE SE NON C'E' LEI A BADARE A TUTTO...LE COSE ANDREBBERO MALE!

NON DOBBIAMO ESSERE DIRETTIVI MA PEDAGOGICAMENTE ATTIVI!!

DOMANDA di Daniele Zini :quanto importante iniziare a capire che l'errore va riconosciuto come uno strumento dell'apprendimento e non con una situazione punitiva, un mezzo dove i ragazzi possono sperimentare, conoscere e sviluppare capacità nell'auto correzione se fosse possibile?

RISPOSTA: fantastico Daniele ... mi dai l'opportunità di parlare anche di questo aspetto, quello dell'allenatore del settore giovanile italiano anche prima che arrivi una palla dice: difendi la palla, gioca la dietro... cambia gioco... attento... vai a dx ...VAI A sx..

L'apprendimento deve passare dall'errore...Non dobbiamo farlo vivere come dramma ma come momento indispensabile per la crescita...continue prove fintantoche' si arriva a esito voluto! Succedeva quando provavamo da piccoli l'equilibrio in bicicletta , oppure azioni di equilibrio particolari che impari nel momento di massima disponibilita' (periodi di maggior sviluppo coordinativo. ..dai 5 anni ai 12 in genere)!

DOMANDA: quali sono i parametri che ci fanno rendere conto che stiamo facendo un buon lavoro per i ragazzi? Grazie.

RISPOSTA: Se inizi la stagione con 20 ragazzi la finisci con 22! Quando vedi che sei costretto a mandar via dall'allenamento i ragazzini perché sono contenti di fare le cose proposte sul campo! Non vedono l'ora di tornare al campo per giocare! Usate sempre pedagogia attiva, dove l'allenatore da problemi da risolvere in situazioni soprattutto... **poca pedagogia direttiva, dove l'allenatore fa, dice, risolve tutto LUI!**

DOMANDA :di Salvatore ... che caratteristiche deve avere il calciatore del futuro... c'è la possibilità di un'apertura di un centro tecnico federale a Reggio città o in provincia?

RISPOSTA: il calciatore del futuro è un calciatore sempre più intelligente, sempre più forte e chiaramente devi avere giocatori che ragionano sempre più velocemente... giocatori intelligenti senza alcun dubbio!!

DOMANDA: quante ore far giocare i nostri bimbi?

RISPOSTA: il numero di ore è fondamentale... dicono le neuro scienze prima di chiunque altro. La ripetizione dei gesti, quindi la frequenza dell'esercizio svolto, crea un fenomeno che in neurologia viene chiamato f. neuro plastico, ovvero, aumenta il numero di dendriti (fibre minori che si ramificano a partire dal neurone, che trasportano il segnale nervoso in direzione centripeta), aumenta la trasmissione sinaptica e aumenta la mielinizzazione dell'ASSONE dove passano i segnali nervosi. In poche parole si crea una strada neuronale attraverso un numero elevato di ripetizioni. Se ad esempio impari a 4-5 anni l'equilibrio in bicicletta e poi la lasci per 20anni, quando la riprenderai in mano, quell'equilibrio lo ritroverai di sicuro visto che lo hai consolidato nel periodo sensibile (5-12 anni)

DOMANDA dell'allenatore della squadra femminile della Fiorentina Antonio Cincotta ... COME insegni lo smarcamento in allontanamento in una situazione di palla aperta all'interno di un gioco di posizione? Lo spazio circoscritto in queste situazioni non vanno a limitare questo tipo di smarcamento? un saluto da Firenze

RISPOSTA: assolutamente sì Antonio... allora i possessi di posizione hanno tantissimi vantaggi ma come tutte le esercitazioni hanno anche degli svantaggi... pensa ad esempio allo svantaggio del vertice che sta a palla aperta a postura chiusa invece che postura aperta per andare avanti e continuare l'azione positivamente...smarcarsi in una zona oltre una linea di pressione non è semplicissimo però nel 3 contro 3 con due jolly... se tu hai presente che i jolly sono sostegno e vertice...l'interno che si avvicina alla palla, soffoca la palla e si porta al marcatore ...ALL'INTERNO CHIEDI: COME PUOI FARE PER AIUTARE ...VEDRAI CHE L'INTERNO NON VA PIU' VERSO IL PORTATORE DI PALLA...SI SFILA...DA' UNA LINEA DI PASSAGGIO E L'INTERNO RIUSCIRA' A FARLO...RIUSCIRA' A FARLO ANCHE L'ESTERNO PERCHE' SE L'ESTERNO , A PALLA APERTA VIENE TUTTO BASSO, GLI ARRIVA UNA PRESSIONE...SE A PALLA APERTA STA OLTRE UNA LINEA DI PRESSIONE, SUL PRIMO CONTROLLO GIOCA GIA' SUL VERTICE....A QUEL PUNTO PUOI CHIEDERGLI: C'E' UN ALTRO MODO PER GIOCARE SUL VERTICE? A QUEL PUNTO LA RISPOSTA SARA' OTTIMALE!!

DOMANDA:
SPIEGHI COSA SIGNIFICA TIPSS ?

RISPOSTA:
TECNICA...INTELLIGENZA...SFERA PSICHICA...SPID-VELOCITA'...STATURA-STRUTTURA FISICA.

Se vuoi giocare un calcio posizionale intelligente...le prime due lettere sono FONDAMENTALI!!!

DOMANDA: DI Fabio... buonasera mister... riformare i tornei scuola calcio, abolire le classifiche, ecc...

RISPOSTA: molte cose si potrebbero variare...abbassare il numero di giocatori per esordienti e' stata una buona scelta...infatti i giocatori giocano in spazi piu' consoni alle loro capacita' e toccano maggiormente la palla. Non credo a quel tecnico che mi diceva che in eta' giovanissimi non sapranno

giocare a 11...il problema purtroppo e' che non sanno spesso giocare 1 contro 1 , altro che 11 contro 11!!!!

MI piacerebbe pensare alle nostre societa' sportive come dei centri aperti per accogliere tutti i giorni bambini che vogliono praticare giochi vari , non solo calcio....problematiche varie di gestione , spesso, sono un grosso limite!!

Perche' nei mesi bellissimi di giugno,luglio e agosto non si fa attivita' libera? E' una contraddizione che si dovrebbe eliminare in qualche modo.

DOMANDA: i giochi di posizione migliorano sicuramente il gioco collettivo, gli smarcamenti specifici del proprio ruolo, ma poco la profondita'. Dopo questo si deve cambiare proposta, oppure si puo' continuare con la stessa, magari facendo uscire i nostri giocatori dallo spazio per andare alla conclusione?

RISPOSTA: PASSA DAL GIOCO DI POSIZIONE ALLA SITUAZIONE DOVE ESISTE LA PROFONDITA'!

QUALSIASI ESERCITAZIONE E' COME LA MEDICINA....SE NE FAI USO SMISURATO NON HA L'EFFETTO DI QUELLA USATA CON DOSE CONSIGLIATA DALLO SPECIALISTA.

I GIOCHI DI POSIZIONE SONO UNA PARTE DEI SEI ELEMENTI FONDAMENTALI DELL'ALLENAMENTO.

1- ESERCIZIO

2- SITUAZIONI

3-MINIPARTITE, SMALL SIDED GAME

4-GIOCO A TEMA

5-GIOCHI DI POSIZIONE

6-GIOCO LIBERO

Bruno Zucchelli riporta di seguito il vecchio schema delle sei esercitazioni (da non confondere con esercizio che e' tutt'altra cosa),e cioe':

1-esercizio (tutto cio' che fai con la palla e senza palla, dove non c'e' disturbo di avversari)

2-situazione (esercitazione che e' disturbata almeno da un avversario)

3-propedeutico (esercitazione in preparazione a..... ES.:sparviero per piccolini e torello per grandi e grandicelli.

4-gioco a tema (es. fai gol dopo 10 passaggi consecutivi....fai gol solo di testa, ecc.

5-gioco guidato (nel 5c5,nel 7c7, nel 9c9, nell' 11c11 il Mr. ferma in alcune situazioni precarie....se Giovanni subisce sempre il dribbling di Pinuccio perche' sta' piatto e non disassato con i piedi, lo

fa ragionare un po' per arrivare ad una soluzione.

6-gioco libero che non ha bisogno di alcun chiarimento!

TERMINE DOPO 1 ORA 38 MINUTI 25 SECONDI.

SALUTI FIGC sgs TRENTO prof.BRUNO ZUCHELLI