



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21



LA FIGURA DEL COLLABORATORE TECNICO / PREPARATORE ATLETICO IN UNA SQUADRA DI SETTORE GIOVANILE



16.11.2020

PROF. LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

TEMATICHE INCONTRO

- *LA FIGURA DEL COLLABORATORE TECNICO*
- *COLLABORAZIONE E COOPERAZIONE*
- *AMBIENTE SERENO: IL BAMBINO AL CENTRO DELL'ATTENZIONE*
- *PIANIFICAZIONE DI UNA «SETTIMANA TIPO» NELLE LEVE
UNDER 10 – 11 – 12*
- *CONCLUSIONI*

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21





COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

COLLABORAZIONE



COOPERAZIONE

COLLABORAZIONE: è quella situazione in cui più soggetti entrano in un rapporto di sostegno e reciprocità.

COOPERAZIONE: si tratta di quella forma di collaborazione più strutturata e finalizzata al conseguimento di un obiettivo comune.

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

LAVORO DI SQUADRA

«Un gruppo é un insieme di persone **interdipendenti** che perseguono un **fine comune** e entro il quale esistono delle **relazioni** reciproche.»

- INTERAZIONE PROLUNGATA
- OBIETTIVI CONDIVISI
- ESISTENZA DI NORME
- IMPORTANZA DI RUOLI
- ESISTENZA DI RELAZIONI AFFETTIVE



LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

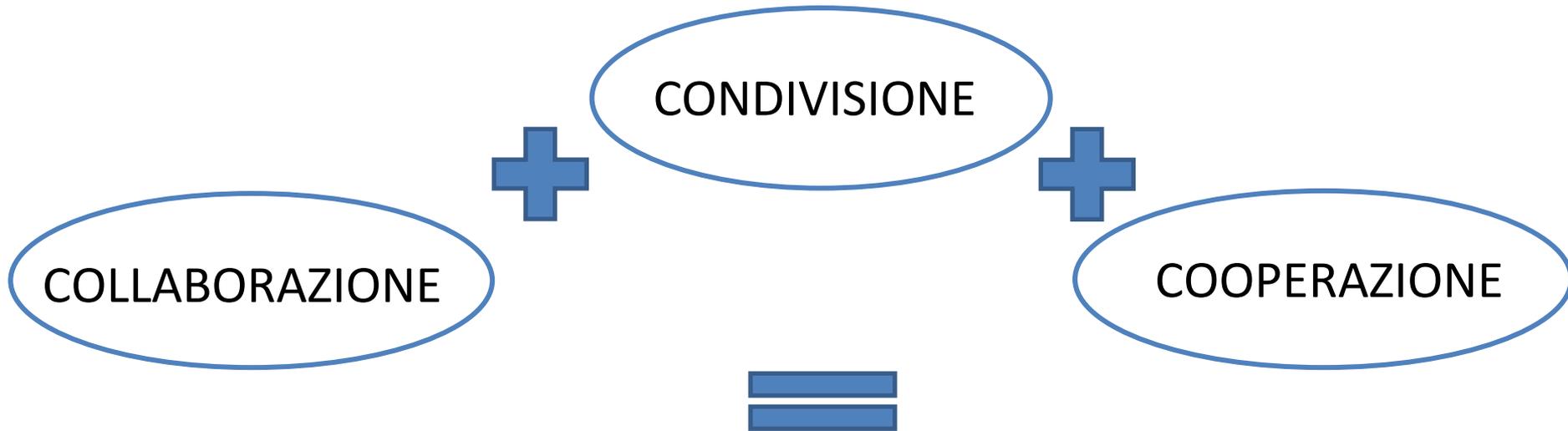
LAVORO DI SQUADRA

L'interdipendenza comporta che ogni membro del gruppo abbia bisogno dell'altro per ottenere il risultato. Implica quindi la consapevolezza che per farcela servono le abilità degli altri, e allo stesso tempo che il proprio specifico ruolo è indispensabile per raggiungere il fine comune. L'interdipendenza alimenta il cosiddetto «spirito di squadra» e clima di gruppo, sia per quanto riguarda i ragazzi in campo, sia per quanto riguarda lo staff tecnico.

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21



AMBIENTE SERENO

BAMBINO AL CENTRO DELL' ATTENZIONE

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

PIANIFICAZIONE DELLA «SETTIMANA TIPO» PER LE LEVE UNDER 10 – 11 - 12

Calcio - Sett. Giovanile Att. di base - Under 12 - Stagione 2020/2021 ← Stagione precece

Calendario Stampa allenamenti

Autocert. pre-gara Campi e spogliatoi Nuova partita Nuovo allenamento Nuovo video

ottobre 2020 Data << < Oggi > >>

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
28 Allenamento 17:00 - N.4	29	30 Allenamento 17:00 - N.5	1	2 Genova Calcio	3	4
5 Allenamento 17:00 - N.6	6	7 Allenamento 17:00 - N.7	8 Allenamento 17:00 - N.8	9 Serra Riccò	10	11
12 Allenamento 17:00 - N.9	13	14 Allenamento 17:00 - N.10	15 Allenamento 17:00 - N.11	16 Vado	17	18
19 Allenamento 17:00 - N.12	20	21 Allenamento 17:00 - N.13	22 Allenamento 17:00 - N.14	23	24	25

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

METODO DI ALLENAMENTO

- *GIOCO INIZIALE*
- *FASE ANALITICA (allenamento della tecnica di base)*
- *FASE SITUAZIONALE AGEVOLATA*
- *FASE SITUAZIONALE VERA (allenamento tattica individuale)*
- *PARTITA A TEMA (gioco a tema)*
- *PARTITA*

LUCA LAZZARETTI



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

CONDUZIONE CON CAMBI DI DIREZIONE

Esercizio	Atleti	Descrizione	Dur.	Rec.	Immagine
1 . Gioco Iniziale	Tutti tranne: Ballarino B., Bellebuono B., Borgia B., Bozzo B.	Sei Giocatori per Struttura. Si gioca a squadre (ognuna composta da tre Giocatori). Il primo Giocatore della Fila parte con la Palla (Prima in mano, poi con i piedi) e deve correre velocemente sul lato opposto a lui, girare attorno ad un cono e riportare la Palla al secondo Giocatore della Fila e così a seguire. Prende il punto la squadra che avrà riportato per prima la palla al primo della fila.	10'	0'	
2 . Fase Analitica : Conduzione Palla con Cambi di Senso e Direzione	Tutti tranne: Ballarino B., Bellebuono B., Borgia B., Bozzo B.	Quattro Giocatori per Struttura. Si propongono vari tipi di Conduzione della Palla, con cambi di Senso e Direzione, con varie superfici anatomiche del piede. Rapporto 1 Giocatore, 1 Palla.	15'	0'	



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

CONDUZIONE CON CAMBI DI DIREZIONE

Esercizio	Atleti	Descrizione	Dur.	Rec.	Immagine
3 . Lavoro Coordinativo	Tutti tranne: Ballarino B., Bellebuono B., Borgia B., Bozzo B.	Verrà proposto un lavoro di reattività sul cambio di senso, direzione. Il movimento del difendente dipenderà da quello dell'attaccante: prima uguale e poi opposto.	15'	0'	
4 . Fase Situazionale Agevolata : 1vs1 Conduzione Palla con Cambi di Direzione	Tutti tranne: Ballarino B., Bellebuono B., Borgia B., Bozzo B.	Due Giocatori posti uno in fronte all'altro. Il Giocatore in Possesso condurrà la palla verso l'avversario e con un cambio di direzione dovrà cercare di conquistare la meta. Il difendente varierà la modalità di partenza (seduto sdraiato) e partirà quando vedrà l'avversario toccare il pallone, cercando di impedirgli di andare a meta.	15'	0'	



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21

CONDUZIONE CON CAMBI DI DIREZIONE

<u>Controllo orientato con traett.aerea</u>	0	0.00 %
RIMESSA LATERALE	0	0.00 %
MARCAMENTO	0	0.00 %
<u>Avversario con la palla</u>	0	0.00 %
<u>Avversario senza palla</u>	0	0.00 %
SMARCAMENTO	0	0.00 %
COLPO DI TESTA	0	0.00 %
CONTRASTO	0	0.00 %
ANTICIPO	0	0.00 %
INTERCETTO	0	0.00 %
Gara	0	0.00 %
<u>Recupero</u>	0	0.00 %

DOMINIO	0	0.00 %
<u>Rasoterra</u>	0	0.00 %
<u>Aereo</u>	0	0.00 %
GUIDA DELLA PALLA	0	0.00 %
<u>Guida Rettilinea</u>	0	0.00 %
<u>Guida con arresti e ripartenza</u>	0	0.00 %
<u>Guida con cambi di senso</u>	0	0.00 %
<u>Guida con cambi di direzione</u>	0	0.00 %
FINTA E DRIBBLING	0	0.00 %
<u>Dribbling laterale</u>	0	0.00 %
<u>Dribbling frontale</u>	0	0.00 %
<u>Dribbling dorsale</u>	0	0.00 %
<u>Finte</u>	0	0.00 %



COACHING NEXT GENERATION S.S. 2020.21



*GRAZIE PER
L'ATTENZIONE*

LUCA LAZZARETTI