

Περιεχόμενα

Εισαγωγή 11

Οργάνωση

Τμήματα υποδομής ποδοσφαίρου	13
Σχεδιασμός και οργάνωση ενός μοντέλου δόμησης (αθλητών) ποδοσφαιριστών υψηλού επιπέδου.....	15
Χρονική έναρξη μιας μεθοδικής και σταδιακής εκπαίδευτικής διαδικασίας	23
Κριτήρια επιλογής για μια ακαδημία υψηλού επιπέδου	25
Οργάνωση των ομάδων	28
Χαρακτηρισμός των τμημάτων υποδομής	30
Μοντέλα οργάνωσης και λειτουργίας των τμημάτων υποδομής	33
Σχεδιάγραμμα - οργανόγραμμα των τμημάτων υποδομής	35
Η ενσωμάτωση νέων ηλικιακά ποδοσφαιριστών στα πρωταθλήματα ενηλίκων.....	38
Το δυναμικό (διοικητικό, εκπαίδευτικό) στη δομή και τη λειτουργία των τμημάτων υποδομής	45
Διευθυντής ακαδημίας	46
Τεχνικός υπεύθυνος των τμημάτων υποδομής	47
Προπονητές	47
Βοηθός προπονητή και γυμναστές	48
Προπονητής τερματοφυλάκων	48
Υπεύθυνος ιατρικής ομάδας	48
Scouter	49
Η αξιολόγηση του δυναμικού στα τμήματα υποδομής	50
Οι υπεύθυνοι για την αξιολόγηση στα τμήματα υποδομής	55

Εκπαίδευση

Η εκπαίδευση στο ποδόσφαιρο.	57
Η προπόνηση των τμημάτων υποδομής παιδικού, εφηβικού Και νέων.....	62
Η έννοια «ταλέντο» στο ποδόσφαιρο	69
Οι βιολογικοί στόχοι της προπόνησης των παιδικών και εφηβικών	

τμημάτων στο ποδόσφαιρο.....	71
Το εκπαιδευτικό πλάνο των τμημάτων υποδομής	75
Ο σχεδιασμός και η οργάνωση των προπονητικών μονάδων στα τμήματα υποδομής (οργανόγραμμα εκπαιδευτικών φάσεων) ...	79
Αρχές προπόνησης των παιδικών και εφηβικών τμημάτων υποδομής	80
Πιθανά λάθη και παραλήψεις των προπονητών στα παιδικά και εφηβικά τμήματα υποδομής	81
Χρήσιμες οδηγίες στους προπονητές των τμημάτων υποδομής ..	82

A' φάση εκπαίδευσης

Παιδικά τμήματα 7-10 ετών	83
Χαρακτηριστικά στοιχεία της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 7-10 ετών	85
Περιοδικότητα	86
Ο σχεδιασμός της προπόνησης 7-10 ετών	86
Διαμόρφωση της προπόνησης	88
Οι στόχοι και τα περιεχόμενα της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 7-10 ετών	89
Το παιχνίδι ποδοσφαίρου και η σημασία του στην εκπαίδευση του ποδοσφαιριστή 7-10 ετών	90
Ιδανικός χώρος και αριθμός ποδοσφαιριστών στην εκπαίδευση των τμημάτων βάσης	92
Η δομή της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 7-10 ετών....	95

B' φάση εκπαίδευσης

Παιδικά τμήματα 11-14 ετών	97
Χαρακτηριστικά στοιχεία της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 11-14 ετών (εποικοδομητική προπόνηση)	100
Περιοδικότητα	101
Ο σχεδιασμός της προπόνησης 11-14 ετών	101
Η διαμόρφωση της προπόνησης	102
Οι στόχοι και τα περιεχόμενα της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 11-14 ετών	104
Το παιχνίδι ποδοσφαίρου και η σημασία του στην εκπαίδευση του ποδοσφαιριστή 11-14 ετών	104
Ιδανικός χώρος και αριθμός ποδοσφαιριστών στα παιχνίδια	108

Η δομή της προπόνησης των παιδικών τμημάτων 11-14 ετών...	110
Γ' φάση εκπαίδευσης	
Τμήματα εφηβικά και νέων 15-18 ετών	111
Χαρακτηριστικά στοιχεία της προπόνησης των τμημάτων υποδομής 15-18 ετών.....	112
Περιοδικότητα	113
Ο σχεδιασμός της προπόνησης εφήβων και νέων	114
Οι στόχοι και τα περιεχόμενα της προπόνησης των τμημάτων υποδομής 15-18 ετών	115
Το παιχνίδι και η σημασία του στην ολοκλήρωση του ποδοσφαιριστή στα τμήματα υποδομής 15-18 ετών	117
 Επίλογος	121
Βιβλιογραφία	122
Βιογραφικό	123