



AMBITI E CONTENITORI DELL'EVOLUTION PROGRAMME

Le proposte pratiche dell'Evolution Programme vengono suddivise in **Ambiti** (definiscono le 6 tipologie di contenuti nella quale sono stati divisi gli apprendimenti da veicolare nell'allenamento calcistico giovanile) e **Contenitori** (identificano le tipologie di attività che si possono svolgere durante gli allenamenti e si collegano agli Ambiti e alle Categorie a partire dalla quale sono consigliati).

		U6/U9	U10/U11	U12/U13
1	FINALIZZAZIONE	Duello	Situazioni di gioco	Small Sided Game
2	MOTORIO	Esplorazione del Movimento	Orientamento del Movimento	Rivimento alla Performance
3	DOMINIO DEL GIOCO	Giochi di Collaborazione	Giochi di Possesso	Giochi di Posizione
4	TECNICO	Giochi di Tecnica	Tecnica in Movimento	Tecnica Funzionale
5	CONOSCENZA DEL GIOCO	Calcio di strada	Sostegno	Partite a Tema
6	GARA	Partita Piccoli Amici /Primi Calci (da 2 contro 2 a 5 contro 5)	Partita Pulcini (massimo 7 contro 7)	Partita Esordienti (massimo 9 contro 9)

↓

AMBITI	CONTENITORI
---------------	--------------------



AMBITO: FINALIZZAZIONE. CONTENITORE: SITUAZIONI DI GIOCO

Durata: 15 minuti

Attacchi a scelta



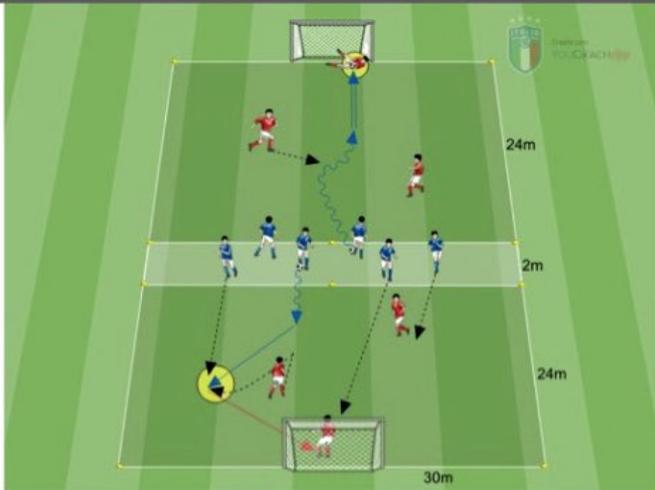
15 minuti



30x50



12



Preparazione

- Area di gioco: 30x50 metri
- Giocatori: 12
- Tempo di svolgimento: 15 minuti

Regole

- La squadra che attacca deve cercare di fare gol nella porta regolamentare. La squadra che difende deve cercare di riconquistare palla e realizzare una meta nel corridoio centrale.
- Svolgimento dell'attività: dopo 3 minuti di gioco si invertono i ruoli delle due squadre, quella che attaccava, va a difendere e viceversa.
- I punti totalizzati (le mete ed i gol realizzati) dalle squadre nelle due situazioni di gioco contemporanee vanno sommati tra di loro e aggiunti ai punti totalizzati in tutti i quattro turni di attività previsti.
- Nel corso dei 3 minuti indicati come durata di ogni turno di gioco, la squadra che attacca può decidere di modificare il numero di offendent utilizzati nelle due situazioni proponendo così contesti in cui si gioca con le seguenti modalità: 1vs3; 2vs3; 3vs3; 4vs3; 5vs3. Non è possibile lasciare una situazione di gioco senza attaccanti: 0vs3.
- Il giocatore che ricopre il ruolo del portiere può essere sostituito in qualsiasi situazione in cui il gioco viene interrotto.
- Non sono previste rimesse laterali o calci d'angolo: • se la palla che esce dal campo è in possesso della squadra che attacca la porta regolamentare, la ripresa del gioco avviene dal corridoio centrale del campo;
- se la palla che esce dal campo è in possesso della squadra che difende la porta regolamentare, la ripresa del gioco avviene attraverso una rimessa dal fondo del campo.

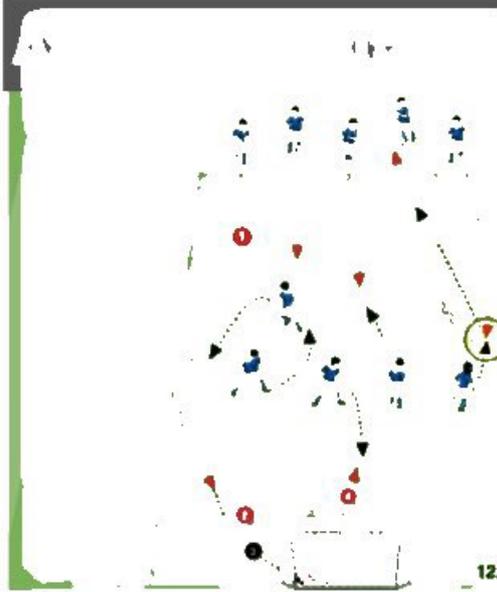
Giocatori

Nessun giocatore associato a questo allenamento



AMBITO: FINALIZZAZIONE. CONTENITORE: DUELLO

Durata: 15 minuti



Giocatori

Nessun giocatore associato a questo allenamento

Preparazione

Spazio di gioco: 18x12,5 metri

Descrizione

I giocatori vengono divisi in 2 squadre: attaccanti e difensori. Si gioca utilizzando un campo di forma rettangolare, su uno dei 2 lati corti del campo è posizionata una porta (4x2 metri), quello opposto viene definito linea di partenza. Gli attaccanti si schierano inizialmente oltre la linea di partenza, ognuno di essi è in possesso di un pallone. La squadra dei difensori si colloca all'interno del campo. Si svolge un gioco di duello nel quale le squadre si alternano all'attacco ed alla difesa della porta.

Regole

Gli attaccanti entrano in campo con l'obiettivo di realizzare un gol eludendo l'intervento dei difensori. Dopo ogni tentativo di realizzazione, la palla va riportata oltre la linea di partenza prima di intraprendere una nuova azione di attacco. Le azioni degli attaccanti si svolgono in modo individuale, in simultanea ed in contemporanea con quelle dei compagni (non è prevista nessuna alternanza o attesa da parte degli attaccanti). Il difensore, una volta recuperata palla, ha il compito di condurla oltre la linea di partenza avversaria. Il difensore può rubare il pallone agli attaccanti anche nella loro fase di rientro oltre la linea di partenza. Qualora gli venga rubata la palla, l'attaccante può cercarne la riconquista prima che il difensore riesca a portarla oltre la linea di partenza. Quando la palla esce dal terreno di gioco il possesso della stessa si considera sempre degli attaccanti che effettuano la ripresa dell'azione dal punto nel quale è uscita dal campo (se prima che uscisse stavano). All'esterno del campo di gioco l'azione si considera interrotta e non è quindi possibile ricreare situazioni di duello. I turni di gioco possono avere una durata predeterminata, ad esempio 2 minuti ciascuno, oppure possono essere gestiti in base al punteggio raggiunto dalle squadre: la prima squadra che arriva a 10 gol realizzati o palloni condotti oltre la linea di partenza fa terminare il turno ed invertire i ruoli di gioco.