



REDAZIONALE

E con i mesi di Luglio-Agosto...si ricomincia l'avventura calcistica.

A cura di **ROBERTO BONACINI**

La presentazione del palinsesto mensile.

Ciao a tutti,

entriamo con questo Focus bimestrale di Luglio – Agosto nei mesi più caldi dell'anno.

Mesi che vedranno ripartire, chi prima, chi un po' più tardi, la stagione calcistica 2009-2010.

E con la stagione calcistica ripartono, con la prima fase della preparazione precampionato, anche gli impegni di tutti coloro che hanno deciso che nella loro vita uno spazio doveva essere riservato anche al pallone.

Ed in tale contesto parlo proprio di Voi allenatori, preparatori e staff tecnici che a breve ricomincerete un'altra avventura piena di impegni, di responsabilità, di incognite...

Di Voi che a breve vivrete però anche una nuova esperienza, che si rinnova di anno in anno, ricca di quelle emozioni che possono portare al raggiungimento di grandi soddisfazioni sul piano umano e sportivo.

E allora a tutti Voi, oltre che a farvi un grande in bocca al lupo, dedico queste righe poetiche tratte da un libro (a cui ho fatto riferimento altre volte) scritto da Gaetano Camillo ed edito da Nuova Editrice Spada

"Vorrei che tu mi parlassi dell'allenatore..."

"Non ti parlerò della parte puramente tecnica...cosa che farò più ampiamente è parlare della parte umana...del rapporto che l'allenatore deve avere con tutti i ragazzi, poiché ogni ragazzo deluso diventa un seme infelice nelle mani del vento.

L'allenatore deve far sì che lo spogliatoio sia sempre fatto di scambi di idee e di gioia.

Deve conoscere insieme il cuore e l'anima di ogni ragazzo per essere apprezzato.

Non di meno deve conoscere il campo ed il pallone, come la terra conosce le radici degli alberi.

Non deve mancare serenità e soavità al gruppo, come l'orante non fa mancare il suono dell'organo alle sue preghiere.

Pur rispettando il tempo e il peso del lavoro, non deve far diminuire la gioia nel gruppo, perché fin quando l'entusiasmo disseta, la volontà non viene mai meno.

Come uno specchio, solo così riuscirà a dare ancora più luce di quella che prende.

L'allenatore deve avere la forza di far vivere il gioco davanti alla fatica, come la bianca spuma davanti alle onde.

Se durante l'allenamento i ragazzi non si divertono, il domani per loro sarà ancora più pesante.

Quanto pesa la borsa degli indumenti quando ci si va ad allenare contro voglia!

All'allenatore non sono consentite disattenzioni.

La sincerità, la sua onestà, la sua capacità di interpretare il calcio, tutto questo deve parlare dai suoi occhi.

Deve essere affettuoso con tutti, ma ancora di più deve esserlo con coloro che non giocano e con chi ha problemi, che il più delle volte non è compreso neanche dai suoi compagni.

Quando un allenatore è stimato, amato, anche i giocatori in panchina, alla fine di un incontro vinto, sono i primi ad abbracciarlo ed a complimentarsi con lui.

Lui deve essere anche un uomo saggio poiché attraverso l'insegnamento tecnico-tattico deve saper dare insegnamenti di vita, perché a volte basta una parola per liberare un giovane dall'assedio della tristezza.

Deve saper ascoltare tutti senza venir mai meno alle proprie convinzioni acquisite e sperimentate.

A lui non è consentito "sbagliare".

Ogni decisione, ogni risposta deve essere presa e data con una giusta logica.

Affinché detta capacità di determinazione diventi necessaria, anzi indispensabile, quando deve prendere una decisione importante che lo porta poi ad essere il più solo e lo rende impenetrabile perfino alla donna che ama.

Solo così, pur passando gli anni, la figura di un allenatore rimarrà per sempre all'entrata della nostra memoria."

**FOTO GALLERY DELLO STAGE TENUTO
A REGGIO EMILIA IL 12, 13 E 14
GIUGNO, UN SEMINARIO CHE, PER
CONTENUTI, E' RISULTATO UNO TRA I
PIÙ COMPLETI ORGANIZZATI DA
ALLENATORE.NET**

**ORGANIZZAZIONE DI GIOCO
COME ALLENARE, MOTIVARE E
CONFERIRE UNA FISIONOMIA
TATTICA ALLA SQUADRA**

**UN GRAZIE A TUTTI I
PARTECIPANTI**





IL PROSSIMO APPUNTAMENTO

***L'ALLENAMENTO ED IL
CONDIZIONAMENTO ATLETICO
DI UNA SQUADRA DI CALCIO
ATTRAVERSO ESERCITAZIONI CON
LA PALLA IN SPAZI RIDOTTI E
PARTITE A PRESSIONE.***

***COVERCIANO
28 SETTEMBRE***

OBIETTIVI

Il seminario ha lo scopo di fornire al partecipante le indicazioni ed una metodologia allenante per il condizionamento atletico della squadra tramite l'utilizzo della palla. In particolare saranno proposte esercitazioni da far svolgere alla squadra sia come riscaldamento che come veri e propri mezzi per stimolare adattamenti nell'organismo dell'atleta. Oltre a ciò sarà possibile apprendere nuove ed interessanti esercitazioni tecnico-tattiche utili al perfezionamento delle abilità individuali ed al miglioramento dell'organizzazione collettiva.

SVOLGIMENTO

Il seminario viene sviluppato attraverso la proposta di una serie di esercitazioni pratiche e partite a pressione, finalizzate al raggiungimento di obiettivi specifici sia tecnici (es. conclusione, trasmissione, etc.) che tattici (es. smarcamento, presa di posizione, pressing, attacchi laterali, ripartenze, etc.). A tale esposizione segue una sessione teorica, sviluppata in aula, relativa all'analisi del carico interno delle varie esercitazioni proposte ed all'esposizione dei prerequisiti per

allenare alcune capacità coordinative e condizionali con l'utilizzo della palla.

MATERIALE DIDATTICO ED ATTESTAZIONI

Ogni partecipante riceverà l'attestato di partecipazione personale, oltre alla cartella di lavoro ed un carnet con i buoni sconto per l'acquisto di materiali e pubblicazioni presso il nostro stand.

LOCATION

Il Seminario sarà effettuato all'interno della prestigiosa struttura del Centro Tecnico di Coverciano, famosissima sede di preparazione delle nazionali italiane di calcio. Qualora, per avverse condizioni meteo, non fosse possibile effettuare la seduta di allenamento sul campo, la stessa verrà proposta in forma teorica all'interno della sala conferenze del Museo del Calcio. Il Museo del Calcio, ubicato all'interno del Centro Tecnico Federale, ha un proprio ingresso indipendente.



NOVITA'

**I 3 NUOVISSIMI DVD
PRODOTTI
IN COLLABORAZIONE**

CON:

S.G. EMPOLI

**ADOLFO SORMANI
(JUVENTUS F.C.)**

**MAURIZIO VISCIDI
(ALL.PROF.UFEA PRO)**



All'interno dell'opera, composta da libro + DVD, gli Istruttori S.G. Empoli FC, Macri e Caciccia, ed il Responsabile della Scuola Calcio Empoli FC, Fausto Garcea, espongono le esercitazioni tecnico-tattiche e coordinative utilizzate per la formazione dei giocatori delle Categorie Pulcini ed Esordienti. Le numerose proposte didattiche, sviluppate all'interno del libro ed a video, hanno lo scopo di stimolare, in funzione dell'età del soggetto posto al centro del processo di formazione, obiettivi quali la ricezione, il controllo di palla, la conduzione, il dribbling e l'uno contro uno, il passaggio ed il tiro. Oltre all'apprendimento delle gestualità tecniche specifiche del gioco del calcio, ogni esercitazione, in maniera combinata, è inoltre funzionale alla stimolazione delle capacità coordinative generali e speciali.

L'obiettivo degli autori, ed in generale della Scuola Calcio Empoli FC, è infatti quello di consentire al bambino, attraverso l'utilizzo di appropriati giochi ed esercitazioni, di ottimizzare il proprio comportamento motorio e tecnico mediante l'apprendimento di nuove gestualità.



Si tratta di un'opera, composta da libro + DVD, di grandissima efficacia per l'insegnamento e l'acquisizione delle tecniche e dei particolari relativi alle abilità difensive. Un prodotto di qualità assoluta che espone le metodologie adottate da Adolfo Sormani (coordinatore degli allenatori del Settore Giovanile della Juventus) per l'addestramento, il perfezionamento e l'insegnamento delle abilità difensive. L'obiettivo del ricco percorso didattico esposto da Mister Sormani è quello di trasferire al giocatore le capacità di leggere ed anticipare diversi contesti tattici e, successivamente, saperli interpretare attraverso una corretta gestualità tecnica. Le numerose esercitazioni proposte, sia didattiche che situazionali, sia analitiche che cumulative, fanno parte di una ben definita progressione di lavoro. Lo scopo finale della proposta è quello di preparare, attraverso esercizi di campo, il giocatore del Settore Giovanile Professionista all'interpretazione ed all'assimilazione dei concetti e delle tecniche legate alle seguenti situazioni: presa di posizione difensiva anticipata, tecnica dell'1>1 frontale, laterale, di spalle, marcatura sui movimenti incontro ed in profondità, copertura dinamica, tecnica del 2>2 centrale e laterale, passaggio dalla

marcatore a zona a quella a uomo e viceversa, marcatore e copertura sui cross, raddoppio frontale, laterale e di spalle. Il DVD è stato realizzato in collaborazione con la squadra Berretti della Juventus, vicecampione d'Italia ed è indicato sia per allenatori di Prime Squadre che per quelli di Settore Giovanile



Nel calcio moderno è indispensabile giocare in velocità per riuscire a trovare gli spazi ed i tempi per superare squadre compatte e difensivamente ben organizzate e/o assorbire le ripartenze avversarie. Per riuscire a rispondere in maniera adeguata a tali esigenze risulta quindi indispensabile che la squadra sia allenata, attraverso una serie di innovative proposte pratiche, a sfruttare sia la fase di transizione positiva (passaggio dalla fase difensiva a quella offensiva) che quella negativa (passaggio dalla fase offensiva a quella difensiva). Con questa opera, composta da un libro e 2 DVD, Maurizio Viscidi espone in modo pratico e diretto numerose ed efficaci esercitazioni, utilizzabili sia in ambito professionistico che giovanile, utili ad allenare sia la reattività mentale del calciatore che i comportamenti tecnico-tattici individuali e collettivi per sfruttare le transizioni. La proposta operativa è suddivisa in 4 capitoli principali: esercitazioni di base, esercitazioni per la transizione positiva, esercitazioni per la transizione negativa, partite e giochi a tema. Il DVD è stato realizzato con la partecipazione e la collaborazione di oltre 60 calciatori dei Settori Giovanili di 4 prestigiosi clubs professionistici.

I contributi del mese di Luglio-Agosto:

ARTICOLO N° 1 – REDAZIONALE

ROBERTO BONACINI

E con i mesi di Luglio-Agosto...si ricomincia l'avventura calcistica.

La presentazione del palinsesto mensile.

ARTICOLO N° 2 – PSICOLOGIA E CALCIO

STEFANO TAVOLETTI

Credere in se stessi per avere successo.

Quando il rendimento del calciatore è basato su convinzioni potenzianti o depotenzianti.

ARTICOLO N° 3 – PSICOLOGIA E CALCIO

RAFFAELE MANTEGAZZA

Le dodici parole chiave per l'allenatore ideale.

"Aggiornamento", "ascolto", "insegnamento"...in dodici parole spunti e consigli per un allenatore di successo.

ARTICOLO N° 4 – SETTORE GIOVANILE

GILLES FERRARESI

Attività fisica e sport nell'età evolutiva.

Le linee guida per un corretto avviamento alla pratica sportiva in età evolutiva.

ARTICOLO N° 5 – SETTORE GIOVANILE

ALESSIO MIZZONI

Il gioco quale espressione della personalità.

Come dal gioco possiamo farci un quadro completo di un bambino, sia come individuo, sia nelle sue relazioni con il gruppo.

ARTICOLO N° 6 – SETTORE GIOVANILE

GABRIELE PECCATI

La selezione dei giocatori nei Settori Giovanili di squadre di serie A e B.

Un'analisi statistica sulle modalità di selezione dei giocatori nei Settori Giovanili di squadre di serie A e B nella stagione 2007/2008.



**ARTICOLO N° 7 – PREPARAZIONE
MASSIMO BUCCI**

Categoria Primavera: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto dal Chievo Verona partecipante al Campionato Primavera.

**ARTICOLO N° 8 – PREPARAZIONE
LUCA PERONACI**

Preparazione precampionato: la resistenza generale e specifica del calciatore (categoria Juniores Nazionali).

L'importanza di allenare la capacità di protrarre nel tempo il maggior numero di gesti esplosivi.

**ARTICOLO N° 9 – TATTICA
ANGELO IERVOLINO**

Organizzazione di gioco: come ottimizzare gli attacchi ad una difesa schierata.

Principi, soluzioni e schemi per mettere in difficoltà una difesa avversaria schierata.

**ARTICOLO N° 10 – SETTORE GIOVANILE
ANGELO IERVOLINO**

Categoria Allievi: programmiamo la prossima stagione.

Come organizzare e pianificare il lavoro da svolgere nella prossima stagione con i calciatori della Categoria Allievi.
ON LINE DAL 20/07

**ARTICOLO N° 11 – PREPARAZIONE
TOMMASO GAROFOLI**

Categoria Allievi: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Allievi.
ON LINE DAL 20/07

**ARTICOLO N° 12 – PREPARAZIONE
STEFAN CHIANCONE**

Categoria Allievi: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Allievi (Allievi Regionali).
ON LINE DAL 20/07

**ARTICOLO N° 13 – PREPARAZIONE
FABRIZIO PANINI**

Categoria Allievi: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto dalla Rubierese Calcio (RE) partecipante al Campionato Categoria Allievi (Allievi Sperimentali Regionali '93).

ON LINE DAL 20/07

**ARTICOLO N° 14 – IL NUMERO UNO
CLAUDIO RAPACIOLI**

I compiti tattici ed organizzativi del portiere in fase difensiva.

Come il numero uno, sapendo muoversi e posizionandosi nello spazio, assolve ai compiti organizzativi e tattici, propri dell'estremo difensore, diventando partecipante attivo della partita.

ON LINE DAL 20/07

**ARTICOLO N° 15 – SETTORE GIOVANILE
ANGELO IERVOLINO**

Categoria Giovanissimi: programmiamo la prossima stagione.

Come organizzare e pianificare il lavoro da svolgere nella prossima stagione con i ragazzi della Categoria Giovanissimi.

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 16 – PREPARAZIONE
LORIS BORGHETTO**

Categoria Giovanissimi: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi (Giovanissimi Regionali).

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 17 – PREPARAZIONE
TOMMASO GAROFOLI**

Categoria Giovanissimi: la preparazione pre-campionato.

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi.

ON LINE DAL 27/07



**ARTICOLO N° 18 – PREPARAZIONE
LEOPOLDO MATTA**

**Categoria Giovanissimi: la
preparazione pre-campionato.**

Il programma di lavoro svolto dal Castellarano Calcio (RE) partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi (Giovanissimi Professionisti).

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 19 – PREPARAZIONE
FABRIZIO PANINI**

**Categoria Giovanissimi: la
preparazione pre-campionato.**

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi (Giovanissimi Regionali).

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 20 – PREPARAZIONE
MAURIZIO SERRI**

**Categoria Giovanissimi: la
preparazione precampionato.**

Il programma di lavoro svolto da una squadra partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi (Giovanissimi Nazionali).

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 21 – PREPARAZIONE
LUCA SONEGO**

**Categoria Giovanissimi: la
preparazione pre-campionato.**

Il programma di lavoro svolto dall'Udinese Calcio partecipante al Campionato Categoria Giovanissimi (Giovanissimi Sperimentali 1995).

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 22 – IL NUMERO UNO
ROBERTO VALMORI**

**Categoria Giovanissimi: la
preparazione per i portieri.**

Il programma di lavoro svolto dai portieri, Giovanissimi nazionali e professionisti, del Sassuolo Calcio.

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 23 – TATTICA
CRISTIANO CIARDELLI**

**Organizzazione di squadra: la
progressione tecnico-tattica ed il
lavoro con la palla durante il
precampionato.**

Esercitazioni, idee e proposte didattiche per l'allenamento tecnico-tattico individualizzato e l'organizzazione collettiva.

ON LINE DAL 27/07

**ARTICOLO N° 24 – SETTORE GIOVANILE
ANGELO IERVOLINO**

**Categoria Esordienti: programmino la
prossima stagione.**

Come organizzare e pianificare il lavoro da svolgere nella prossima stagione con i calciatori della Categoria Esordienti.

ON LINE DAL 03/08

**ARTICOLO N° 25 – SETTORE GIOVANILE
MANUELE CACICIA**

**Categoria Esordienti: il lavoro di campo
dell'Empoli Giovani FC.**

Le esercitazioni per la Categoria Esordienti.

ON LINE DAL 03/08

**ARTICOLO N° 26 – SETTORE GIOVANILE
EMANUELE AQUILANI**

**Categoria Esordienti: programmino la
prossima stagione.**

Come organizzare e pianificare il lavoro da svolgere nella prossima stagione con i calciatori della Categoria Esordienti (Esordienti 1997).

ON LINE DAL 03/08

**ARTICOLO N° 27 – SETTORE GIOVANILE
GABRIELE PECCATI**

**Categoria Esordienti: programmino la
prossima stagione.**

Come organizzare e pianificare il lavoro da svolgere nella prossima stagione con i calciatori della Categoria Esordienti.

ON LINE DAL 03/08



**ARTICOLO N° 28 – SETTORE GIOVANILE
ALESSIO MIZZONI**

La valutazione qualitativa dei giocatori della categoria Esordienti.

Tre test per indagare ed osservare le capacità e le abilità dei nostri giovani calciatori.

ON LINE DAL 03/08

**ARTICOLO N° 29 – TATTICA
LEONARDO TIGRINI**

L'organizzazione difensiva sulle palle inattive.

Calci d'angolo e punizioni centrali e laterali contro: organizziamo la nostra azione difensiva.

ON LINE DAL 03/08

**ARTICOLO N° 30 – SETTORE GIOVANILE
MANUELE CACICIA**

Categoria Pulcini: il lavoro di campo dell'Empoli Giovani FC.

Le esercitazioni per la Categoria Pulcini.

ON LINE DAL 10/08

**ARTICOLO N° 31 – SETTORE GIOVANILE
EMANUELE BRUZZONE**

Scuola Calcio: dalla parte dei bambini.

Come il soddisfare le aspettative dei bambini sia un presupposto necessario affinché anche il programma didattico possa ottenere i risultati migliori, in un ambiente di gioco rivolto all'accoglienza piuttosto che alla valutazione ed al giudizio.

ON LINE DAL 10/08

**ARTICOLO N° 32 – SETTORE GIOVANILE
LUIGI DEL SORDO**

La Scuola Calcio: gioco, agonismo e competizione.

Il gioco del calcio tra agonismo e competizione.

ON LINE DAL 10/08

**ARTICOLO N° 33 – TECNICA
FRANCESCO MACRI – MANUELE CACICIA**

La metodologia didattica per allenare i bambini, suddividendo l'attività in 5 stazioni di lavoro.

Come allenarsi a rotazione, su cinque stazioni, con tre giochi e due partitine.

ON LINE DAL 10/08

**ARTICOLO N° 34 – IL NUMERO UNO
STEFANO PRATO**

Le linee guida per la programmazione dei percorsi di lavoro dei giovani portieri.

Presupposti di base e concetti fondamentali per lavorare con i giovani portieri della Scuola Calcio.

ON LINE DAL 10/08

**ARTICOLO N° 35 – TATTICA
EMILIO DE LEO**

Come spostare il fronte di gioco ed attaccare l'avversario sul lato debole.

Le esercitazioni da adottare durante l'allenamento per attaccare la squadra avversaria sul lato debole ed in ampiezza.

ON LINE DAL 10/08