



REDAZIONALE

La Champions dei giovani...termometro del calcio del futuro.

A cura di **MASSIMO LUCCHESI**

La presentazione del palinsesto mensile.

Su giornali e TV grande spazio viene dedicato alla Champions League dove entrambe le nostre rappresentanti potrebbero staccare il pass per le gare ad eliminazione diretta.

La UEFA dalla scorsa stagione ha istituito un torneo analogo, riservato però alle squadre Under 19 dei club partecipanti alla competizione maggiore.

A rappresentare il calcio italiano sono ovviamente **la Juve, allenata da Fabio Grosso**, e **la Roma, guidata da Alberto De Rossi**.

Nell'ultimo turno la vittoria per 2-0 sul CSKA **ha qualificato i giallorossi** mentre il pareggio per 2-2 della Juventus, sul campo del Malmoe, **ha sancito l'eliminazione della squadra bianconera**.

Queste le classifiche dei vari gironi con, in grassetto, le squadre che con un turno di anticipo si sono già qualificate.

Gruppo A: Club Atlético de Madrid 12, Olympiacos 10, Juventus 5, Malmö 1

Gruppo B: FC Basel 1893 12, Real Madrid CF 9, Liverpool 9, PFC Ludogorets Razgrad 0

Gruppo C: SL Benfica 10, FC Zenit 7, Bayer 04 Leverkusen 6, AS Monaco FC 6

Gruppo D: RSC Anderlecht 9, Arsenal FC 9, Galatasaray AŞ 6, Borussia Dortmund 3

Gruppo E: Manchester City FC 15, AS Roma 9, PFC CSKA Moskva 3, FC Bayern München 3

Gruppo F: AFC Ajax 11, FC Barcelona 8, Paris Saint-Germain 7,APOEL FC 1

Gruppo G: Chelsea FC 12, FC Schalke 04 12, Sporting Clube de Portugal 6, NK Maribor 0

Gruppo H: FC Shakhtar Donetsk 13, FC Porto 8, Athletic Club 6, FC BATE Borisov 1

Come si può notare **le differenze rispetto alla "Champions League dei grandi" sono marcate**.

Benfica, Basilea, Ajax, Anderlecht e Shakhtar Donetsk hanno ottenuto ottimi risultati a livello giovanile a differenza di quanto accaduto nella competizione principale dove questi club sono già stati eliminati.

Solo **Chelsea ed Atletico Madrid** dimostrano, al momento, un rendimento molto elevato sia con i "grandi" che con i giovani.

Tutto ciò ha ovviamente una spiegazione logica: mentre a livello di prima squadra il **budget economico** a



disposizione del club ha una incidenza molto importante, a livello giovanile ciò che conta è principalmente **la metodologia utilizzata nel corso della formazione.**

La speranza è che la Roma possa rappresentare il calcio italiano meglio di quanto riuscirono a fare Juve (eliminata nei gironi), Milan e Napoli (entrambe eliminate agli ottavi) nell'edizione della scorsa edizione, vinta dal Barcellona sul Benfica.

E proprio a proposito del **Benfica** ho il piacere di preannunciare che **saremo ospitati dal club portoghese** e potremo approfondire le metodologie di allenamento del settore giovanile nella settimana che va **dal 10 al 14 Marzo.** Saremo al centro tecnico "Caixa Futebol Campus" dove **potremo assistere alle sedute di allenamento** di Under 15, 17, 19, partecipare a meeting e

presentazioni su temi specifici e con varie figure professionali, visitare le strutture, fare un giro al Museo del Benfica ed allo stadio da Luz ed assistere al lavoro della Scuola Calcio.

Si tratta di un programma straordinario e di **una grandissima occasione di crescita e confronto** che il club portoghese ci ha concesso grazie all'intermediazione di **Joao Bastos**, ex allenatore del benfica e tecnico di grande spessore e competenza, protagonista dell'intervento tenuto a Rimini lo scorso giugno e on line questo mese su Allenatore.net.

Novità importanti riguarderanno a breve anche **newsoccerdills.com.** Abbiamo infatti completato l'intelaiatura che ci consente di marcare le varie esercitazioni e presto l'utente avrà la possibilità di utilizzare **dei filtri estremamente efficaci per ricercare**

NEW
SoccerDrills.com

Free Trial

Socio AIAC?

E-mail:

Password:

Password dimenticata? >>

Esercizi

Contributi Speciali



Aggiornamento e metodo fanno la differenza: esercitazioni, servizi e strumenti per il tuo lavoro!



Video

Ricerca

Esercizi per allenare: Competenze individuali



SEQUENZE TECNICHE



STAFFETTE TECNICHE



RONDOS



GIOCHI A CONFRONTO



GIOCHI (PARTITE) A DUELLO



GARE

Esercizi per allenare: Collaborazione tattica



SEQUENZE DI GIOCO



AZIONI COMBINATE



ESERCITAZIONI DI MANTENIMENTO



ESERCITAZIONI A META



ESERCITAZIONI A PRESSIONE



MINIPARTITE

Esercizi per allenare: Organizzazione di squadra



LISTA DEGLI ESERCIZI



PARTITE OMBRA



GIOCHI DI POSIZIONE



SVILUPPI IN POSIZIONE



ESERCITAZIONI TATTICHE (A REPARTI)



PARTITE A TEMI (TATTICHE)



le stesse.

Tutto questo fungerà da base al progetto successivo che è quello di mettere a disposizione degli abbonati una sofisticata struttura software in grado di **creare in modo automatico le sessioni di allenamento** a partire da un obiettivo tecnico-tattico.

Questo "generatore di allenamenti" consentirà al tecnico di **creare la sessione in un tempo record di 15"** e la stessa potrà essere poi adattata e modificata in relazione alle specifiche esigenze.

Si tratta di un progetto molto ambizioso, sul quale stiamo lavorando da un paio di mesi e che andrebbe veramente **a rivoluzionare il lavoro quotidiano di ogni allenatore.**

Naturalmente tutto ciò andrà a costituire **un importante sussidio** al lavoro del tecnico senza per altro togliere importanza alle qualità dello stesso.

Più che la semplice esercitazione sono infatti le capacità di **dare ritmo** al lavoro, **correggere gli errori** ed **agevolare l'assorbimento della proposta** con i giusti stimoli, i fattori che sempre faranno la differenza e per i quali **il tecnico rimarrà sempre imprescindibile.**

E proprio questo mese sarà possibile abbonarsi ad **allenatore.net** + **newsoccerdrills.com** al prezzo eccezionale di **99,00 €** invece di 149,00 €!

Sono infine in distribuzione da una decina di giorno le novità editoriali presentate nello scorso numero e.... prima di lasciarvi al palinsesto, come sempre ricco di interessanti approfondimenti..... colgo l'occasione per augurare a tutti **Buone Feste ed un felice anno nuovo!**

Buone Feste





La conoscenza del passaggio come mezzo strategico fra due o più giocatori esprime una filosofia e la consapevolezza che, pur non trascurando tutto il patrimonio calcistico precedente, vi sia la necessità di introdurre mezzi di allenamento che tengano conto dell'evoluzione della mentalità e dei concetti di gioco.

Pertanto nel volume sono proposte esercitazioni che prendono in esame l'importanza dello sviluppo del pensiero tattico nel gesto tecnico del passaggio, funzionale alla fase di possesso palla.

Lo smarcamento ed il passaggio saranno il filo conduttore del lavoro in quanto ritenuti i principali strumenti necessari allo sviluppo dei principi di collaborazione.

Questi, permettono al ragazzo di sentirsi in ogni situazione parte integrante del gioco e di riconoscersi al centro del percorso formativo che li dovrà portare ad acquisire le chiavi di lettura del calcio "dei grandi".

In passato l'allenamento ed il miglioramento delle capacità condizionali e della resistenza in particolare, veniva ricercato per mezzo di esercitazioni specifiche "a secco".

Il calcio moderno predilige invece metodi di training più efficaci e l'utilizzo di esercitazioni in grado di poter incidere sia su aspetti tecnico-tattici che condizionali.

L'attenzione degli autori si è focalizzata sui giochi in spazio ristretto (small side games), utili sia al miglioramento delle competenze tecnico-tattiche dei giocatori che della resistenza degli stessi.

In particolare gli autori, attraverso l'uso di GPS e cardiofrequenzimetri, hanno valutato la valenza delle esercitazioni a secco con gli stessi parametri ottenuti monitorando gli small side games ed una gara amichevole.

Nel libro sono quindi proposti 50 esercizi, suddivisi in base ad obiettivi specifici e numero dei giocatori impiegati.



WWW ALLEN@TORE.net

N.125 DICEMBRE 2014

LE CHIAVI DEL GIOCO POSIZIONALE



MARCO VERRATTI: UN ARTISTA AL CENTRO DEL CAMPO.

Dalla caratteristiche del giocatore al modello di allenamento per lo sviluppo delle abilità specifiche.

GESTIRE IL GIOCO CREANDO LE OPPORTUNITA' PER AFFONDARE.

Analisi e principi per allenare il gioco di squadra.



CONTRIBUTO N° 1 – REDAZIONALE

Il nuovo Focus

di Massimo Lucchesi

PDF – La Champions dei giovani termometro....del calcio del futuro.

La presentazione del palinsesto mensile.

ON LINE DAL 01/12

CONTRIBUTO N° 2 – LEADER

Idee e filosofia dei grandi allenatori

di Vincenzo Russo

PDF – Carlo Ancelotti: la duttilità tattica come arma vincente.

Idee e fattori chiave di uno dei tecnici più apprezzati al mondo.

ON LINE DAL 02/12

CONTRIBUTO N° 3 – ESERCITAZIONI

Efficaci in campo

di Raffaele Barra

PDF – Possesso strategico: spostare la palla in un settore per affondare nell'altro.

Dal riscaldamento alla partita: la seduta completa per risolvere il problema manifestato dalla squadra.

ON LINE DAL 05/12

CONTRIBUTO N° 4 – IL NUMERO 1

Allenare il portiere

di Lorenzo Fattori

PDF – La programmazione bimestrale: ottobre e novembre.

Le unità di lavoro a cui si sono sottoposti i portieri allenati da Lorenzo Fattori.

ON LINE DAL 09/12

CONTRIBUTO N° 5 – SETTORE GIOVANILE

Scuola Calcio: l'età dell'oro

di Luigi Del Sordo

PDF – I giochi pensanti e la contestualizzazione del gesto tecnico.

Idee e proposte per operare con efficacia nella Scuola Calcio.

ON LINE DAL 10/12

CONTRIBUTO N° 6 – TATTICA

Estrapolare ed allenare i dettagli

di Alberto D'Arcangelo

PDF – Gestire il gioco creando le opportunità per affondare.

Dall'analisi delle squadre professionistiche, i particolari che fanno la differenza.

ON LINE DAL 12/12

CONTRIBUTO N° 7 – PROFESSIONAL SOLUTIONS

L'approfondimento video

Con Joao Bastos

Video – Le chiavi del gioco posizionale.

La lezione del tecnico portoghese al convegno di Rimini.

ON LINE DAL 15/12



CONTRIBUTO N°8 – PREPARAZIONE

L'allenamento atletico nel calcio

di Francesco Carchedi

PDF – L'allenamento della velocità nella varie fasce d'età.

Idee e proposte per l'allenamento fisico del giocatore.

ON LINE DAL 16/12

CONTRIBUTO N°9 – MODULI E SCHEMI

Moduli contro

di Michele Aquino

PDF – 4-4-2 contro 4-3-3: l'analisi della contrapposizione tattica tra i due sistemi di gioco.

Accorgimenti e gestione strategica del match: come operare prendendo spunto da Inzaghi e Mancini.

ON LINE DAL 19/12

CONTRIBUTO N°10 – ESERCITAZIONI

Esercizi creativi

di William Mazzanti

PDF – 4/Solo con la palla: allenare gli specifici aspetti del gioco del calcio... in maniera ludica ed efficace.

Come stimolare muscoli e cervello con proposte globali e polifunzionali.

ON LINE DAL 22/12

CONTRIBUTO N° 11 – TOP-PLAYER

Il DNA del campione

di Pasquale Piscitelli

PDF – Marco Verratti: un artista in mezzo al campo.

Dal modello di riferimento e quello di allenamento per sviluppare le abilità del giocatore.

ON LINE DAL 23/12

CONTRIBUTO N° 12 – MODULI E SCHEMI

Sviluppi di gioco ed accorgimenti tattici

Di Emilio Longo.

PDF – Contrapposizione tattica: 4-3-1-2 contro 4-4-2

Come contrapporre il 4-3-1-2 al 4-4-2 nelle due fasi di gioco.

ON LINE DAL 29/12

dal 10 al 14 Marzo 2015

alla scoperta dei metodi di allenamento del Benfica



VIAGGIO A LISBONA