FUTURI AZZURRI

PUNTI CHIAVE

1. Educare e insegnare le **skills** per portieri, difensori e attaccanti (U13-U15-U17-U19)
2. Insegnare ai giocatori la posizione di gioco in campo «POSITIONAL HOCKEY» (U15-U17-U19)
3. Preparazione atletica (U9-U11-U13-U15-U17-U19)
4. Creare un **sistema di comunicazione moderno** tra allenatori e giocatori
5. Insegnare e allenare per lo **sviluppo** e quindi non solo allenare per vincere. Obiettivo futuro per i clubs: non più di 1 o 2 squadre per ogni allenatore
6. Incrementare l'uso del **video** per gli allenatori
7. **Coinvolgere** le squadre Nazionali Junior e gli allenatori in questo programma di sviluppo
8. Creare una **relazione** forte e stabile tra i Clubs e la Federazione "siamo sulla stessa barca"
9. Creare una forte **comunità di allenatori**
10. Enfatizzare i punti da 1 a 6 ad ogni evento hockeistico

1) SKILLS

U13 - U15 - U17 - U19

LE SKILLS GENERALI PER IL GIOCATORE DI HOCKEY

- Passare e Ricevere il disco
- "Stick on puck"
- Protezione del disco
- Imparare a giocare 1v1 (offensivo & difensivo)
- Prova sempre a fare una giocata con il disco
- Comunicazione

- **Non dimenticare di continuare il lavoro sulle basi:**
  PATTINAGGIO, TIRO, PASSAGGI & CONTROLLO DEL DISCO

- **Usa l'allenamento a stazioni per sviluppare Skills**

LE SKILLS GENERALI PER GLI ATTACCANTI

- Protezione del disco 90°
- Andare alla porta con il disco
- Finta & tiro o passaggio
- Prova sempre a tirare in porta
- Presenza davanti alla porta

LE SKILLS GENERALI PER I DIFENSORI

- Passaggio semplice e veloce
- Controllo del GAP
- Bastone attivo
- Non fare troppo stick handling
- Trovare sempre la linea di tiro alla porta dalla linea blu
- Box out

LE SKILLS GENERALI PER I PORTIERI

- Allenamenti specifici per portieri
- Condivisione di un goalie coach con altre squadre

U13

- Tecnica individuale su ghiaccio:
  - 60% Pattinaggio
  - 40% Tiri

- Lavorare sulle 2 fasi del gioco:
  1. Tecnica di gioco
  2. Tattica individuale

- Video analisi degli allenamenti specifica per il portiere

LE SKILLS GENERALI PER I PORTIERI

U15

- Tecnica individuale su ghiaccio – Individual skills on ice:
  - 50% Pattinaggio
  - 50% Tiri

- Lavorare sulle 3 fasi del gioco:
  1. Tecnica di gioco
  2. Tattica individuale
  3. Tattica di Squadra

- Video analisi degli allenamenti e della partita specifica per il portiere

2) POSITION HOCKEY

U15 - U17 - U19

POSITIONAL HOCKEY

Difensivo (gioco senza il disco)

- Imparare a giocare dentro i punti degli ingaggi
- Sempre un attaccante alto in zona offensiva
- Tutti fanno backcheck velocemente fino alla base
- Dalla base, gioca la posizione difensiva

Offensivo (gioco con il disco)

- Muovere sempre il disco in avanti (pattinando o passando)
- Cerca di creare spazio in profondità o ampiezza
- 2 giocatori vanno alla porta, il 4° riempie lo spazio dietro di loro
- Crea triangoli offensivamente

Usa "SMALL AREA GAMES per sviluppare Positional hockey

3) PREPARAZIONE ATLETICA

U9 - U11 - U13 - U15 - U17 - U19

PREPARAZIONE ATLETICA

Creare una routine settimanale durante la stagione:

U9 – U11 – U13

- Allenamento atletico di base (coordinazione, equilibrio, allenamento a corpo libero, agilità e velocità)
- 1 o 2 allenamenti off-ice prima o dopo il ghiaccio ogni settimana

U15 – U17 – U19

Allenamento specifico per l'hockey

Priorità:

1. Condizione Aerobica
2. Forza
3. Velocità
4. Mobilità

Allenamento off-ice per 10/11 mesi

4) COMUNICAZIONE MODERNA

5) INSEGNARE E ALLENARE PER LO SVILUPPO

U9 - U11 - U13 - U15 - U17 - U19

COMUNICAZIONE MODERNA E INSEGNARE E ALLENARE PER LO SVILUPPO

- Insegna, spiega, motiva, interagisci, comunica
- Comunicazione in piccoli gruppi
- Usa metodi differenti per insegnare (lavagna, tecnologia)
- Coinvolgere i giocatori con domande

6) INCREMENTARE L'UTILIZZO DEL VIDEO

U9 - U11 - U13 - U15 - U17 - U19

INCREMENTARE L’UTILIZZO DEL VIDEO

Obiettivo della Federazione:

1. Aumentare l’insegnamento del video editing durante i prossimi corsi allenatori.
2. Aiutare i Clubs e gli allenatori nell’acquisizione del sistema operativo a buone condizioni economiche.
3. Creare un database per gli addetti ad uso quotidiano con video, esercizi e situazioni di partita.