

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Linee Guida Polisportiva 2 Laghi

Caratteristiche del Dirigente Accompagnatore Polisportiva 2 Laghi

L'Accompagnatore è un Dirigente della Società

È una figura importante e fondamentale all'interno della Società e si occupa degli aspetti logistici e organizzativi della squadra di cui fa parte.

Nell'interpretare il proprio ruolo di Dirigente Accompagnatore:

Deve essere coerente rappresentante della Società e spalla dell'allenatore, imparziale, rispettoso nell'osservare e far rispettare le regole dettate dalla Società.

Non deve occuparsi di aspetti tecnici o della gestione degli organici delle squadre, questi sono di competenza dell'allenatore e del

Direttore sportivo, ma dovrà, qualora dovessero sorgere delle problematiche, portarle a conoscenza a chi di dovere per la pronta ed auspicata risoluzione delle stesse.

Deve sempre e costantemente interagire con gli altri collaboratori del gruppo ed il suo coordinatore, per comunicare e adoperarsi che tutto si svolga nel migliore dei modi.

Deve essere presente e disponibile anche qualora ci fosse l'assenza del proprio figlio in quanto persona essenziale per la squadra

Il Dirigente Accompagnatore non è un allenatore al seguito della squadra

NON DEVE MAI

intervenire su aspetti tecnici o impartire suggerimenti tecnico/tattici ai giocatori.

Rapporti con la Società

Mantiene settimanalmente i rapporti con il Direttore sportivo per conoscere i vari aggiornamenti e le varie iniziative che si presentano di volta in volta.

Informa tempestivamente il direttore sportivo in caso di eventuali malumori o problematiche della squadra.

Rapporti con i Mister

Mantiene costantemente i rapporti con il mister per supportarli verso tutte quelle necessità logistiche di cui il mister non possono farsi carico.

Vigila ed eventualmente riprende il mister che durante una partita non tenga un comportamento educato e rispettoso nei confronti di chiunque.

UN BUON DIRIGENTE COLLABORA

ATTIVAMENTE

CON ALLENATORE E DIRETTORE SPORTIVO



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Rapporti con Atleti e Genitori

Vigila affinché il ragazzo mantenga un comportamento corretto e educato verso chiunque

Verifica che il ragazzo si presenti alle partite con l'abbigliamento della Società. Per essere più credibile il

Dirigente Accompagnatore deve essere il primo ad averlo fatto

Aiuta il ragazzo a capire le scelte tecniche se questo dimostra insofferenza e non accetta le spiegazioni del proprio Mister

Sostiene e motiva presso i genitori le scelte della Società e dell'allenatore.

Si fa carico di promuovere e informare presso i genitori delle varie iniziative che la Società propone durante la stagione

Si fa carico di relazionarsi con i genitori su eventuali problemi comportamentali dei ragazzi

UN BUON DIRIGENTE ASCOLTA E PARLA.

Caratteristiche del NOSTRO ALLENATORE

Nella 2 Laghi gli allenatori e istruttori si occupano di promuovere la formazione e crescita dei giovani calciatori attraverso precise scelte organizzative. L'intero staff segue una metodologia e filosofia comune.

Educare all'impegno, al rispetto reciproco e alla collaborazione

Non favorire alcun allievo in particolare, essere coerenti alle regole date e mantenere le promesse fatte

Incoraggiare e motivare, non rimproverare

Non esaltarsi nelle vittorie, non abbattersi nelle sconfitte.

Trasmettere entusiasmo, gioia, fiducia e ottimismo.

Rispettare il desiderio di divertimento dei ragazzi.

Offrire problemi da risolvere e non soluzioni da ricordare.

Perseguire un obiettivo alla volta, ricordando che troppi stimoli significano confusione.

Condensare in poche frasi significative quanto si vuole trasmettere.

Programmare l'attività da svolgere coerentemente alle fasce d'età.

Fare attenzione sia alla crescita dell'individuo che della squadra.

Infondere lo spirito di squadra, stimolare la generosità verso i compagni.

Impegnarsi al massimo nel limitare l'abbandono dei ragazzi nel corso della stagione.

Far giocare, nelle attività agonistiche e di confronto, tutti gli allievi.

LINEE GUIDA

LA CATEGORIA PICCOLI AMICI/ AVVIAMENTO - PROGRAMMI E METODI

Ai Piccoli Amici (Avviamento) possono iscriversi i ragazzi che abbiano compiuto i 5 anni e non abbiano superato i 7 di età. Iniziano la loro formazione a livello motorio soprattutto per gioco.

Obiettivi di questa fase sono la conoscenza di sé e la conoscenza degli schemi motori di base.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Obiettivi Generali

Sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base, formazione e sviluppo delle capacità coordinative
Sapersi relazionare nel 3 contro 3, utilizzo e gestione dello spazio e controllo psico-motorio

Obiettivi specifici

Correre e sviluppare capacità direzionali, controllo della palla
Colpire e calciare verso un bersaglio, effettuare e ricevere un passaggio frontale
Spostarsi per intercettare e per ostacolare il portatore di palla avversario
Sviluppo della motricità e sviluppo rapidità e reazione.

Esempi di contenuti proposti

Giochi di sensibilizzazione con la palla e attività in spazi ridotti.
Gare di tiri con palloni e bersagli e gare e giochi in forma rapida
Percorsi tecnico-motori e gestione del gesto tecnico.
Giochi e attività a squadre in spazio ridotti (1c1, 2c2, 3c3)
Durante le sedute di allenamento, viene messo in primo piano l'aspetto ludico e lo scopo della società è di far crescere i ragazzi in un ambiente sano e divertente e al tempo stesso costruttivo.

Gli allenamenti sono a cadenza settimanale e i partecipanti vengono suddivisi per fascia di età per eseguire esercizi differenziati.

I ragazzi partecipano a raggruppamenti organizzati in primavera dalla Federazione/CSI, giocando partite di tre tempi da 10 minuti 5 contro 5 alternando giochi-esercizi con e senza palla.

Il portiere non può rinvviare con i piedi oltre la metà campo avversaria e tutti i ragazzi devono poter giocare in egual misura durante le partite.

Nel primo anno per i bambini di questa categoria sono previste partite in campi di dimensioni ridotte, senza alcun vincolo di ruolo, mentre nel secondo anno sono previste partite amichevoli con i loro coetanei di società sportive limitrofe.

PICCOLI AMICI PRIMO ANNO E SECONDO ANNO

Per i bambini di questa categoria sono previste partite in campi di dimensioni ridotte, senza alcun vincolo di ruolo.

Nel secondo anno sono previste partite amichevoli con i loro coetanei di società sportive limitrofe.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Allenamenti e Partite

Da settembre a maggio
2 Allenamenti settimanali
Partita al Sabato Pomeriggio
O Domenica Mattina

LA CATEGORIA PRIMI CALCI/ PULCINI - PROGRAMMI E METODI

Ai Primi Calci possono iscriversi i ragazzi che abbiano compiuto i 7 anni e non abbiano superato gli 8 di età. Iniziano la loro formazione a livello motorio soprattutto per gioco.

Per questa fascia d'età gli allenamenti verranno programmati permettendo l'affinamento di schemi motori già conosciuti durante la fase piccoli amici e la scoperta di nuovi, con obiettivi motori e cognitivi da raggiungere attraverso allenamenti ludici e ricreativi.

Obiettivi Generali

Stimolare il bimbo ad osservare la situazione di gioco in cui si trova e prendere una decisione efficace. Sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base, formazione e sviluppo delle capacità coordinative Sapersi relazionare nel 3 contro 3, utilizzo e gestione dello spazio e controllo psico-motorio.

Obiettivi specifici

Controllo e Guida (sapersi muovere negli spazi con la palla vicina ai piedi, anche con avversario)
Dominio (aumentare la sensibilità nel tenere la palla vicina)
Calciare (saper colpire la palla con varie parti del piede e mandarla in varie direzioni)
Ricevere (andare incontro alla palla)
Colpo di testa (non avere paura)

Esempi di contenuti proposti

Giochi di sensibilizzazione con la palla e attività in spazi ridotti.
Gare di tiri con palloni e bersagli e gare e giochi in forma rapida
Percorsi tecnico-motori e gestione del gesto tecnico.
Giochi e attività a squadre in spazio ridotti (1c1, 2c2, 3c3)
Durante le sedute di allenamento, viene messo in primo piano l'aspetto ludico e lo scopo è di far crescere i ragazzi in un ambiente sano e divertente e al tempo stesso costruttivo.

Gli allenamenti sono a cadenza settimanale e i partecipanti vengono suddivisi per fascia di età per eseguire esercizi differenziati.

I ragazzi partecipano a raggruppamenti organizzati in primavera dalla Federazione/CSI, giocando partite di tre tempi da 10 minuti 5 contro 5 alternando giochi-esercizi con e senza palla.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Il portiere non può rinvviare con i piedi oltre la metà campo avversaria e tutti i ragazzi devono poter giocare in egual misura durante le partite.

Nel primo anno per i bambini di questa categoria sono previste partite in campi di dimensioni ridotte, senza alcun vincolo di ruolo, mentre nel secondo anno sono previste partite amichevoli con i loro coetanei di società sportive limitrofe.

PRIMI CALCI PRIMO ANNO E SECONDO ANNO

Per i bambini di questa categoria sono previste partite in campi di dimensioni ridotte, senza alcun vincolo di ruolo.

Nel secondo anno sono previste partite amichevoli con i loro coetanei di società sportive Limitrofe.

Allenamenti e Partite

Da settembre a maggio

2 Allenamenti settimanali

Partita al Sabato Pomeriggio

O Domenica Mattina

LA CATEGORIA ESORDIENTI - PROGRAMMI E METODI

La categoria Esordienti rappresenta la punta della piramide dell'attività di base prima del passaggio all'attività agonistica. L'attività ha carattere ludico e di approfondimento tecnico e formativo. La pratica sportiva del gioco del calcio, inoltre, a questa età rappresenta un'ulteriore importante fase di sviluppo della personalità.

All'attività propedeutica degli anni precedenti, si sovrappone adesso la fase della specializzazione sportiva.

I ragazzi a questa età hanno raggiunto una certa maturità mentale (perdono l'egocentrismo infantile) ed iniziano a capire che il calcio è un gioco di squadra (iniziano a collaborare). In questa fase i giovani calciatori, rispetto alla fascia d'età dei pulcini, sono più predisposti ad imparare esercitazioni tecniche, anche ripetitive, dal momento aggiungono alla voglia di giocare anche la motivazione verso la prestazione sportiva.

I momenti ludici saranno sempre la parte essenziale della seduta di allenamento tecnico, in quanto il gioco sarà ancora sentito come esigenza primaria, in sostanza i ragazzi devono sempre divertirsi durante l'allenamento.

Nella categoria Esordienti viene seguita maggiormente la tecnica calcistica individuale e si inizia ad avvicinare i ragazzi all'agonismo senza mai dimenticare le relazioni di gruppo che fanno del calcio un vero gioco di squadra.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Tutti i ragazzi hanno diritto di giocare indipendentemente dalla loro bravura, saranno però premiati coloro i quali seguiranno con maggior impegno gli allenamenti.

Obiettivi di questa fase sono il miglioramento dell'abilità motoria attraverso lavori multilaterali e polivalenti ed il miglioramento e consolidamento delle capacità coordinative con giochi a temi e di situazioni tipiche degli sport di squadra.

Vengono osservati e corretti i gesti tecnici specifici del gioco del calcio e avviamento alla conoscenza dei primi rudimenti di tattica individuale, di reparto e di squadra.

Obiettivi generali

Consolidamento delle capacità coordinative generali e speciali.

Sviluppo delle capacità condizionali e mobilità articolare

Perfezionamento del gesto tecnico individuale e in regime situazionale.

Risoluzione di problemi individuali e collettivi in fase di possesso e non possesso attraverso i primi principi tattici.

Obiettivi specifici

Incremento della potenza aerobica, della rapidità e sviluppo della forza veloce.

Guida della palla con pressione dell'avversario e controllo della palla orientato.

Controllo tecnico del gesto in regime di velocità e sviluppo delle varie finte per eseguire un dribbling.

Saper contrastare un avversario.

Colpire di testa.

Esercizi per raggiungere gli obiettivi

Situazioni in superiorità/inferiorità numerica.

Attività tecnica a coppie, a tre, a quattro giocatori e situazioni di 1>1, 2>2, 3>3, 4>4.

Giochi di possesso palla e partite a tema.

Partite con numero ridotto di giocatori (4>4, 5>5, 7>7) e partite a reparto (attacco contro difesa).

Analisi di situazioni di palla inattiva.

Giochi a staffetta con la palla e partite con vincoli tecnici, spaziali, temporali e di soluzioni.

Percorsi motori di destrezza, coordinazione, ritmo con e senza palla.

A seconda delle fasce di età le partite saranno disputate in tre tempi da 20 minuti con l'impiego di 9 o 11 giocatori per squadra. Sono utilizzati palloni n°4.

ESORDIENTI PRIMO ANNO

Le gare si svolgono 9 contro 9. In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto il 10° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto l'11° anno di età (ovvero nati nel 2012). Tuttavia, alle società che hanno un documentato numero limitato di tesserati è concessa la possibilità di utilizzare 3 calciatori appartenenti alla fascia d'età immediatamente inferiore, sempre che abbiano compiuto il 10° anno di età.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Allenamenti e Partite

Da settembre a maggio
2 Allenamenti settimanali
Partita al sabato pomeriggio
O Domenica Mattina

ESORDIENTI SECONDO ANNO

Le gare si svolgono 9 contro 9. In questa categoria vengono iscritti bambini e bambine che anteriormente al 1° gennaio dell'anno in cui ha inizio la stagione sportiva hanno compiuto l'11° anno di età, ma che nel medesimo periodo non abbiano compiuto il 12° anno di età. Tuttavia, alle società che hanno un documentato numero limitato di tesserati è concessa la possibilità di utilizzare 3 o 5 calciatori appartenenti alla fascia d'età immediatamente inferiore

Allenamenti e Partite.

Da settembre a maggio
2 Allenamenti settimanali
Partita al sabato pomeriggio
O Domenica Mattina

STRUTTURE

Le strutture della Società 2 Laghi Sono dislocate nel comune di, Sovere, Endine.

CAMPO COMUNALE "Polisportiva 2 Laghi
Via Canneto,4 Sovere

CAMPO COMUNALE "ENDINE"
Via Nazionale

CAMPO ORATORIALE VALMAGGIORE
Via Tironega,4

Presso le Strutture sono presenti la Segreteria e un'area Bar.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

STAFF TECNICO CALCIO STAGIONE 2025-26

Nella Polisportiva 2 Laghi si cura con particolare attenzione la composizione dello staff tecnico che comprende persone di alto profilo didattico e umano.

Allenatori Settore Giovanile Agonistico

Preparatore Portieri

Allenatori Attività di Base

Preparatori Atletici

Direttore Sportivo

Dirigenti certificati CONI

PARTE AGONISTICA

1. Categoria Giovanissimi

La categoria Giovanissimi è riservata a ragazzi che vanno dai 13 ai 15 anni d'età.

Si tratta di un periodo particolarmente delicato che non ci piace definire semplicemente "di passaggio" come si usa dire.

Certamente è una fase in cui anatomicamente, socialmente e calcisticamente, i nostri ragazzi vengono sottoposti ad una vera e propria metamorfosi: in primo luogo i caratteri fisici e psicologici si predispongono alla naturale proiezione verso l'età adulta, mentre dal punto di vista strettamente calcistico, essi passano da una concezione tipicamente ludica ad un'altra di tipo prettamente agonistico.

Come si diceva, tuttavia, la nostra filosofia è quella di agire sui nostri calciatori in forma attiva, cercando di trovare la giusta stimolazione per fare in modo che il cambiamento avvenga naturalmente e senza alcuna ripercussione traumatica, invece di attenderlo in forma passiva, accettandolo come inevitabile.

Per questa ragione, anziché di definire questa come una "fase di passaggio", preferiamo parlare di "fase di formazione".

Questa «formazione» passerà per la cura e lo sviluppo di una serie di «aree» che dovranno essere processate simultaneamente.

Per ben illustrare schematicamente l'intento che intendiamo perseguire, sarà utile riferirsi alla tabella della pagina successiva:



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

AREA TECNICA		AREA TATTICA		AREA FISICA
1.	Consolidamento delle abilità tecniche	tattica individuale	tattica collettiva	Sviluppo delle capacità condizionali specifiche del calcio
2.	Sviluppo del gesto tecnico in condizione di pressione agonistica	Capacità di utilizzare le proprie abilità tecniche in situazione di gioco	Comprensione delle conoscenze del gioco 11 vs. 11 e del regolamento	Educazione ad una corretta postura per mezzo di sviluppo della coordinazione
3.	Sviluppo delle abilità tecniche più specifiche: controllo orientato e trasmissione, calcio a parabola, anticipo, colpo di testa	Capacità di posizionarsi all'interno del campo da gioco in relazione alla palla e comprensione del concetto di "tempi di gioco".	Comprensione dei movimenti di reparto sia in fase offensiva che difensiva.	Sviluppo della capacità di forza esplosiva e miglioramento delle frequenze e della rapidità dei movimenti

AREA PSICOLOGICA		AREA SOCIALE		STILE DI VITA
obiettivi individuali	obiettivi di gruppo	obiettivi individuali	obiettivi di gruppo	
Capacità di relazione all'interno del gruppo e gestione delle proprie emozioni	Coesione	Disponibilità nel supportare i compagni nel caso di necessità	Capacità di autoregolamentazione dei comportamenti di gruppo	Gestione alimentare
Sviluppo della capacità di concentrazione	Sviluppo di una mentalità vincente	Capacità di relazione con i compagni, gli avversari, i dirigenti, l'allenatore, gli arbitri	Trasmissione della filosofia e dei valori della società per senso di appartenenza	Capacità di assumere atteggiamenti responsabili
				Gestione del proprio tempo in relazione alla scuola e agli altri impegni

Al perseguimento degli obiettivi descritti, il percorso sarà ultimato e l'immissione al successivo gruppo "Allievi", avverrà senza alcuna difficoltà.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

2. Categoria Allievi

Le annate degli "Allievi" corrispondono a quelle della maturità del calciatore.

Le abilità tecniche primigenie, ancorché necessitanti di ulteriori allenamenti, sono tuttavia date per acquisite.

Nel campionato suddetto ed in particolare nella fascia A, dove il ragazzo ha ormai acquisito l'età matura dei 16 anni, la selezione è ormai ultimata e, seppure i nostri tecnici abbiano doverosamente il ruolo di migliorare il giocatore, oltre che quello di formare l'uomo, le scelte sono fatte nell'ottica di individuare i migliori per poterli inviare, una volta terminato il percorso, alla squadra Juniores.

Sono tuttavia previsti campionati riservati esclusivamente alla fascia B, ovvero la seconda annata, quella più giovane, per garantire maggiore omogeneità di confronto.

L'attività formativa della categoria è caratterizzata da un incremento continuo delle quantità e delle intensità dei carichi di allenamento, da una maggiore dedizione al perfezionamento della tecnica, da un aumento del numero delle gare disputate dove l'allenamento assume carattere più specifico e specialistico. È in questo periodo che si realizza il perfezionamento tecnico-condizionale.

Gli "allievi" sono considerati quasi adulti, ma vi sono spesso ancora soggetti, specie nella prima annata della categoria, in ritardo di accrescimento. È pertanto grande la responsabilità dei tecnici e dirigenti nella gestione di questi soggetti "tardivi" che, anche se in possesso di buone qualità calcistiche (scelte di gioco e bagaglio tecnico) troppo spesso risultano penalizzati a vantaggio di atleti più grandi ed in grado di esprimere un rendimento maggiore, anche se modesto e senza grandi prospettive. È tra questi soggetti, infatti, che potrebbero nascondersi coloro che nelle stagioni successive saliranno alla ribalta di scenari più importanti. Sarebbe comunque grave errore pensare che i ragazzi usciti da questa categoria abbiano terminato il loro percorso di formazione.

Anche se nella pratica sportiva l'educazione alla disciplina va coniugata con il rispetto delle regole, non bisogna mai dimenticare che chi sceglie di praticare un gioco sportivo di squadra come il calcio ha un bisogno naturale di trovare piacere nel gioco e nelle attività di allenamento. Troppo spesso, a tutti i livelli tale aspetto viene disatteso e nella nostra cultura italiana anche nell'attività di base, spesso si ha l'impressione assistendo agli allenamenti, che questi sono più tesi a suscitare impegno, lavoro, sacrificio, piuttosto che entusiasmo, libertà espressiva divertimento, piacere.

Questo porterebbe a snaturare le basi del gioco ancora prima di insegnarle. Riteniamo sia opportuno saper coniugare i vari aspetti per poter rispondere ai bisogni dei soggetti e favorire l'instaurarsi del giusto clima di lavoro.

Il lavoro va individualizzato e specializzato: ovvero in base alle caratteristiche dei soggetti (psicologiche, tecniche, tattiche, atletiche che abbiamo ben analizzato nella tabella dei giovanissimi), saranno somministrate ed indirizzate sollecitazioni adeguate a favorire il percorso formativo adatto a ciascuno.

L'ambiente di lavoro, il clima che si respira, le motivazioni individuali e di gruppo, determinano l'efficacia del lavoro e dell'intervento dell'allenatore, che pertanto dovrà prestare molta attenzione a tale aspetto per non disperdere le energie e gli sforzi.

Ciò sarà determinante anche per poter registrare i progressi dei singoli calciatori che resta il vero obiettivo di ogni nostro allenatore.

Altro elemento che contraddistingue la categoria è il progressivo incremento dell'intensità, intesa non solo sotto il parametro fisico, ma soprattutto come capacità di aumentare la soglia dell'attenzione e della concentrazione.

Questo aspetto, a nostro parere, dovrà contraddistinguere le sedute di allenamento di tutta la stagione.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

OBBIETTIVI E METODOLOGIA

Se dobbiamo condurre i ragazzi che ci sono stati affidati dalla società ad una maturazione che significa autonomia nella gestione di sé, in allenamento ed in gara, e nel rapporto con gli adulti di riferimento è evidente che i soggetti dovranno essere sempre protagonisti del loro processo formativo e quindi consapevoli di ciò che fanno e sollecitati costantemente all'autoanalisi ed autovalutazione per arrivare all'autocorrezione.

Non dare per scontato ciò che dovrebbe essere stato fatto o sollecitato adeguatamente nelle stagioni precedenti, per l'allenatore sarà un segno di serietà e responsabilità individuare all'inizio le reali competenze dei suoi ragazzi e operare nelle direzioni più opportune, non trascurando l'aspetto tecnico che alla fine è il concreto bagaglio allievi.

La maturità dei ragazzi ed il loro vissuto sportivo determinano in base ai vari contesti una gestione dei vari momenti della gara molto simile a quella degli adulti con la necessità di adeguarsi (velocemente) alle situazioni di gioco e alle varie condizioni psicologiche individuali e di gruppo. Diventa importante la capacità di leggere e interpretare le varie fasi della gara, e quindi modificare il proprio agire non solo sotto il profilo tecnico, ma soprattutto tattico ed attraverso la capacità di sapersi adeguare ai diversi spazi (ampi e ristretti), ai diversi tempi, alle situazioni di "palla coperta e scoperta", alle caratteristiche ed alle iniziative dei compagni, ed ai punti di forza e di debolezza degli avversari.

AREA TECNICA		AREA TATTICA		AREA FISICA
Accrescimento delle abilità tecniche		tattica individuale	tattica collettiva	Continuazione del procedimento atto a migliorare la capacità condizionale con specifico riferimento alla "forza"
Attenzione alla forza del passaggio, allenamento specifico nelle doti acrobatiche		Approfondimento del concetto del "movimento senza palla"	Movimento fluido e ordinato della linea difensiva in funzione del concetto di avere una squadra corta	Educazione ad una corretta postura per mezzo di sviluppo della coordinazione
Capacità di sviluppare il gesto tecnico in funzione della giocata "tattica": es. doso perfettamente il passaggio per un compagno in uscita perché comprendo che dal suo controllo potrà originarsi o meno un'azione ben concertata		Massima attenzione al concetto di palla coperta e scoperta	Movimento dei centrocampisti e del concetto di spazio da sfruttare con il movimento della palla e in funzione del modo di giocare degli attaccanti	Abitudine alla "fatica" come "porta necessaria da aprire" per arrivare al risultato



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

AREA PSICOLOGICA		AREA SOCIALE		STILE DI VITA
obiettivi individuali	obiettivi di gruppo	obiettivi individuali	obiettivi di gruppo	Gestione corretta del tempo libero
Sviluppare il concetto di responsabilità individuale e la coscienza autocritica	Concentrazione mediante esercizi mirati di psicologia applicata tra un esercizio e l'altro	Equilibrio emozionale	Crescita critica e capacità di proporre scelte funzionali alla squadra e non solo al singolo	Serietà nel mantenere tutti gli impegni acquisiti, maturità.

3. Categoria Juniores

L'obiettivo della squadra Juniores, per una società come la 2Laghi, che sviluppa il suo sviluppo sui ragazzi, sarà esplicitamente quello di creare dei giocatori pronti per la prima squadra.

Per realizzare questo, sarà assolutamente necessario che gli allenatori di Juniores e Prima Squadra siano in perfetta simbiosi tra loro, condividano i principi e assolvano una collaborazione continua.

Per entrare nel dettaglio dei principi, si farà una chiara attenzione alla cura della costruzione del gioco e della manovra della gestione del possesso palla.

Proprio la fase di possesso palla infatti dovrebbe essere presente in ciascuno degli allenamenti

Si inseriranno altri concetti più o meno nuovi come la costruzione dal basso per gestire e controllare il gioco, oppure la capacità di giocare fra le linee di pressione.

A questi nuovi riferimenti metodologici si affiancano:

- l'importanza attribuita alla verticalità del gioco e alla conquista della profondità che trova applicazione pratica nella scelta di mezzi operativi come, ad esempio, giochi condizionati e giochi di posizione impiegati per sviluppare la capacità di conquistare la profondità attraverso una efficace occupazione dello spazio;
- l'intensità di lavoro, sempre privilegiata rispetto al volume di lavoro: proprio per quest'ultimo motivo, il minutaggio dedicato a ciascuna fase degli allenamenti non supera mai i 15-20 minuti, rivelando dunque una maggior attenzione alla qualità del lavoro piuttosto che al tempo di esecuzione.

Per quanto riguarda l'area di lavoro atletico, i punti chiave della metodologia scelta si riassumono in gradualità del carico considerati i diversi momenti della stagione (preparazione precampionato, campionato, pausa invernale, campionato), la globalità delle proposte che dovrebbe prediligere l'utilizzo della palla rispetto al lavoro a secco e conseguentemente l'orientamento al gioco rispetto al lavoro a secco attraverso proposte più varie e stimolanti possibile.

AREA TECNICA	AREA TATTICA		AREA FISICA
Attenzione al gesto di passaggio, non più semplicemente dosato ma preciso a esaltare le abilità dei compagni	tattica individuale	tattica collettiva	Aumento dei carichi di lavoro che debbono tuttavia essere equilibrati secondo ogni specificità



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it

POLISPORTIVA 2 LAGHI

Consolidamento ed accrescimento delle abilità acrobatiche	Accrescimento del concetto di scivolamento sul piede debole dell'avversario e miglioramento del piede debole proprio.	Movimento in funzione dell'avversario e del compagno in fase di possesso palla.	Privilegiare l'intensità del lavoro rispetto al volume
Capacità di fare giocare in condizione di pressione e stress	Aumentare intensità con palla e senza	Sviluppo dei concetti di orizzontalità e verticalità del gioco	Test atletici per inserire dati di base da cui comprendere le performance individuali

AREA PSICOLOGICA	
obiettivi individuali	obiettivi di gruppo
Capacità di analisi per gestire situazioni di difficoltà Comprendere appieno la propria potenzialità	Concentrazione sugli obiettivi: analisi mancanze e progressi fatti per conseguirli

AREA SOCIALE	
obiettivi individuali	obiettivi di gruppo
Comprensione del punto di vista altrui: di allenatore, compagno, avversario ed arbitro. Diventare lucidi e meno emozionali	Estensione delle relazioni con il gruppo al di là dell'ambito sportivo.

STILE DI VITA
Gestione corretta del tempo libero
Presenza, volontà di appartenenza, capacità di gestione e condivisione di ogni informazione che possa essere utile.



POLISPORTIVA 2 LAGHI

Contatti

Telefono: +39 345 4544555 E-

mail: info@polisportiva2laghi.it

www.polisportiva2laghi.it