



REDAZIONALE

Pianificare il futuro.

A cura di **MASSIMO LUCCHESI**

La presentazione del palinsesto mensile.

Come tutti sanno è stato il Barcellona di Messi a superare lo United ed a conquistare la Champions League 2010/2011.

La finale che si è disputata nel fantastico scenario di Wembley ha messo di fronte quelle che potenzialmente sono le due squadre più forti al mondo ed il pronostico della vigilia pareva molto più equilibrato rispetto a ciò che si è invece visto sul campo.

Barcellona e Manchester United avevano infatti dominato i rispettivi campionati e rappresentano l'espressione migliore dei due tornei, Liga e Premier League, più competitivi al mondo. Entrambe sono inoltre ai vertici del ranking Uefa (Manchester United 1°, Barcellona 2°!).

Il Manchester United era giunto alla finale di Wembley dopo un cammino esaltante nel quale aveva vinto il girone eliminatorio con 14 punti e spazzato via negli scontri ad eliminazione diretta Marsiglia (0-0, 2-1), Chelsea (1-0, 2-1), e Schalke (2-0, 4-1), vincendo 5 gare su 6 e pareggiando una sola partita.

Cammino analogo per la squadra di Guardiola che ha anch'essa vinto il proprio girone con 14 punti e superato nei match ad eliminazione diretta Arsenal (1-2, 3-1), Shaktar (5-1, 1-0) e Real Madrid (2-0, 1-1). A differenza dello United il Barça ha perso un incontro (con l'Arsenal di Wenger)

vincendone 4 e pareggiando l'incontro di ritorno al Camp Nou con il Madrid.

Un ulteriore dettaglio che legava le squadre di Guardiola e Ferguson era correlato al fatto che entrambe avevano superato, negli scontri ad eliminazione diretta, le due principali rivali (Chelsea e Real Madrid) con le quali avevano lottato anche nei rispettivi campionati nazionali.

La finale di Wembley riproduceva inoltre la rivincita di quella disputata appena due anni fa a Roma, nella quale il Barcellona di Guardiola ebbe la meglio sui rivali, vincendo con un secco 2-0 grazie ai goal di Messi ed Eto'o, con il Manchester che, memore proprio di quella sconfitta, sembrava aver capito i propri errori e compreso come poter affrontare e mettere in difficoltà i campioni spagnoli.

Così invece non è stato è la squadra di Guardiola non solo ha vinto ma ha nettamente controllato la partita dominando largamente i rivali.

Un trionfo, quello della squadra spagnola, marchiato dalle qualità individuali di Messi & C. e dalla capacità di mantenere la palla attraverso un possesso strategico efficace quanto spettacolare.

Detto della finale di Champions League che seguita dall'ultimo atto di Coppa Italia tra Inter e Palermo, ha chiuso la stagione, tecnici ed addetti ai lavoro

sono al lavoro per pianificare la nuova stagione.

Riuscire a ripartire con idee chiare e con obiettivi ben definiti è un aspetto essenziale che, pur non escludendo la possibilità di dover aggiustare la rotta in alcuni momenti della stagione, ci garantisce un buon margine di riuscita e la possibilità di veder soddisfatte le aspettative di inizio stagione.

Il Focus di questo mese è proprio centrato su questi aspetti ed ha l'intento di fornire a tutti voi le chiavi per poter definire con razionalità ed efficacia i vari obiettivi da raggiungere partendo dalla capacità di valutare accuratamente ed oggettivamente le caratteristiche dei giocatori a disposizione (sia da un punto di vista tecnico-tattico che fisico e mentale) e poter pianificare in maniera adeguata il periodo preparatorio che senza l'assillo della gara domenicale e con l'ausilio dell'entusiasmo di inizio stagione può veramente determinare un viatico importantissimo e spesso determinante.

Con la stessa ottica presentiamo le due novità editoriali che saranno in distribuzione dal 10/06.

**Allenare Ampiezza Inserimenti
Profondità Ripartenze**

Di Marco Ceccomori

80 esercitazioni tecnico-tattiche per allenare ed organizzare la squadra in fase offensiva ottimizzando gli attacchi in profondità, quelli in ampiezza, le ripartenze e gli inserimenti.

L'opera, estremamente pratica e di fruibilità immediata, consente di approfondire ed esplorare metodologie ed esercitazioni per concretizzare la manovra offensiva attraverso gli

attacchi in profondità, quelli in ampiezza, le ripartenze e gli inserimenti.

L'autore, dopo aver evidenziato i principi per sviluppare le varie tipologie di attacco, classifica e suddivide le oltre 20 proposte pratiche specifiche per il perfezionamento e l'allenamento di ogni singolo aspetto in esercitazioni ad obiettivo, in superiorità numerica, in settori, ad evento, con obiettivo combinato.

La varietà e la specificità delle 5 diverse tipologie allenanti consente al tecnico di proporre sul campo sia un lavoro situazionale che schematico con l'obiettivo di variare e completare l'apprendimento sia dei principi che degli schemi collettivi.

Il DVD, della durata di circa 60' ed al cui interno sono raccolte le più significative esercitazioni proposte, si integra e completa in maniera ottimale il volume cartaceo.



Libro + DVD 35,00 €

L'apprendimento della tecnica calcistica attraverso specifiche esercitazioni tecnico-coordinative

Di Benedetto Milazzo



Libro 22,00 €

Si tratta di una pubblicazione mirata all'insegnamento della gestualità tecnica del gioco del calcio in regime coordinativo.

Per riuscire a soddisfare le moderne esigenze del gioco del calcio è necessario saper eseguire un ampio bagaglio di gestualità tecniche in spazi e tempi estremamente limitati.

Sull'efficacia del gesto un forte impatto hanno le capacità coordinative del calciatore, indispensabili nell'esecuzione delle abilità specifiche (tirare, passare, guidare della palla, ricevere la palla, colpire di testa e finta e dribbling) e più in generale nel permettere al calciatore di organizzare, controllare e regolare il movimento.

Nel libro i vari gesti tecnici sono analizzati analiticamente sia dal punto

di vista tecnico che coordinativo. Particolare attenzione è dedicata all'equilibrio nell'esecuzione di tutti i gesti, alla propriocettività e alla coordinazione oculo-motoria.

Infine, oltre agli esercizi propriocettivi specifici per il gioco del calcio, sono proposte più di cinquanta esercitazioni tecnico-coordinative in cui prevale l'aspetto ludico, con situazioni di gioco vicine a quelle che si vengono a creare durante una partita.

Buona lettura e buona stagione!

CONTRIBUTO N° 1 – REDAZIONALE

Di Massimo Lucchesi

PDF – Pianificare il futuro.

La presentazione del palinsesto mensile.

ON LINE DAL 01/06

CONTRIBUTO N° 2 – IL NUMERO 1

Con Alessandro Saccone

VIDEO – 3/ Le esercitazioni per migliorare la tecnica podalica del portiere.

Le lezioni esclusive tratte dal 3° Corso ufficiale Apport per i preparatori dei portieri.

ON LINE DAL 03/06

CONTRIBUTO N° 3 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Preparazione atletica: come strutturare il lavoro e pianificare il precampionato.

Idee e consigli per organizzare la preparazione fisica della squadra.

ON LINE DAL 07/06

CONTRIBUTO N° 4 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 17/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 07/06



CONTRIBUTO N° 5 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Preparazione atletica: come evitare e prevenire gli infortuni nel precampionato.

Proposte ed esercitazioni preventive per limitare le problematiche fisiche di inizio stagione.

ON LINE DAL 08/06

CONTRIBUTO N° 6 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 18/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 08/06

CONTRIBUTO N° 7 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Preparazione atletica: come e quando allenare la potenza aerobica nel precampionato.

Carichi, esercitazioni, idee e consigli per organizzare la preparazione fisica della squadra.

ON LINE DAL 09/06

CONTRIBUTO N° 8 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 19/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 09/06

CONTRIBUTO N° 9 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Preparazione atletica: come e quando allenare la forza nel precampionato.

Carichi, esercitazioni, idee e consigli per organizzare la preparazione fisica della squadra.

ON LINE DAL 10/06

CONTRIBUTO N° 10 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Preparazione atletica: come e quando allenare la resistenza alla velocità nel precampionato.

Carichi, esercitazioni, idee e consigli per organizzare la preparazione fisica della squadra.

ON LINE DAL 14/06

CONTRIBUTO N° 11 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 21/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 14/06

CONTRIBUTO N° 12 – GIOVANI

Di Massimo Saccà

PDF – Valutare le caratteristiche del giocatore: i parametri tecnici

Quali considerazioni e quali test utilizzare per valutare il singolo.

ON LINE DAL 15/06

CONTRIBUTO N° 13 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 22/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 15/06

CONTRIBUTO N° 14 – TATTICA

Di Massimo Lucchesi

PDF – Valutare le caratteristiche del giocatore: i parametri tattici

Come riconoscere e determinare le abilità e la qualità del giocatore da un punto di vista tattico.

ON LINE DAL 16/06



CONTRIBUTO N° 15 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 23/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 16/06

CONTRIBUTO N° 16 – PREPARAZIONE

Di Giuseppe Mazza

PDF – Valutare le caratteristiche del giocatore: le capacità coordinative e condizionali.

Quali considerazioni e quali test utilizzare per valutare il singolo.

ON LINE DAL 17/06

CONTRIBUTO N° 17 – PREPARAZIONE

Di Giuseppe Mazza

PDF – Valutare le caratteristiche del giocatore: la forza.

Quali considerazioni e quali test utilizzare per valutare il singolo.

ON LINE DAL 21/06

CONTRIBUTO N° 18 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 25/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 21/06

CONTRIBUTO N° 19 – PSICOLOGIA

Di Stefano Tavoletti

PDF – Valutare le caratteristiche del giocatore: gli aspetti psicologici.

Come riconoscere e determinare le attitudini e la forza del giocatore da un punto di vista psicologico.

ON LINE DAL 22/06

CONTRIBUTO N° 20 – TATTICA

Con Fulvio Pea

VIDEO – 25/Esercitazioni tecnico-tattiche specifiche per il miglioramento dei reparti di squadra.

Le lezioni esclusive tratte dall'incontro n.3 dello stage "Formazione...in campo" organizzato dall'USD Recanatese 1923.

ON LINE DAL 22/06

CONTRIBUTO N° 21 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Il programma pre-ritiro per un atleta di alto livello.

Il programma completo di 2 settimane di lavoro per arrivare iniziare il precampionato in buona condizione.

ON LINE DAL 23/06

CONTRIBUTO N° 22 – TATTICA

Con Raffaele Novelli

VIDEO – 3/Organizzazione di squadra: schemi e sviluppi in fase offensiva.

La progressione di lavoro per conferire una fisionomia di gioco al proprio team.

ON LINE DAL 23/06

CONTRIBUTO N° 23 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Il programma precampionato per una squadra di Lega Pro.

Mezzi e lavoro fisico per arrivare all'inizio del campionato in buona condizione.

ON LINE DAL 24/06

CONTRIBUTO N° 24 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Il programma precampionato per una squadra di CND/Eccellenza.

Mezzi e lavoro fisico per arrivare all'inizio del campionato in buona condizione.

ON LINE DAL 28/06

CONTRIBUTO N° 25 – TATTICA

Con Davide Fontolan

VIDEO – 3/Fontolan: le mie esperienze da giocatore professionista con i diversi allenatori.

La lezione è tratta dal 2° Stage Sersport, svoltosi a Garbagnate.

ON LINE DAL 28/06

CONTRIBUTO N° 26 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Il programma precampionato per una squadra di Promozione/1° Cat.

Mezzi e lavoro fisico per arrivare all'inizio del campionato in buona condizione.

ON LINE DAL 29/06

CONTRIBUTO N° 27 – PREPARAZIONE

Di Stefan Chiancone

PDF – Il programma precampionato per una squadra di 2° Cat./3° Cat.

Mezzi e lavoro fisico per arrivare all'inizio del campionato in buona condizione.

ON LINE DAL 29/06

Super Seminars 2011
11 e 12 Giugno a Coccaglio (BS)
25 e 26 Giugno a Roma

Promozione Speciale:
1 pax 190,00 €
2 pax 190,00 € + 19,00 €