

Università degli Studi di Enna «KORE»

Laboratorio di Calcio  
A.A. 2018/19

## **L'ALLENATORE**

Docente Prof. Stefano Valenti

# L'ALLENATORE

Per poter condurre una squadra di calcio DEVE conoscere e saper insegnare i FONDAMENTALI del gioco del calcio

- Dominio della palla
- Conduzione della palla
- Calcio della palla
- Ricezione della palla
- Gioco di testa
- Rimessa laterale
- Tecnica del portiere

Per poter condurre una squadra di calcio DEVE conoscere e saper insegnare i

RUOLI del gioco del calcio

- Portiere
- Difensori
- Centrocampisti
- Attaccanti

# L'ALLENATORE

Per poter condurre una squadra di calcio  
DEVE conoscere e saper insegnare i

## SISTEMI DI GIOCO

1 – 4 – 4 – 2

(Portiere-Reparto Difesa-Reparto  
Centrocampisti-Reparto Attaccanti)

1- 4- 3- 3

1- 4- 2 -3-1

1- 3- 4- 3

1-5-3-2

Per poter condurre una squadra di calcio DEVE  
essere in possesso del

Diploma di Allenatore,

che si ottiene dopo aver superato un Corso.

Per essere ammessi e frequentare un corso per  
Allenatore bisogna avere dei

Requisiti

(Età- Curriculum Sportivo- Titolo di Studio-ecc)

# CORSI

Distinguiamo:

- CORSI CENTRALI: organizzati dal S.T., le cui lezioni si svolgono interamente presso il Centro Tecnico Federale di Coverciano
- CORSI LOCALI: organizzati territorialmente con la collaborazione della Lega Nazionale Dilettanti e dell'Associazione Italiana Allenatori Calcio

# L'ALLENATORE

## Corsi Centrali

- Corso per Allenatori Professionisti di 1<sup>^</sup> cat. UEFA PRO  
conduzione di qualsiasi squadra serie A e serie B
- Corso per Allenatori Professionisti di 2<sup>^</sup> cat. UEFA A  
conduzione delle squadre giovanili, le squadre serie C  
e come allenatore in seconda in Serie A e in Serie B.
- Corso di Specializzazione per Allenatori di Portieri di prime  
squadre e Settore Giovanile.
- Corso per Allenatore di Calcio a 5 di Primo Livello,  
conduzione di squadra calcio a 5, incluse quelle di Serie A  
e Serie A2.
- Corso per Preparatori Atletici e per Direttori Sportivi

# L'ALLENATORE

## Corsi Regionali e Provinciali

- Corso per Allenatore di Base UEFA B conduzione di squadre giovanili, e tutte le prime squadre nei campionati organizzati dalla L.N.D., inclusa la Serie D.
- Corso per Allenatore Dilettante conduzione delle squadre dilettantistiche , di 1<sup>^</sup>, 2<sup>^</sup> e 3<sup>^</sup> Cat. e negli Juniores Reg.
- Corso per Giovani calciatori UEFA Grassroots C Licence conduzione delle squadre di Settore Giovanile in tutte le categorie ad esclusione dei campionati Primavera.
- Corso per Allenatore di Base di Calcio a 5, conduzione di squadre giovanile e quelle di Serie B.
- Corso per Allenatore di Portieri per Dilettanti e S.G. i portieri in tutte le categ dilettantistiche ed in tutto il S.G.

# ALLENATORE: Ruolo e Competenze

Variano in funzione della «Categoria»

- Professionisti presente uno Staff Tecnico
- Dilettanti Staff Tecnico «ridotto»
- Settore Giovanile Tecnico «solo»

## ALLENATORE: del Settore Giovanile

L'Allenatore deve:

giocare per vincere o per formare?

Under 17 Aspetto Agonistico e

Under 15 Sviluppo qualità fisiche e T

- Esordienti Avviamento al Gioco

- Pulcini

- Primi Calci sviluppare i principi

- Piccoli Amici di multilateralità e

polivalenza,

# ALLENATORE- ISTRUTTORE

Nelle categorie:

- Primi Calci
- Piccoli Amici

FIGURA IDEALE

Istruttore Qualificato

Laureato in Scienze Motorie

## **COSA ALLENARE:**

particolarmente le capacità coordinative, le capacità senso-percettive e la flessibilità, meno le capacità condizionali.

## **COME ALLENARE:**

sviluppare i principi di multilateralità e polivalenza, in modo di creare nel bambino un patrimonio motorio molto ampio.



## **UTILIZZO RAZIONALE DI SPAZIO E ATTREZZATURE:**

il materiale da utilizzare deve essere “adeguato”  
alla struttura del bambino

### **PRIVILEGIARE IL GIOCO:**

nel programmare l'allenamento  
sottolineare sempre l'aspetto ludico.

### **RAPPORTO ALLIEVI – ISTRUTTORI:**

evitare gruppi troppo numerosi.

## **L'ALLENATORE:**

Ha in mano un patrimonio indescrivibile, dipende dalla sua preparazione e capacità indirizzare i bambini verso attività sane ed educative, concorrendo alla formazione del “cittadino” di domani:  
atleta, tifoso, arbitro o, perché no, campione.