



SERGIO PELLEGRINO

CONSULENTE PER ALLENATORI, CLUB E
CALCIATORI



SERGIO PELLEGRINO
FOOTBALL CONSULTING SERVICES

ALLENATORE UEFA A



CONSIGLI PER DISEGNARE GLI ESERCIZI PER LE SESSIONI

COSA FARE?

STIMOLARE LA PRESA DI DECISIONE

AUMENTARE LA COMPLESSITA' DELL'ESERCIZIO A SECONDA DEI GIOCATORI E DEL MODELLO DI GIOCO

MANTENERE UNA LOGICA STRUTTURALE DEL GIOCO

CREARE UN CONTESTO AFFINCHÉ SI METTA IN RISALTO IL NOSTRO MODELLO DI GIOCO

CREARE SITUAZIONI DI GIOCO DIFFERENTI AFFINCHÉ I GIOCATORI ABBIANO UNA VERSATILITA' A SECONDA DEI MOMENTI DELLA PARTITA



CONSIGLI PER DISEGNARE GLI ESERCIZI PER LE SESSIONI

COSA EVITARE?

EVITARE UN ECCESSIVO UTILIZZO DEGLI SPAZI RIDOTTI

EVITARE BATTERIE DI ESERCIZI

EVITARE DI SCONNETTERE LE FASI E I MOMENTI DEL GIOCO

EVITARE DI EFFETTUARE TROPPE PAUSE



CONSIGLI PER DISEGNARE GLI ESERCIZI PER LE SESSIONI

COSA FARE? E PERCHE'...

STIMOLARE LA PRESA DI DECISIONE



ALLENO IL GIOCATORE A SCEGLIERE CONTINUAMENTE UNA SOLUZIONE DURANTE IL GIOCO.

AUMENTARE LA COMPLESSITA' DELL'ESERCIZIO A SECONDA DEI GIOCATORI E DEL MODELLO DI GIOCO



PORTO IL GIOCATORE AD ABITUARSI A SITUAZIONI COMPLESSE DURANTE IL GIOCO. DA QUI LO ALLENO A TROVARSI A PROPRIO AGIO NEL COMPRENDERE E ASSIMILIARE I MOMENTI DEL GIOCO STESSO.

MANTENERE UNA LOGICA STRUTTURALE DEL GIOCO



DICIAMO ALLA SQUADRA COSA VOGLIAMO QUINDI CREIAMO DELLE ESERCITAZIONI COERENTI CON QUELLO CHE ABBIAMO IN MENTE COME OBIETTIVO FINALE DI GIOCO.

CREARE UN CONTESTO AFFINCHÉ SI METTA IN RISALTO IL NOSTRO MODELLO DI GIOCO



BISOGNA RIPRODURRE DEGLI ESERCIZI CHE DIANO UN'IDENTITA' BEN DEFINITA DI CIO' CHE STIAMO FACENDO ANCHE NEI CONFRONTI DEI GIOCATORI DELLA NOSTRA SQUADRA.

CREARE SITUAZIONI DI GIOCO DIFFERENTI AFFINCHÉ I GIOCATORI ABBIANO UNA VERSATILITA' A SECONDA DEI MOMENTI DELLA PARTITA



AIUTIAMO LORO A SAPER RICONOSCERE PIU' MOMENTI E SITUAZIONI.



CONSIGLI PER DISEGNARE GLI ESERCIZI PER LE SESSIONI

COSA EVITARE? E PERCHE'...

EVITARE UN ECCESSIVO UTILIZZO DEGLI SPAZI RIDOTTI



IL GIOCO PREVEDE L'UTILIZZO ANCHE DI SPAZI AMPI.

EVITARE BATTERIE DI ESERCIZI



RIPRODUCO SITUAZIONI NON REALI E I GIOCATORI POSSONO DIMINUIRE IL PROPRIO LIVELLO DI ATTENZIONE.

EVITARE DI SCONNETTERE LE FASI E I MOMENTI DEL GIOCO



SPEZZO UNA CONNESSIONE DI GIOCO QUINDI SPEZZO UN PROCESSO CHE DOVREBBE ESSERE CONTINUO.

EVITARE DI EFFETTUARE TROPPE PAUSE



CREO CONFUSIONE NEL GIOCATORE.

