



SERGIO PELLEGRINO

CONSULENTE PER ALLENATORI, CLUB E
CALCIATORI



SERGIO PELLEGRINO
FOOTBALL CONSULTING SERVICES

ALLENATORE UEFA A



GIOCO DI POSIZIONE RIDOTTO

STRATEGIA DIDATTICA: POSSESSO

FASE E MOMENTO: FASE OFFENSIVA

PRINCIPIO/AZIONE TECNICO-TATTICO : PASSAGGI + ORIENTARE IL GIOCO

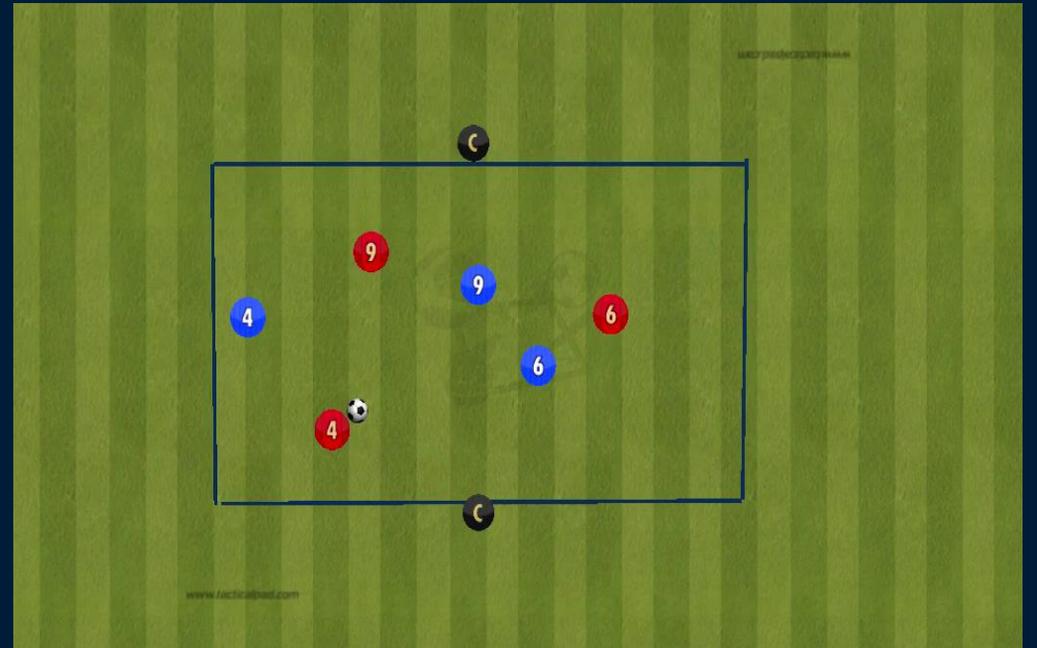
OBIETTIVO: EFFETTUARE PASSAGGI DI PRIMA O CONTROLLO E PASSAGGIO

DESCRIZIONE:

Dividere la squadra in due blocchi. I giocatori hanno una posizione specifica e quindi un ruolo nello spazio di gioco. La continuità nel gioco deve essere incoraggiata quindi la specificità della posizione sarà sempre relativa e potrà perdersi in qualsiasi momento durante l'esercizio. Questa rappresenta la parte più complessa dell'esercizio stesso. Scegliete se portare i giocatori nelle loro posizioni di base oppure accettare che un altro compagno possa occupare la posizione lasciata.

Due blocchi da 8'.

IMMAGINE ESEMPIO



I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDA DI ALLENAMENTO

STRATEGIA DIDATTICA:

Quale tipologia di esercizio utilizzo?

FASE E MOMENTO:

F.Difensiva o F.Offensiva

PRINCIPIO TECNICO-TATTICO:

Definisco in maniera chiara quali sono i principi.

OBIETTIVO:

Definisco in maniera chiara come voglio raggiungere l'obiettivo.

DESCRIZIONE E NORME:

Effettuare la descrizione dell'esercizio con tutte le regole, varianti e blocchi.



I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDE DI ALLENAMENTO

STRATEGIA DIDATTICA: QUALE STRUMENTO?

POSSESSI

PARTITE

CIRCUITI

TRANSIZIONI

GIOCHINI



I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDE DI ALLENAMENTO

FASE E MOMENTO

F. OFFENSIVA

IL FOCUS E' SULLA PALLA

F. DIFENSIVA

NON FARSI DISTRARRE
DALLA PALLA MA DA COME
CI SI MUOVE PER
RECUPERARLA



I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDA DI ALLENAMENTO

PRINCIPIO/AZIONE TEC-TAT

SONO TUTTE LE AZIONI TECNICHE E TATTICHE CHE STIAMO LAVORANDO
NELL'ESERCITAZIONE. OBIETTIVO TEC-TAT

COSA?

I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDA DI ALLENAMENTO

OBIETTIVO

SPIEGARE IN UNA O DUE RIGHE COME VOGLIAMO LAVORARE IL
CONTENUTO



COME?

I PARAMETRI CHE UTILIZZO PER CREARE UNA SCHEDA DI ALLENAMENTO

DESCRIZIONE

E' LA MODALITA' CHE CI PERMETTE DI CREARE E SPIEGARE AL MEGLIO
LA NOSTRA ESERCITAZIONE



The diagram features a central orange rectangle with the word 'MEZZO' in white. Above it, the word 'DESCRIZIONE' is written in orange. Two large, curved orange arrows originate from the left and right sides of the 'DESCRIZIONE' text and point towards the 'MEZZO' box, indicating a bidirectional relationship or flow between the two concepts.

MEZZO