

# NOVITA' LUGLIO 2019

## IL METODO AQUILONE

Il metodo aquilone, vuole essere un metodo che si sviluppa su una figura di forma romboidale delimitata da 8 conetti che ricordano un aquilone. Questa modalità permette con pochissimo materiale ed un minuto di preparazione di organizzare un allenamento andando a toccare tutte le sfere e tematiche (tecnica analitica e situazionale, coordinazione, tattica individuale in possesso e in non possesso e tattica collettiva in possesso e in non possesso) necessarie per lo sviluppo del giovane calciatore. Il testo illustra innumerevoli esercitazioni, da quelle di tecnica di base utili per lo sviluppo ed il miglioramento dei gesti tecnici o per la fase di riscaldamento, a quelle situazionali partendo dall'uno contro il portiere fino ad arrivare al tre contro due, ed esercitazioni per il tiro in porta. Inoltre basandosi sulla letteratura scientifica, vengono descritti esercizi di coordinazione e forza, i quali vanno di pari passo con lo sviluppo di tecnica, tiro, e gioco di squadra per formare un bambino/a con competenze motorie adeguate alla vita di tutti i giorni oltre che un atleta completo; gli ultimi capitoli sono rivolti ai possessi palla e alle partite a tema. Il metodo aquilone è un testo semplice e pratico, descritto attraverso una parte grafica intuitiva ed una serie di sequenze fotografiche che illustrano gli esercizi e ne aumentano la comprensione. Il libro si rivolge allenatori del settore giovanile, preparatori atletici, e insegnanti



### Pagine

144 a colori

### ISBN

9788899812058

### Formato

cm 17 x 24

### Prezzo

€ 18,90

## Autori

**Andrea Scandroglio** Laureato in Scienza, tecnica e didattica dello sport presso Università degli Studi di Milano. Allenatore UEFA B. Allenatore Aurora Pro Patria 1919 juniores nazionale. Ha allenato nel settore giovanile del Varese 1910. Ha scritto per la rivista il nuovo calcio. Relatore al seminario "Metodologia di allenamento nel settore giovanile" tenutosi a Mestre (2016).

**Andrea Fedeli** Allenatore Uefa B, è un ex calciatore di categoria Eccellenza e Promozione con trascorsi in settori giovanili professionistici (Milan, Inter). Ha allenato le categorie pulcini (U.S.D. Castellanzese 1921) ed esordienti (Aurora Pro Patria 1919). Attualmente è allenatore in seconda nella categoria Beretti della Aurora Pro Patria 1919.

**Matteo Giuriato** Laureato in Scienza, tecnica e didattica dello sport presso l'Università degli Studi di Milano, attualmente si occupa della parte atletica, e dello sviluppo motorio degli atleti nella società sportiva FC Nervesa Calcio. Professore di scienze motorie e sportive, è docente a contratto e cultore di materia presso l'Università degli Studi di Verona.