



## REDAZIONALE

Tutti allo stage di Reggio Emilia: le esercitazioni tecnico-tattiche proposte dagli allenatori professionisti.

A cura di **ROBERTO BONACINI**

*La presentazione del palinsesto mensile.*

**B**uon rientro a tutti,

ben tornati dunque, dopo la pausa estiva, nel mondo del calcio...nel calcio che giocate, che allenate o che semplicemente seguite da tifosi, appassionati o spettatori.

Cosa dirvi per ricominciare questa stagione calcistica tutti insieme?

Di cose ce ne sarebbero tante perché le novità per allenatore.net sono sempre all'ordine del giorno.

In questo Redazionale ho ritenuto però prioritario spendere due parole in più per approfondire in particolare due argomenti.

***“Le esercitazioni tecnico-tattiche per l'allenamento e l'organizzazione di una squadra di calcio”.***

E' questo il seminario che si svolgerà Lunedì 20 Ottobre presso la prestigiosa struttura polifunzionale del CERE di Reggio Emilia.



Si a Reggio Emilia, a due passi dal centro emiliano e ai piedi delle prime colline reggiane, in un atmosfera veramente fantastica, tra verde e

natura, ideale per godersi questa interessante iniziativa.



Il seminario organizzato è specifico per la visione e l'apprendimento delle esercitazioni tecnico-tattiche che stanno alla base dell'insegnamento dei principi

e dell'organizzazione di una squadra di calcio.

Ciò al fine di consentire al partecipante di trarre spunti, idee e principi per conferire una fisionomia precisa ed una identità tattica alla propria squadra attraverso una razionale metodologia di lavoro sul campo.



Il seminario è rivolto agli allenatori che vogliono aggiornarsi ed approfondire i temi dell'organizzazione tattica di una squadra di calcio attraverso esercitazioni mirate.



Il seminario viene sviluppato in maniera prevalente attraverso delle sessioni di lavoro pratiche, svolte direttamente sul campo.

La visione diretta delle esercitazioni proposte dai relatori permette infatti al partecipante di "toccare con mano" il



lavoro di campo consentendogli di apprendere anche i dettagli.

Al termine delle sessioni pratiche il confronto in aula con i relatori ha lo scopo di approfondire i temi del lavoro effettuato e completare la formazione del partecipante.

Tutto questo insieme a due allenatori professionisti altamente preparati e veramente bravi nella didattica e nell'insegnamento della materia calcistica: Maurizio Viscidi e Bruno Tedino.

**MAURIZIO VISCIDI** nato a Bassano del Grappa il 18/05/1962, ha iniziato la sua carriera nel settore giovanile del Padova lanciando alcuni talenti come Del Piero e Sartor, prima di passare al Milan dove ha guidato le squadre Allievi e Primavera.

Nel corso della sua carriera ha quindi allenato: Casarano, Lodigiani, Pescara, Viterbese, Lucchese, Treviso, Vicenza e Modena.

Ha ottenuto l'abilitazione di Allenatore professionista di 1° Categoria con il massimo dei voti, precedendo in graduatoria Carlo Ancelotti nell'anno 1997 con una tesi riguardante il modulo 4-3-3.

Autore dell'opera "Come fare goal: teoria e didattica", è stato relatore per conto di FIGC e AIAC a numerosi incontri di aggiornamento per allenatori.

**BRUNO TEDINO** nato a Udine il 13/08/1964, ha iniziato la carriera di tecnico giovanissimo, allenando nel S.G. di diverse società professionistiche prima di sedersi, a 33 anni, sulla panchina del San Donà in serie C2.

A seguire ha allenato Novara, Pordenone, Treviso (Resp. S.G.) Sudtirolo, Pistoiese e Sangiovese.

A Treviso ha svezinato e lanciato giocatori del calibro di Reginaldo e Barreto.

Allenatore professionista di 1° Categoria, ha ottenuto l'abilitazione proprio nell'ultimo corso Master, classificandosi primo (al pari di Ferrara e Costacurta) con il punteggio di 110 e lode.

E se questo seminario è la prima cosa di cui volevo parlarVi la seconda potrete già vederla Voi stessi, direttamente, in questo Focus di Settembre dove insieme agli articoli potrete trovare anche delle video.

Si proprio delle immagini filmate che andranno ad arricchire sempre più il materiale didattico a Vostra disposizione andando ad integrare in modo perfetto quanto già disponibile nel sito per la crescita qualitativa e professionale della figura dell'allenatore e degli addetti ai lavori.

Due sono i contributi inserite in questo mese di Settembre:

**Fase di costruzione: l'organizzazione tattica del modulo 4-2-3-1.** Le esercitazioni collettive per l'apprendimento dei flussi di gioco in fase di impostazione della manovra.

**Passaggio, smarcamento e ricezione: le esercitazioni di base per Giovanissimi ed Allievi.** Le esercitazioni per abbinare l'allenamento tecnico con l'insegnamento dei principi di tattica individuale.

Due anteprime che faranno da "apripista" ad altro materiale di prossima pubblicazione e che, tanto per far crescere la Vostra curiosità, andrà a trattare, analizzare e documentare i seguenti argomenti:

- video relativi alla spiegazione di contrapposizioni tattiche alla lavagna;

- video relativi a sedute di allenamento e ad esercitazioni di preparazione atletico-condizionale;
  - video relativi a sedute di allenamento e ad esercitazioni tecniche e tattiche;
  - video con interviste tecnico-tattiche ad allenatori affermati, ad allenatori emergenti, a responsabili di Scuole Calcio e di Settore Giovanile;
  - video relativi a lezioni di psicologia;
  - video relativi ad argomenti vari: alimentazione, medicina, riabilitazione etc.
- Buona lettura...o meglio...buona lettura e visione.

Il palinsesto mensile:

**ARTICOLO N° 1 – REDAZIONALE – BONACINI ROBERTO**

***Tutti allo stage di Reggio Emilia: le esercitazioni tecnico-tattiche proposte dagli allenatori professionisti.***

*La presentazione del palinsesto mensile.*

**ARTICOLO N° 2 - ALIMENTAZIONE – DE JOANNON UMBERTO**

***Il pranzo pre-partita: un esempio di scelta tra tre menù.***

*Semplici informazioni da sapere per coloro che praticano e/o insegnano l'attività sportiva.*

**ARTICOLO N° 3 – MEDICINA & CALCIO – GAVIOLI CLAUDIO**

***Il dolore cervicale.***

*Conosciamo una patologia piuttosto diffusa e determinata da più cause che, anche quando colpisce gli sportivi, può risultare altamente fastidiosa.*

**ARTICOLO N° 4 – GESTIONE E REGOLAMENTI – BONACINI ROBERTO**

***L'arbitro: guida pratica Ifab.***

*Dal Regolamento del Gioco del Calcio, parliamo dell'arbitro.*

**ARTICOLO N° 5 – PSICOLOGIA & CALCIO – CECCOMORI MARCO**

***Le qualità dell'allenatore.***

*Come saper comunicare, ascoltare, osservare, motivare e programmare: queste le qualità che ogni allenatore deve fare proprie.*

**ARTICOLO N° 6 – PREPARAZIONE – CASTAGNETTI ALESSANDRO**

***L'importanza del riscaldamento nel calcio.***

*Come creare le migliori condizioni iniziali per le capacità neuromuscolari, organiche e mentali dell'atleta, nonché per ottenere le condizioni ottimali per prevenire gli infortuni.*

**ARTICOLO N° 7 – PREPARAZIONE – LANZA GIACOMO**

***Calcio e "Pilates": gli attrezzi da utilizzare.***

*La metodica del "Pilates" per abbassare la percentuale di traumi muscolari ed innalzare la capacità di recupero in seguito ad infortuni.*



**ARTICOLO N° 8 – SETTORE GIOVANILE – MARCHI ERNESTO**

***L'organizzazione didattica dell'allenamento al fine di creare un vero e proprio stile d'insegnamento.***

*Come operare nella Scuola Calcio: definizione dei programmi, metodologia di lavoro e d'insegnamento, contenuti e mezzi d'allenamento.*

**ARTICOLO N° 9 – SETTORE GIOVANILE – BRUNI MAURIZIO**

***Categoria Piccoli Amici: osserviamo i nostri "piccoli" giocatori per una prima semplice valutazione tecnica.***

*Un esempio di test e di scheda di valutazione per i bambini della categoria Piccoli Amici.*

**ARTICOLO N° 10 – SETTORE GIOVANILE – BRUNI MAURIZIO**

***Categoria Pulcini: osserviamo i nostri "piccoli" giocatori per una prima semplice valutazione tecnica.***

*Un esempio di test e di scheda di valutazione per i bambini della categoria Pulcini.*

**ARTICOLO N° 11 – SETTORE GIOVANILE – URGNANI GIANLUCA**

***Categoria Piccoli Amici: come strutturare una seduta di allenamento completa (esempio N° 4).***

*Esercitazioni tecniche per l'apprendimento dei gesti e degli schemi motori di base riferiti alla categoria Piccoli Amici.*

**ARTICOLO N° 12 – SETTORE GIOVANILE – AQUILANI E. / Malfatti A.**

***La programmazione annuale della categoria Pulcini.***

*Come programmare la stagione della categoria Pulcini: obiettivi generali, specifici e capacità condizionali, coordinative e tecnico-tattiche.*

**ARTICOLO N° 13 – PREPARAZIONE/SETTORE GIOVANILE – LUPI FRANCESCO**

***Prima del campionato: il programma di lavoro per una squadra della categoria Esordienti.***

*Come pianificare e sviluppare l'allenamento, durante il periodo che precede il campionato, in una formazione della categoria Esordienti B (Primaveragori Calcio – Santa Croce sull'Arno – PI).*

**ARTICOLO N° 14 – TATTICA – PRESTIGIACOMO LUCA**

***Come l'allenatore deve organizzare al meglio il proprio lavoro: le tre grandi fasi guida da seguire.***

*Come organizzarsi per non lasciare nulla al caso: fase di pianificazione, fase di programmazione e fase di micro-programmazione.*

**ARTICOLO N° 15 – PREPARAZIONE – CHIANCONE STEFAN**

***Come strutturare le sedute di allenamento per i dilettanti.***

*Come pianificare al meglio il lavoro settimanale adottando utili accorgimenti per massimizzare le risorse a disposizione.*



**ARTICOLO N° 16 – PREPARAZIONE – ARALDI G. / SALMI F.**

**Categoria Eccellenza: il mesociclo di lavoro del mese di Settembre.**

*Il lavoro condizionale e tecnico-tattico svolto nel mese di Settembre da una squadra militante nel campionato di Eccellenza.*

**ARTICOLO N° 17 – TATTICA/INTERVISTA – BONACINI ROBERTO**

**L'allenamento della tattica durante la stagione agonistica: idee e metodologie di Cristiano Danisi.**

*La valutazione dei giocatori, l'organizzazione del lavoro, la didattica e la pianificazione dell'allenamento tattico: la parola a Mister Cristiano Danisi allenatore dell'AC Coarezza Somma Lombardo Calcio (VA).*

**ARTICOLO N° 18 – PREPARAZIONE/INTERVISTA – TOSSANI MICHELE**

**L'allenamento condizionale: l'intervista a Paolo Rangoni.**

*Come lavora, da un punto di vista condizionale, Paolo Rangoni, preparatore atletico del Le Mans militante nel massimo campionato nazionale francese.*

**ARTICOLO N° 19 – ESERCITAZIONI – PAGAN ANDREA**

**Organizzazione di gioco: 10 esercitazioni a tema per migliorare la fase di impostazione della manovra.**

*Come migliorare l'impostazione della manovra offensiva lavorando sulla tattica individuale e collettiva.*

**ARTICOLO N° 20 – SETTORE GIOVANILE – MARCHI ERNESTO**

**Le progressioni didattiche.**

*Come saper insegnare con le giuste progressioni didattiche: aspetto fondamentale nell'attività di formazione dell'allenatore.*

**ARTICOLO N° 21 – INTERVISTA – LUCCHESI MASSIMO**

**Palle inattive: il calcio totale di Walter Zenga.**

*Idee, metodi ed alchimie tattiche del tecnico del Catania.*

**ARTICOLO N° 22 – TATTICA/INTERVISTA – BONACINI ROBERTO**

**L'allenamento della tattica durante la stagione agonistica: idee e metodologie di Leopoldo Matta.**

*La valutazione dei giocatori, l'organizzazione del lavoro, la didattica e la pianificazione dell'allenamento tattico: la parola a Mister Leopoldo Matta allenatore del Castellarano Calcio (RE) categoria Giovanissimi Professionisti.*

**ON LINE DAL 08/09/08**

**ARTICOLO N° 23 – ESERCITAZIONI – DE LEO EMILIO**

**Organizzazione di gioco: 8 esercitazioni a tema per ottimizzare i movimenti del reparto difensivo.**

*Come allenare la squadra a migliorare i movimenti orizzontali e verticali del reparto di difesa.*

**ON LINE DAL 08/09/08**



**VIDEO N° 24 – ESERCITAZIONI – SORA STEFANO**

**Fase di costruzione: l'organizzazione tattica del modulo 4-2-3-1.**

*Le esercitazioni collettive per l'apprendimento dei flussi di gioco in fase di impostazione della manovra.*

**ON LINE DAL 08/09/08**

**ARTICOLO N° 25 – TATTICA/INTERVISTA – BONACINI ROBERTO**

**L'allenamento della tattica durante la preparazione precampionato: l'intervista ad Ernesto Marchi.**

*La valutazione dei giocatori, l'organizzazione del lavoro, la didattica e la pianificazione dell'allenamento tattico: la parola a Mister Ernesto Marchi allenatore dello Sparta Novara Calcio (NO) categoria Allievi "B" Sperimentali.*

**ON LINE DAL 15/09/08**

**ARTICOLO N° 26 – ESERCITAZIONI – URGNANI GIANLUCA**

**Gli sviluppi offensivi del modulo 4-3-3.**

*Modulo 4-3-3: l'analisi didattica dello sviluppo della manovra d'attacco.*

**ON LINE DAL 15/09/08**

**VIDEO N° 27 – ESERCITAZIONI – INDRAGOLI MASSIMO**

**Passaggio, smarcamento e ricezione: le esercitazioni di base per Giovanissimi ed Allievi**

*Le esercitazioni per abbinare l'allenamento tecnico con l'insegnamento dei principi di tattica individuale.*

**ON LINE DAL 15/09/08**

**ARTICOLO N° 28 – PSICOLOGIA & CALCIO – TAVOLETTI STEFANO**

**La figura del "Mental Coach" nel calcio.**

*Come la figura dell'allenatore mentale (Mental Coach) può, lavorando sulle componenti psicologiche e motivazionali, far "funzionare" al meglio la mente del giocatore aiutandolo a raggiungere importanti risultati.*

**ON LINE DAL 22/09/08**

**ARTICOLO N° 29 – IL NUMERO UNO – RAPACIOLI CLAUDIO**

**Pianificare la stagione dei "Portierini".**

*Come organizzare la stagione dei N° 1 per le categorie Pulcini ed Esordienti.*

**ON LINE DAL 22/09/08**