



# Convenzione Allenatori UEFA

Programma di contenuti minimi:  
Diploma UEFA Giovani B

Edizione 2020

---



# PROFILO DELL'ALLENATORE

Un titolare di licenza UEFA Giovani B deve avere una chiara comprensione di come far sviluppare e allenare giovani giocatori talentuosi nella transizione dal calcio di base o dilettantesco al livello di élite nel periodo immediatamente precedente la loro crescita e maturazione biologica e durante tale fase, inoltre, deve dimostrare competenza nei seguenti quattro ambiti:

## Allenatore di sviluppo

- » Lavorare con giocatori nella fase di maturazione, in particolare durante la massima velocità di crescita (maggior sviluppo in altezza), nella quale i programmi di allenamento spesso devono essere adattati per ridurre la possibilità di problemi relativi alla crescita
- » Lavorare con giocatori di contesti culturali diversi, diverse fasce d'età e livelli di abilità differenti
- » Lavorare a stretto contatto con i responsabili tecnici per sviluppare il potenziale del giocatore
- » Incoraggiare il coinvolgimento e l'interazione con i genitori

## Giocatore

- » Essere in grado di periodizzare e pianificare calendari settimanali e mensili per il corretto sviluppo dei giocatori
- » Ricoprire un ruolo fondamentale nello sviluppo individuale fornendo sufficienti opportunità di gioco a ciascun membro della squadra
- » Essere in grado di elaborare dei piani di sviluppo personali per i singoli giocatori

## Ambiente di allenamento

- » Migliorare i singoli giocatori e concentrarsi su ciascuno di essi, piuttosto che sulla squadra nel suo insieme
- » Trovare il modo di gestire al meglio le differenze nel gruppo
- » Comprendere e gestire i giocatori attraverso i cambiamenti fisici del loro sviluppo individuale
- » Condurre sessioni di allenamento appropriate alle necessità e all'età dei giocatori
- » Lavorare sugli individui e sulla squadra avendo una chiara comprensione della progettazione dell'allenamento e della sua influenza sulle prestazioni
- » Comprendere lo sviluppo tecnico e tattico e le questioni relative all'età, alla crescita e alla maturità
- » Essere in grado di pianificare, eseguire ed esaminare le sessioni di allenamento

## Partita

- » Passare dall'allenamento alle partite in modo costruttivo e positivo
- » Concentrarsi sul principio di sviluppo piuttosto che sulla mentalità di squadra vincente
- » Garantire un tempo di gioco uguale
- » Considerare la partita come strumento di valutazione e apprendimento
- » Comprendere e trattare con le reti di sostegno di ciascun giocatore

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Allenatore di sviluppo		
Competenze	Moduli	Ore di formazione <sup>1</sup>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensione del ruolo di un allenatore dello sviluppo</li> <li>• Atteggiamento positivo in tutti gli aspetti del comportamento dentro e fuori dal campo</li> <li>• Creazione di un ambiente di apprendimento positivo e una comprensione chiara di cosa costituisce una prestazione di qualità</li> </ul>	Filosofia, valori e ideali	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensione dei vari stili di insegnamento e apprendimento (modelli di allenamento) e di come operare la continuità dell'allenamento</li> <li>• Allenamento della squadra/dei giocatori adattato alla loro età, avendo una chiara comprensione della gestione delle differenze all'interno del gruppo</li> <li>• Promozione di un approccio volto a migliorare la prestazione, piuttosto che a ottenere la vittoria</li> </ul>	Metodologia di insegnamento: l'arte dell'allenamento	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicazione efficace con il personale di allenamento e il resto del personale tecnico nell'ambito del processo di sviluppo</li> <li>• Comunicazione con i genitori e loro coinvolgimento nel processo di sviluppo</li> </ul>	Collaborazione	
La sezione sull'allenatore di sviluppo richiede almeno 10 ore di apprendimento situato		

<sup>1</sup> Il numero esatto di ore di formazione dei moduli del corso verrà definito da ciascuna parte della convenzione.

Giocatore		
Competenze	Moduli	Ore di formazione
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definizione e costante revisione degli obiettivi individuali dei giocatori in base alle capacità e al calendario biologico e all'età di allenamento</li> <li>Definizione e costante revisione degli obiettivi delle squadre di diverse età e capacità</li> </ul>	Conoscere i giocatori	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacità di riconoscere talenti potenziali</li> <li>Comprensione di ciò che costituisce un giocatore di successo</li> <li>Promozione continua del piano del club per lo sviluppo dei talenti</li> <li>Contributo e sostegno alle politiche di sviluppo dei talenti del club</li> <li>Collaborazione con tutti coloro che si occupano dell'identificazione dei talenti</li> </ul>	Identificazione e tesseramento dei talenti	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprensione delle complessità di crescita e maturazione e degli effetti sulla prestazione fisica</li> <li>Comprensione della preparazione atletica, della cura e del benessere</li> <li>Valutazione dei carichi di lavoro, del recupero e del monitoraggio atletico dell'allenamento al fine di elaborare un programma di attività fisica sicuro ed equilibrato</li> <li>Miglioramento della condizione atletica complessiva dei giocatori: velocità, forza, potenza e resistenza</li> </ul>	Sviluppo fisico	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Applicazione di strumenti e metodi di base per costruire la fiducia e l'autostima dei giocatori</li> <li>Comprensione del possibile impatto della maturazione e dell'età relativa sui singoli giocatori</li> <li>Consapevolezza delle influenze esterne, come le pressioni dei genitori, degli agenti o le droghe ricreative che diano adito a comportamenti negativi che potrebbero influire sulla prestazione individuale e della squadra</li> <li>Sviluppo di una mentalità di crescita del giocatore e dei suoi elementi di curiosità, ricerca dell'apprendimento, impegno, sforzo, resilienza e autodisciplina</li> </ul>	Sviluppo psicologico	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Creazione di una forte etica di squadra attraverso comportamenti, azioni e comunicazione positivi</li> <li>Comunicazione efficace con i diversi giocatori, le persone e il personale tecnico nelle varie situazioni per monitorare costantemente i progressi del giocatore</li> <li>Comprensione delle complessità dei social media e il loro impatto sui giovani</li> </ul>	Sviluppo sociale	
La sezione sul giocatore richiede almeno 10 ore di apprendimento situato		

Ambiente di allenamento		
Competenze	Moduli	Ore di formazione
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestione delle differenze all'interno del gruppo attraverso la definizione di buone pratiche</li> <li>Comprensione dei requisiti tecnici, tattici e fisici per lo sviluppo e il miglioramento della prestazione</li> <li>Sviluppo del <i>problem-solving</i> attraverso l'allenamento delle capacità decisionali sospinte dalle competenze tecniche</li> <li>Sviluppo della consapevolezza del gioco, comprensione dell'allenamento e della sua influenza sul controllo meccanico e motorio</li> </ul>	Preparazione e contenuti degli allenamenti	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacità di creare piani prestazionali individuali</li> <li>Comprensione della periodizzazione individuale e di squadra</li> <li>Preparazione delle sessioni di squadra concentrandosi sulle necessità individuali</li> <li>Definizione di risultati chiari delle sessioni di allenamento avendo a mente i diversi riscontri per i diversi tipi di allenamento</li> <li>Capacità di preparare, attuare ed esaminare le sessioni individualmente e insieme al personale tecnico</li> </ul>	Pianificazione, esecuzione ed esame	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzo di diversi stili di guida, adeguati all'età dei giocatori</li> <li>Capacità di coinvolgere i giocatori nella scoperta di sé in un contesto in cui gli errori sono ammessi</li> <li>Capacità di motivare, ispirare e ottenere il massimo dai giocatori durante le sessioni di allenamento</li> <li>Revisione e riflessione costante per migliorare le prestazioni individuali e di squadra</li> </ul>	Clima di apprendimento	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Garanzia del benessere del giocatore</li> <li>Prevenzione degli infortuni</li> <li>Conoscenza basilare di primo intervento</li> <li>Conoscenza delle linee guida per la tutela dei bambini e della legislazione<sup>2</sup></li> <li>Conoscenza e rispetto del codice etico del club o dell'organizzazione</li> </ul>	Cura e benessere	
La sezione sull'ambiente di allenamento richiede almeno 10 ore di apprendimento situato		

<sup>2</sup> Per maggiori informazioni sulla tutela dei bambini, vi invitiamo a consultare il Toolkit per la tutela dei bambini per le federazioni affiliate alla UEFA.

Partita		
Competenze	Moduli	Ore di formazione
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensione dei ruoli dei giocatori all'interno della squadra evitando specializzazioni precoci in ruoli specifici nella fascia d'età 11-13</li> <li>• Capacità di fornire pari opportunità di allenamento e gioco in base alle necessità dei giocatori</li> <li>• Capacità di sostenere l'autonomia dei giocatori, coinvolgendoli nel processo decisionale e di risoluzione dei problemi</li> </ul>	Giocatori	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensione delle differenze e del passaggio dalle partite a squadre ridotte (ad es. 8 contro 8) a quelle 11 contro 11</li> <li>• Consapevolezza dei diversi formati di gioco per concedere a ogni giocatore opportunità e tempo di gioco significativi</li> </ul>	Formati di gioco	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimostrazione di coerenza comportamentale nel giorno della partita per mantenere l'ambiente di apprendimento</li> <li>• Preparazione alle partite dei singoli giocatori e della squadra in collaborazione con il personale tecnico</li> <li>• Capacità di guidare la squadra durante le partite in modo adeguato all'età dei giocatori e sempre in modo positivo</li> <li>• Capacità di analizzare e valutare la prestazione dei propri giocatori e della squadra in collaborazione con il personale tecnico</li> </ul>	Ambiente della partita	
La sezione sulla partita richiede almeno 10 ore di apprendimento situato		

Contenuto guidato interattivo, non compreso nell'autoapprendimento		Almeno 50 ore
Esperienza lavorativa		Almeno 10 ore
Monte ore minimo di apprendimento situato		<b>60<sup>3</sup> ore</b>
Visite di studio <sup>4</sup>		

<sup>3</sup> Monte ore minimo di teoria e di pratica non in campo: 30  
Monte ore minimo di unità pratiche in campo, comprese esperienze lavorative: 30

<sup>4</sup> Qualora il corso non sia già impartito in tale ambito o se gli allievi non lavorano già in questo settore, si raccomandano visite di studio a contesti di allenamento del calcio giovanile di élite. Il monte ore di visite di studio è da aggiungersi al monte ore minimo di 60 ore di formazione.

# VALUTAZIONI

Valutazione formativa e sommativa	
Teoria: L'allenatore deve essere in grado di comprendere e spiegare quanto segue:	Pratica: L'allenatore deve dimostrare competenza nell'applicazione dei seguenti principi:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Allenatore di sviluppo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Creazione del clima di apprendimento corretto</li> <li>» Utilizzo della metodologia di allenamento adatta</li> <li>» Collaborazione con il personale di allenamento e il personale tecnico</li> </ul> </li> <li>• <b>Giocatore</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Comprensione del processo d'identificazione dei giocatori potenzialmente talentuosi</li> <li>» Comprensione delle complessità di crescita e maturazione e dei loro effetti sullo sviluppo fisico, psicologico e sociale dei giovani</li> <li>» Individuazione di obiettivi incentrata sui processi di sviluppo degli individui</li> </ul> </li> <li>• <b>Ambiente di allenamento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Pianificazione del processo decisionale relativo sia agli individui che alla <b>squadra</b></li> <li>» Preparazione degli allenamenti tenendo conto delle differenze, ad es. età relativa e maturazione</li> <li>» Revisione e valutazione nel clima di apprendimento</li> </ul> </li> <li>• <b>Partita</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Dimostrazione di coerenza comportamentale nel giorno della partita per mantenere il clima di apprendimento</li> <li>» Capacità di sostenere l'autonomia dei giocatori, coinvolgendoli nel processo decisionale e di risoluzione dei problemi</li> <li>» Analisi della prestazione degli individui e della squadra</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>Registro di allenamento personale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparazione e attuazione di sessioni di allenamento e partite sicure e adatte all'età</li> <li>• Analisi ed esame delle sessioni di allenamento e delle partite</li> <li>• Autovalutazione, riflessione e capacità di adattare conseguentemente le future attività di preparazione e allenamento</li> <li>• Capacità di lavorare coerentemente con i singoli giocatori su tutti gli aspetti del loro sviluppo</li> </ul>	