





CORSO DI FORMAZIONE PER ALLENATORI

OBIETTIVI DIDATTICI

-  ACQUISIRE E/O CONSOLIDARE **COMPETENZE TECNICHE**
-  STRUTTURARE **PROGRESSIONI DIDATTICHE COERENTI** RISPETTO ALL'OBIETTIVO
-  **RICONOSCERE I MOMENTI** DELL'ALLENAMENTO E I RELATIVI SOTTO-OBIETTIVI GESTIONALI

CALENDARIO

-  TUTTI GLI INCONTRI SI TERRANNO DI **SABATO, 09.30 - 13.30**
-  **VIA ALESSANDRO VOLTA 45, GAGGIANO (MI)**

STRUTTURA DELL'INCONTRO





QUOTE ISCRIZIONE



LA PARTECIPAZIONE AL TUO PRIMO INCONTRO È GRATUITA



TRA TUTTE LE SESSIONI SUCCESSIVE, AVRAI MASSIMA LIBERTÀ NELLA SCELTA DI QUALI E QUANTE SESSIONI SEGUIRE



1 SESSIONE + 1 GRATIS
45 €



5 SESSIONI + 1 GRATIS
200 € (40 € / sessione)



"ALL YOU CAN LEARN"
9 SESSIONI + 1 GRATIS
315 € (35 € / sessione)

CALENDARIO SESSIONI DI FORMAZIONE



1. CONDUZIONE E DOMINIO PALLA

DEFINIZIONE DEI PRINCIPI TECNICI, CAPACITÀ DI INDIVIDUARE GLI ERRORI PIÙ RILEVANTI E RELATIVA CORREZIONE CON FEEDBACK STRETTI, SCELTA DI QUALI PICCOLE SITUAZIONI DI GIOCO ALLENARE E COME ALLENARLE. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



2. DALL'1 VS 1 ALL'1 VS 4 (FINTA E DRIBBLING)

ANATOMIA DI UN DRIBBLING: ESPLOSIVITÀ E FINTE. COME PREPARARE I RAGAZZI AD AFFRONTARE LE SITUAZIONI PIÙ SEMPLICI E LE AZIONI PERSONALI PROLUNGATE. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



3. TRASMISSIONE E RICEZIONE

ASPETTI TECNICI, TATTICI E PSICOLOGICI DELLA TRASMISSIONE E DELLA RICEZIONE. DIFFERENZE TRA UTILIZZO DELL'ESTERNO E DELL'INTERNO. SITUAZIONI DI GIOCO BASE. TRASMISSIONE: TRASMISSIONE ALLA FIGURA E TRASMISSIONE NELLO SPAZIO. RICEZIONE: L'ATTACCO DEL CENTRO E LA PREPARAZIONE AL TIRO. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



4. IL GIRO PALLA E IL CAMBIO DI GIOCO

ANALISI DEGLI ELEMENTI FONDAMENTALI CHE COMPONGONO UN GIRO PALLA DAI PRINCIPI ALLA VELOCIZZAZIONE FOCUS SU INTENSITÀ DELLA TRASMISSIONE, SOSTEGNO, ANTICIPAZIONE. CAMBIO DI GIOCO: ASPETTI TECNICI DEL LANCIO. ASPETTI SITUAZIONALI DEL CAMBIO DI GIOCO E LORO DIFFERENZE: L'ALTELENA DEI CENTROCAMPISTI E LO SCARICO DELLA PUNTA. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



5. SMARCAMENTI BASE

TUTTO QUELLO CHE VOLEVATE SAPERE SUGLI SMARCAMENTI E NON AVETE MAI OSATO CHIEDERE: L'AMPIEZZA, IL TAGLIO, LA SOVRAPPOSIZIONE, LO SMARCAMENTO FUORI LINEA E LO SCARICO CON APERTURA. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



6. DAL 2-V-1 AL 3-V-2

UN VIAGGIO SITUAZIONALE ALLA SCOPERTA DEI PRINCIPI DI TATTICA INDIVIDUALE E COLLETTIVA NECESSARI A RISOLVERE PICCOLE SITUAZIONI DI GIOCO. COLLABORAZIONE E RICERCA DEL TIMING CON I COMPAGNI. DIFFERENZE DI GIOCO TRA PARITÀ NUMERICA E SUPERIORITÀ NUMERICA. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



7. FINALIZZAZIONE DAL TU PER TU AL COLPO DI TESTA

APPROFONDIMENTI SU VARI TIPI DI CONCLUSIONE E FEEDBACK CORRELATI: DAL RASOTERRA ALLA CONCLUSIONE AEREA. IMPARARE A MIRARE PASSANDO DAL GUARDARE ALL'IMMAGINARE LA PORTA. GESTIONE DEL TEMPO: LA FINALIZZAZIONE SOTTO PRESSIONE. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



8. LA FASE DIFENSIVA

PROGRESSIONE DIDATTICA DAL SEMPLICE AL COMPLESSO. ANALISI DEL'1-V-1 CON FOCUS SU PRESA DI POSIZIONE E TEMPO DI INTERVENTO. GESTIONE DELL'1-V-2 E SUA INTERPRETAZIONE IN BASE ALLA POSIZIONE DI CAMPO. 2-V-2: PRINCIPI DI COLLABORAZIONE BASE DAL "MARCO-COPRO" AL TAGLIO. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



9. PRINCIPI DI POSSESSO PALLA

CREAZIONE DI SOLUZIONI NECESSARIE ALLA RIUSCITA DEL POSSESSO PALLA: L'APPOGGIO E IL FILTRANTE. IL 4-V-2 COME LINEA GUIDA DELL'ALLENAMENTO: IL SUPERAMENTO E LA CONQUISTA DELLE LINEE. TRAINING GUIDE COERENTE DAL MOTORIO ALLA PARTITA A TEMA



10. IL 4-4-2

APPLICAZIONE DEI PRINCIPI APPRESI ALL'INTERNO DEL MODULO BASE. INSERIMENTO DEI PRIMI INTERSCAMBI



GOAL!

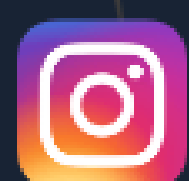
COUPON LEZIONE GRATUITA

Presenta questo coupon
per la tua prima
sessione gratuita

Via Alessandro Volta 45,
Gaggiano (MI)

I NOSTRI CONTATTI

Andrea: 331 5753 235
Stefano: 351 9746 660



smartgoal_academy