



Concetto ASF

Sviluppo

della personalità

nel calcio

Formazione degli allenatori
Corso di perfezionamento.
2011/12
(Livello Diploma C / B)

Basi per lo sviluppo

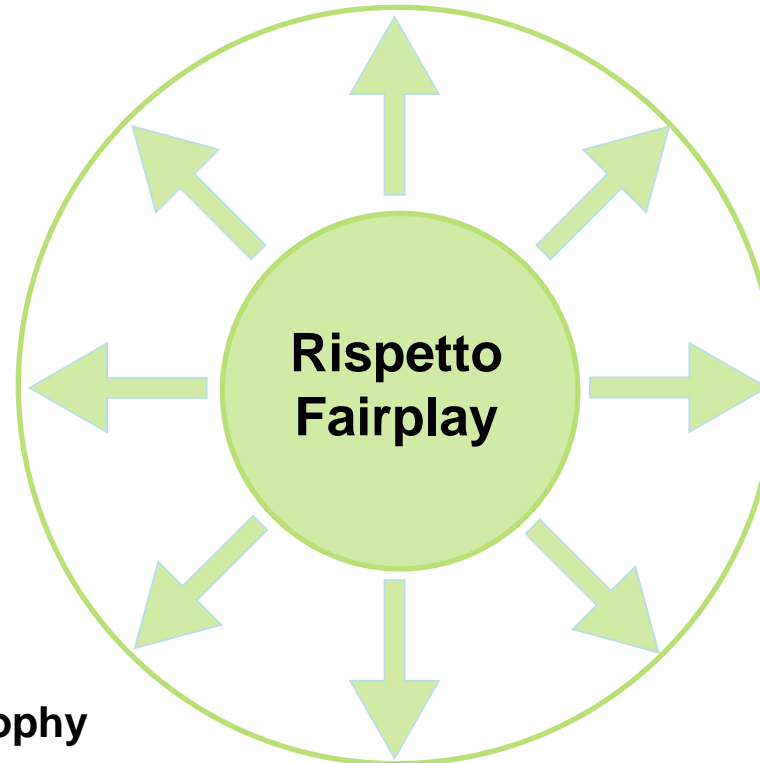
Le basi del nostro modo d'agire
sono il rispetto ed il fairplay



???



???



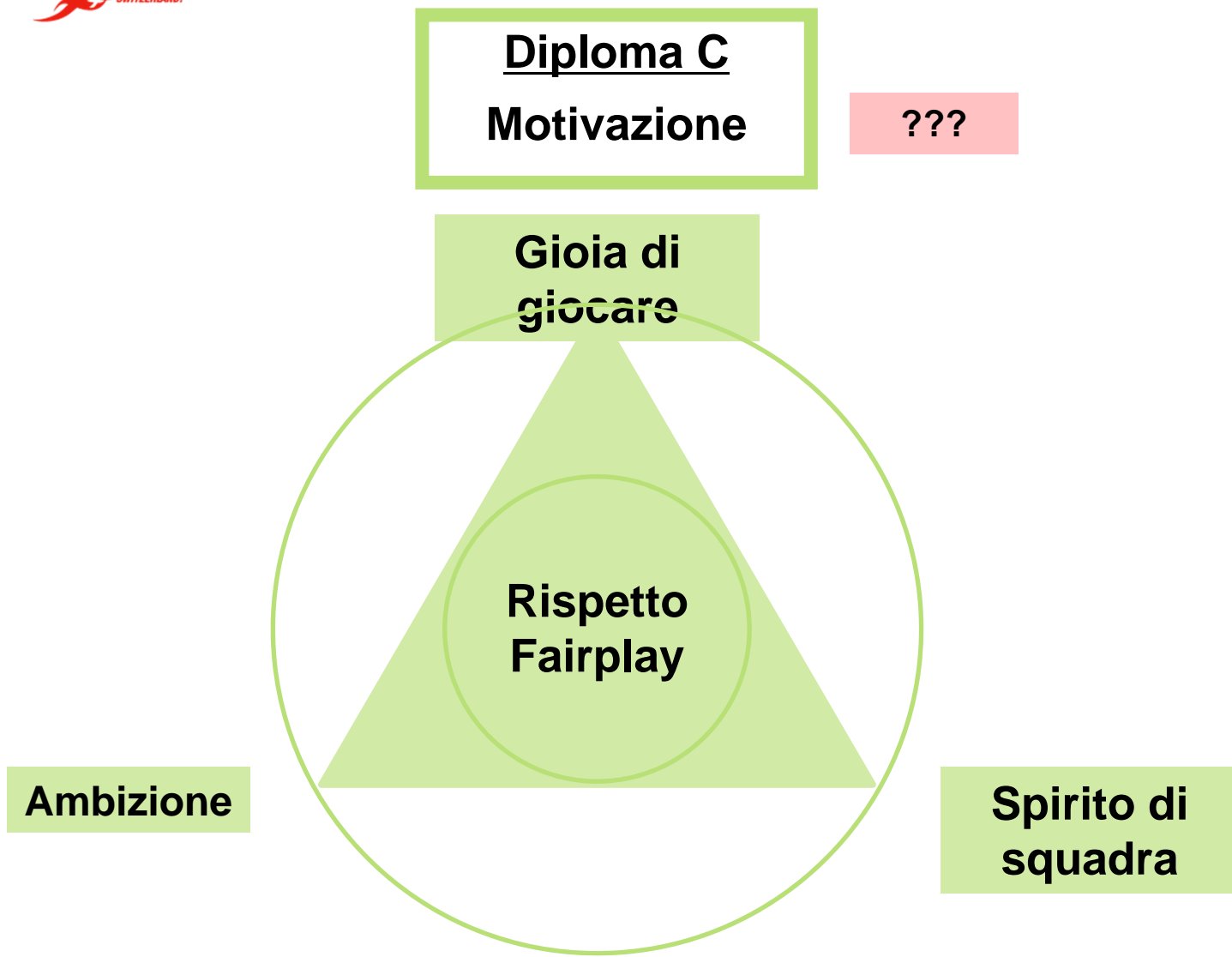
???

SUVA Fairplay-Trophy

???

Protezione dei bambini e
della
gioventù nel calcio

Sviluppo della personalità nel calcio – CP 11/12





Durante ogni allenamento
un giocatore
deve poter gioire più volte,
sudare un po'
e imparare qualche cosa!

Rispetto e Fairplay

???



**Rispetto significa Fairplay tra i giocatori,
dell' avversario e dell'arbitro.**

**Rispetto significa anche,
avere cura delle installazioni sportive
(campo, spogliatoi, palloni, materiale).**

**Il rispetto reciproco
é la base essenziale
per vivere in comunità.**

**Una comunità che funziona armoniosamente
contribuisce allo
sviluppo dell'individuo.**



Rispetto e Fairplay

Attuazione: Comportamento adeguato dell'allenatore (giudizioso, auspicabile)

▶ **Mostra la tua stima verso tutti i tuoi simili!**

- > Comportati sempre correttamente e con fairplay!
- > Parla in modo positivo con i tuoi giocatori!
- > Che tu sia un esempio per i giocatori!

???

▶ **Stabilire delle regole per la squadra, valedoli per tutti!**

- > Stabilire le regole da solo (per i giovani giocatori)!
- > Stabilire le regole in comune con i giocatori più esperti!
- > Incoraggia i giocatori con la loro firma su questa carta (Impegni)!

???

▶ **Reagisci in maniera appropriata in caso di non-rispetto!**

- > Spiega al giocatore perché questo non va bene!
- > Ricordagli le regole!
- > Puniscilo in modo appropriato (cartellino rosso o giallo)!

???

Tratta con rispetto tutte le persone!

Rispetto e Fairplay

Esempio di una carta (juniors A)

Vogliamo vivere una stagione magnifica..

Ognuno da il suo contributo. Si attesta specialmente che ...

... ci sosterremo reciprocamente in ogni circostanza

... parteciperemo regolarmente e puntualmente agli allenamenti ...

... riordineremo tutti insieme, il materiale alla fine di ogni allenamento

... lasceremo lo spogliatoio ordinato e pulito

... correggeremo i nostri sbagli con serio impegno

... daremo il massimo in ogni partita

... saremo rispettosi e avremo fairplay in ogni situazione

Data,

Firma di tutti i giocatori

**Gioia di
giocare**

???

Amore per il calcio

Gioia di giocare



Gioia di conoscere successi

Gioia di fare piccoli progressi

**Nel calcio di base giovanile
l'importante é il piacere di giocare a calcio.**

Gioia di giocare

Attuazione: Comportamento adeguato dell'allenatore (auspicabilmente, giudizioso)

- ▶ **Guida la squadra in modo positivo!** ???
 - > Sii di buon umore ed allegro!
 - > Crea con delle azioni mirate un buon clima nella squadra!
 - > Incoraggia e applaudi i giocatori!

- ▶ **Rendi l'allenamento piacevole!** ???
 - > Se é possibile allena sempre con il pallone!
 - > Lascia ai giocatori lo spazio per dei giochi divertenti!
 - > Mostra il tuo piacere di giocare a calcio (linguaggio del corpo)!

- ▶ **Trasmetti gioia anche durante la competizione!** ???
 - > Dai solo poche indicazioni tattiche!
 - > Insisti sull'offensiva e la creatività!
 - > Fai giocare tutti i giocatori al minimo 10-15 minuti

Il piacere é alla base di una buona prestazione!



Spirito di squadra

???



Il giocatore deve sentirsi a suo agio nella squadra e nel club.

„Appartengo al gruppo!“

„Partecipo anch'io!“

„Sono anch'io responsabile!“

**I giovani d'oggi sono
gli allenatori e i dirigenti di domani!**

Spirito di squadra

Attuazione: Comportamento adeguato dell'allenatore

(auspicabilmente, giudizioso)

► Integrare i deboli nella partita!

???

- > Fai attenzione che tutti i giocatori partecipino!
- > Incoraggia e affidati anche ai giocatori più deboli!
- > Coinvolgi regolarmente durante il corso di una stagione anche i più deboli!

► Incoraggia la corresponsabilità!

???

- > Stabilisci un momento ai giocatori che lasci loro uno spazio di libertà!
- > Lascia organizzare un esercizio ai giocatori stessi!
- > Attribuisce ai giocatori dei compiti che corrispondano alle loro capacità!

► Dei membri, facciamone dei collaboratori attivi

???

- > Presta attenzione che i più giovani esercitino già una piccola funzione!
- > Incoraggia nella tua squadra i giocatori che hanno interesse per il sociale!
- > Incoraggia i giocatori predisposti ad esercitare una funzione nel club!

Incoraggia il sentimento d'appartenenza e la corresponsabilità!

Ambizione

???

**Volontà di essere migliore degli
altri**

Volontà di vincere

**Volontà d'apprendere qualche
cosa**

**L'ambizione esagerata d'un allenatore
può distruggere molte cose!**



Ambizione

Attuazione: Comportamento adeguato dell'allenatore

(auspicabilmente, giudizioso)

▶ **Incoraggia l'ambizione innata dei giocatori!**

???

- > Proponi regolarmente delle competizioni durante gli allenamenti!
- > Loda l'impegno dei giocatori!
- > Chiedi il risultato della partita disputata durante l'allenamento

▶ **Disciplina la tua ambizione personale!**

???

- > Fai attenzione, durante una partita, al rispetto e al fairplay!
- > Resta sereno e disteso durante una partita affinché non si innervosisca!
- > Gioisci del successo dei giocatori!

▶ **Guida i giocatori secondo l'età e la maturità!**

???

- > Tratta i giocatori diversamente, secondo la loro età e al loro talento!
- Utilizza delle parole adatte al livello di sviluppo del giocatore!
- Non esigere da un giocatore ciò che non può controllare!

Trova il giusto equilibrio tra ambizione e placidità!



Diplôme C

Motivazione

Attuazione: Comportamento adeguato dell' allenatore (auspicabile, giudizioso)

Comportamento appropriato in una situazione concreta (partita)

Gioia di giocare: Mostra la tua gioia dopo un goal, ma fai attenzione ,calma quando qualcuno parla!

Spirito di squadra: Lascia uno spazio di libertà ai giocatori durante gli allenamenti, ma esigi l'ordine negli spogliatoi!

Ambizione: Incoraggia la volonta di vincere del giocatore, ma abbi rispetto dell'arbitro!



Timing = Scegli il tono giusto!

**Sviluppa in te e nei tuoi giocatori
fiuto per la situazione!**

Diplôme B

Fiducia in se stesso

???

Gioia di giocare

Determinazione

Iniziativa

**Rispetto
Fairplay**

Ambizione

Partecipazione

Consapevolezza di se

Sicurezza

???

Consapevolezza di se= ritenersi in grado di compiere qualcosa

Sicurezza= Conoscere i propri punti forti e deboli



Un alto grado di sicurezza, porta a una fiducia stabile.

Troppa Sicurezza (arroganza, presunzione) riduce la prestazione.



Sicurezza

Attuazione: reazione necessaria dell'allenatore

(consapevole, obbligatoria)

▶ **Analizza regolarmente le prestazioni dei giocatori!**

???

- > Dai spesso e soprattutto in modo positivo i tuoi commenti!
- > Utilizza il Feedback-Sandwich (positivo > correzione > positivo)!
- > Analisi con il video (critiche da parte del giocatore stesso)!

▶ **Sii efficace nel Coaching!**

???

- > Esigi con costanza dai tuoi giocatori, la qualità in tutte le forme d'allenamento!
- > Promuovi e sviluppa i tuoi giocatori con un forte sostegno!
- > Rileva i punti forti dei giocatori – Loda le azioni ben riuscite!

▶ **Comunica con fiducia (a parole e altro)!**

???

- > Mostra un linguaggio gestuale sicuro (posizione dritta)!
- > Nei tuoi monologhi resta sempre positivo!
- > Parla chiaramente e ascolta con attenzione!

Siate sicuri della vostra capacità, senza essere presuntuosi!

Determinazione

???

Porsi obiettivi impegnativi e cercare di raggiungerli con perseveranza!

Volontà d'imparare = Volontà di migliorare e di superare i propri limiti!



La realizzazione dei propri obiettivi rinforza la fiducia in se stessi.

Chi vuol raggiungere qualche cosa dev'essere pronto ad investire.

Determinazione

Attuazione: reazione necessaria dell'allenatore

(consapevole, obbligatoria)

▶ **Fissa degli obiettivi!**

???

- > Visualizza i tuoi obiettivi e quelli dei tuoi giocatori!
- > Stabilisci con i giocatori una convenzione che fissi gli obiettivi da raggiungere!
- > Pianifica con attenzione, ma lascia abbastanza spazio alla creatività e alla spontaneità!

▶ **Mostra le conseguenze**

???

- > Esigi delle misure concrete (Gli obiettivi hanno il loro prezzo)!
- > Utilizza principalmente degli obiettivi mirati (p.es. „gioca semplice“)
- > Sii costante nelle tue esigenze – non mollare mai!

▶ **Chiarisci le cause!**

???

- > Analizza i risultati ottenuti e quali sono le cause!
- > Paragona la prestazione attuale con quella passata (progressione)!
- > Esamina la volontà e la capacità d'apprendere dei giocatori (Progressi)!

Trova il giusto equilibrio tra esigenze precise e libertà di manovra!

!

Iniziativa

???

Essere sempre attivo – agire e non solo reagire.

Avere delle idee precise e volerle mettere in pratica durante la partita.



Essere coraggiosi e prendere le proprie responsabilità.

La passività é un segno di paura.



Iniziativa

Attuazione : reazione necessaria dell'allenatore

(consapevole, obbligatoria)

► **Esigi dell'attività nel gioco!**

???

- > Chiedi ai tuoi giocatori di svolgere sul campo la tua tattica!
- > Incoraggia i giocatori a chiedere palla!
- > Imposta una difesa attiva con lo scopo di recuperare palla!

► **Incoraggia i giocatori a prendere delle iniziative!**

???

- > Permetti ai giocatori d'organizzare loro stessi degli allenamenti parziali!
- > Chiedi loro qual'è la loro soluzione ad una situazione di gioco data!
- > Incoraggiali ad essere creativi!

► **Sii coraggioso e ottimista!**

???

- > Credi sempre nel successo e resta costantemente ottimista!
- > Correggi i pensieri ed i modi d'agire negativi!
- > Resta calmo anche nelle situazioni difficili, ma sempre attivo!

**Sii coraggioso, senza
diventare spensierato!**

Pratica: Unità d'allenamento (90')

Partecipanti:	14 giocatori, 2 portieri	
Tema dell'allenamento:		
Diploma C:	Gioia, Spirito di squadra , Ambizione	
Diploma B:	Fiducia in se stesso, Determinazione, Iniziativa	
Attuazione:	Comunicazione, linguaggio del corpo	
1) Riscaldamento (30'):	Brasile – <i>Fangis</i> - Gioco	Diploma C
2) Fase principale (45'):	Attacco 6 : 1	Diploma B
3) Partita(15'):	7 : 7, gioco libero	Diploma B

Compiti d'osservazione

- > **Contenuto: accento principale, variazioni possibili, altri esercizi**
- > **Comportamento allenatore: Comunicazione – Linguaggio del corpo**
- > **Comportamento di qualche giocatore: Comunicazione– Linguaggio del corpo**



**I buoni allenatori
sanno cosa devono fare per
avere successo ...**

... Gli allenatori di successo lo fanno!