MAGAZINE
WWW.ALLEN@TORE.net
N.23 SETTEMBRE 2005

RIVISTA ELETTRONICA DELLA CASA EDITRICE WWW.ALLENATORE.NET
REG. TRIBUNALE DI LUCCA N° 785 DEL 15/07/03
DIRETTORE RESPONSABILE: FERRARI FABRIZIO
COORDINATORE TECNICO: BONACINI ROBERTO
SEDE VIA E.FRANCALANCI 418 – 55050 BOZZANO (LU)
TEL. 0584 976585 - FAX 0584 977273

articolo 1

REDAZIONALE

Pronti…via: il campionato è iniziato.

A cura di ROBERTO BONACINI

La presentazione del palinsesto mensile.

Luglio – Agosto: un bimestre "Strepitoso".

Questa esaltante frase, ad inizio Redazionale, per sottolineare un periodo, quello appena trascorso, che ha visto www.allenatore.net protagonista, con grande successo, di iniziative contraccambiate da un fantastico riscontro di pubblico.

Oltre 25.000 visite al nostro web-site.

Ecco alcuni dei tanti motivi che giustificano e testimoniano quanto appena affermato.

1. Nuova, innovativa e dinamica organizzazione del sito.

Nuova distribuzione degli articoli nel corso del mese.

Con questo "aggiustamento", che va ad integrare la pubblicazione dei reports tattici mensilmente previsti, www.allenatore.net fornisce un servizio più continuo e meglio distribuito nel tempo.

Nuova tipologia di abbonamenti, disponibili e alla portata dei tanti allenatori e addetti ai lavori che ci seguono.

Nuova grafica con anche un leggero restyling alla pagina principale per migliorarne l'appeal e rendere www.allenatore.net più "scorrevole" ed in linea con i tempi.

Largo spazio dedicato alla tattica ed alle esercitazioni con l'obiettivo di fornire all'utente spunti, idee e soluzioni per poter operare con professionalità e competenza indipendentemente dalla categoria e dalla situazione nella quale si trova a misurarsi.

2. Incontri e seminari specialistici.

Nel corso del 2005 www.allenatore.net ha organizzato 3 seminari che hanno visto la partecipazione complessiva di oltre 200 allenatori provenienti da ogni parte d'Italia ed anche dall'estero. In particolare grande interesse ha destato il seminario

“Precampionato: preparazione atletica ed organizzazione tattica” che si è tenuto a Coverciano lo scorso 17 Luglio.

E per continuare su questa strada ecco che lunedì 14 Novembre un nuovo incontro è programmato presso la fiera di Milano in occasione dell’evento più atteso del prossimo autunno: l’Expogoal 2005 (4° rassegna sul calcio a carattere nazionale ed internazionale che vedrà la partecipazione di numerosi professionisti ed importantissime brand del settore).

3. Nuove ed aggiornate pubblicazioni.

E’ appena uscito il volume “Il calcio, conoscerlo per insegnarlo” nel quale Fausto Garcea (direttore della Scuola Calcio dell’Empoli – società attentissima al settore giovanile) sviluppa idee e tematiche relative ai fondamentali tecnici ed alle competenze in ambito psico-pedagocico, biomeccanico, energetico, motivazionale ed atletico che l’istruttore moderno deve possedere.

Ma oltre al libro la cui copertina è rappresentata a fianco ulteriori saranno le novità nei prossimi mesi con la pubblicazione, fra le altre cose, di un volume specifico per i preparatori dei portieri.

Detto questo, il mese d’Agosto ha anche decretato finalmente la partenza del campionato e con esso, speriamo, l’inizio di quello che tutti (tecnici, tifosi ecc…) effettivamente vogliono: il calcio giocato.

Prima giornata senza sussulti particolari, pareggio del Milan a parte (che comunque ad inizio torneo ci può stare), a conferma di quanto già evidenziato nella scorsa stagione 2004-2005.

Intendiamo con questo riferirci ad un campionato equilibrato, diviso dalle previsioni iniziali in tre blocchi (pretendenti al titolo, outsiders, pretendenti alla salvezza) ma dove però non esistono più “cenerentole” (da verificare l’organico di alcune società che si sono allestite per il massima serie in solo due settimane) e dove ogni squadra, se non con la tecnica e la classe dei grandi campioni (in grado di risolvere la gara in ogni momento), riesce con la tattica, la forza fisica, l’orgoglio e la preparazione dei propri Mister a mettere in difficoltà anche le cosiddette “grandi” rendendo ogni incontro, pronostici a parte, aperto a ogni risultato.

E questo che noi vogliamo. Gioco e spettacolo dallo sport più bello del mondo.

Ed ora come sempre il ricco piatto che anche questo mese www.allenatore.net ha preparato per Voi.

Ecco il palinsesto da gustare…buon appetito e buon lavoro.

Articolo N° 1

REDAZIONALE

Pronti…via: il campionato riparte.

La presentazione del palinsesto mensile.

A cura di Roberto Bonacini - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 2

ESERCITAZIONI

Organizzare la difesa a 4: le esercitazioni usate dai professionisti.

Alcuni importanti esercizi per ricercare e ottenere, da una linea difensiva a quattro giocatori, soluzioni e automatismi importanti per risolvere a proprio favore determinate situazioni di gioco che una partita prevede.

A cura di Milena Bertolini - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 3

ESERCITAZIONI

Allenare il Pressing: esercitazioni globali – raccolta n° 1.

5 nuove esercitazioni per la didattica del Pressing.

A cura di Massimo Lucchesi - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 4

ESERCITAZIONI

Allenare i principi della ricerca, creazione ed occupazione dello spazio: 10 esercitazioni - raccolta n° 1.

La ricerca, la creazione e l'occupazione dello spazio: alleniamoci con questi esercizi.

A cura di Roberto Bonacini - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 5

ESERCITAZIONI

Allenare le Transizioni: esercitazioni simultanee – raccolta n° 1.

Le esercitazioni per preparare la squadra a "transare" efficacemente.

A cura di Massimo Lucchesi - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 6

ESERCITAZIONI

Allenare possesso palla e ripartenze: esercitazioni simultanee – raccolta n° 1.

Le esercitazioni per allenare la squadra ad ottimizzare i flussi di gioco in fase offensiva.

A cura di Massimo Lucchesi - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 7

PREPARAZIONE

Come prevenire i traumi con lo stretching: le posture fondamentali per il calciatore.

Programmi di lavoro per prevenire con lo stretching patologie ed infortuni articolari e muscolari.

A cura di Daniele Nervi - *ON LINE DAL 01/09/05*

Articolo N° 8

IL NUMERO UNO

Un esercizio flessibile: i quattro paletti.

Analisi di un esercizio che permette in primo luogo di combinare i vari movimenti del portiere con la gestualità tecnica.

A cura di Claudio Rapacioli - *ON LINE DAL 05/09/05*

Articolo N° 9

SETTORE GIOVANILE

Le capacità coordinative nel controllo e nella ricezione della palla.

Valutare gli errori coordinativi nel controllo e nella ricezione della palla e saper scegliere i mezzi appropriati per migliorare il gesto tecnico.

A cura di Alessandro Giuliano - *ON LINE DAL 12/09/05*

Articolo N° 10

PRIMO PIANO

Sviluppare la manovra con il 4-3-1-2 ed il 3-4-1-2: il Milan di Ancelotti.

Schemi e flussi di gioco utilizzati dai rossoneri in fase di costruzione.

A cura di Luca Prestigiacomo - *ON LINE DAL 19/09/05*

Articolo N° 11

PSICOLOGIA & CALCIO

Il giocatorino: differenze psicologiche, fisiche e fisiologiche tra il piccolo e il grande.

Giocatorino uguale piccolo uomo? No, giocatorino uguale bambino.

A cura di Fausto Garcea - *ON LINE DAL 26/09/05*

...e non dimentichiamoci la sezione STUDIOS con i report tattici di alcuni match scelti per Voi; strumento veramente essenziale, messo a disposizione degli allenatori, per cercare di aiutarli nel difficile quanto importante compito di lettura e analisi della partita di calcio in tutte le sue componenti e sfumature.♦