



**formazione**

**Allenatori**

**di calcio**



# La programmazione dell'allenamento

**Stefano Faletti**



Lo sport è caratterizzato dalla

## **RICERCA DEL CONTINUO MIGLIORAMENTO**

dei risultati, e per realizzare questo obiettivo è necessaria una **PROGRAMMAZIONE**

(o piano di lavoro) che comprenda non solo l'insieme degli esercizi da svolgere, ma soprattutto un programma razionale e adeguato allo

**SVILUPPO DELLA PERSONA**

# PERCHÉ PROGRAMMARE: CREA FATTORI



**IL FINE** ULTIMO DELLA  
PROGRAMMAZIONE E' DI  
FAR PREVALERE GLI ELEMENTI  
DELL'ATTIVITA' ORGANIZZATA  
SU QUELLI ACCIDENTALI  
E QUINDI DI  
**FACILITARE**  
**L'APPRENDIMENTO.**

## **PRE-REQUISITI PER PROGRAMMARE:**



**1- MOTIVAZIONI**

**2- CONOSCENZE**

**3- OBIETTIVI**

**4- CAPACITÀ  
ORGANIZZATIVE**

due osservazioni da tenere sempre in considerazione

1

**NON ESISTE una  
programmazione  
standardizzata, valida  
cioè per tutti i casi  
della pratica sportiva**

2

ogni programmazione si deve  
basare su

**IPOTESI REALISTICHE** e  
**REALIZZABILI**

che tengano conto della  
specificità e delle caratteristiche  
dell'individuo e dell'attività.

# **COSA SIGNIFICA PROGRAMMARE**

1. ANALIZZARE LA SITUAZIONE  
*(chi e come sono i miei allievi?)*
2. DEFINIRE GLI OBIETTIVI  
*(dove vogliamo arrivare?)*
3. SELEZIONARE I CONTENUTI  
*(cosa devo fare?)*
4. SCEGLIERE E ORGANIZZARE I METODI E LE ATTIVITÀ  
*(come devo fare?)*
5. SCEGLIERE E ORGANIZZARE I MATERIALI E GLI STRUMENTI  
*(cosa mi occorre?)*
6. STRUTTURARE LE SEQUENZE DI INTERVENTO  
*(quando devo fare?)*
7. REALIZZAZIONE *(parte pratica – esecutiva)*
8. VALUTAZIONE  
*(ho raggiunto gli obiettivi?)*

# 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE INIZIALE (*chi e come sono i miei allievi?*)



fare una VALUTAZIONE INIZIALE



**TEST**  
ATLETICI,  
TECNICI E  
TATTICI



**TEST**  
SOCIOMETRICI



**COMUNICARE**

## 2. DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI (*dove vogliamo arrivare?*)



CHI DEFINISCE  
GLI  
OBIETTIVI?



**l'ALLENATORE**



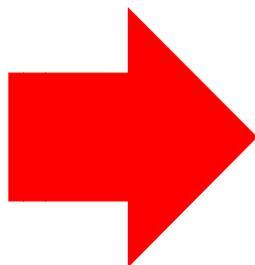
**i GIOCATORI**



**la SOCIETÀ**



**i MASS MEDIA**



**l'ASSOCIAZIONE**  
**nella quale gioco**





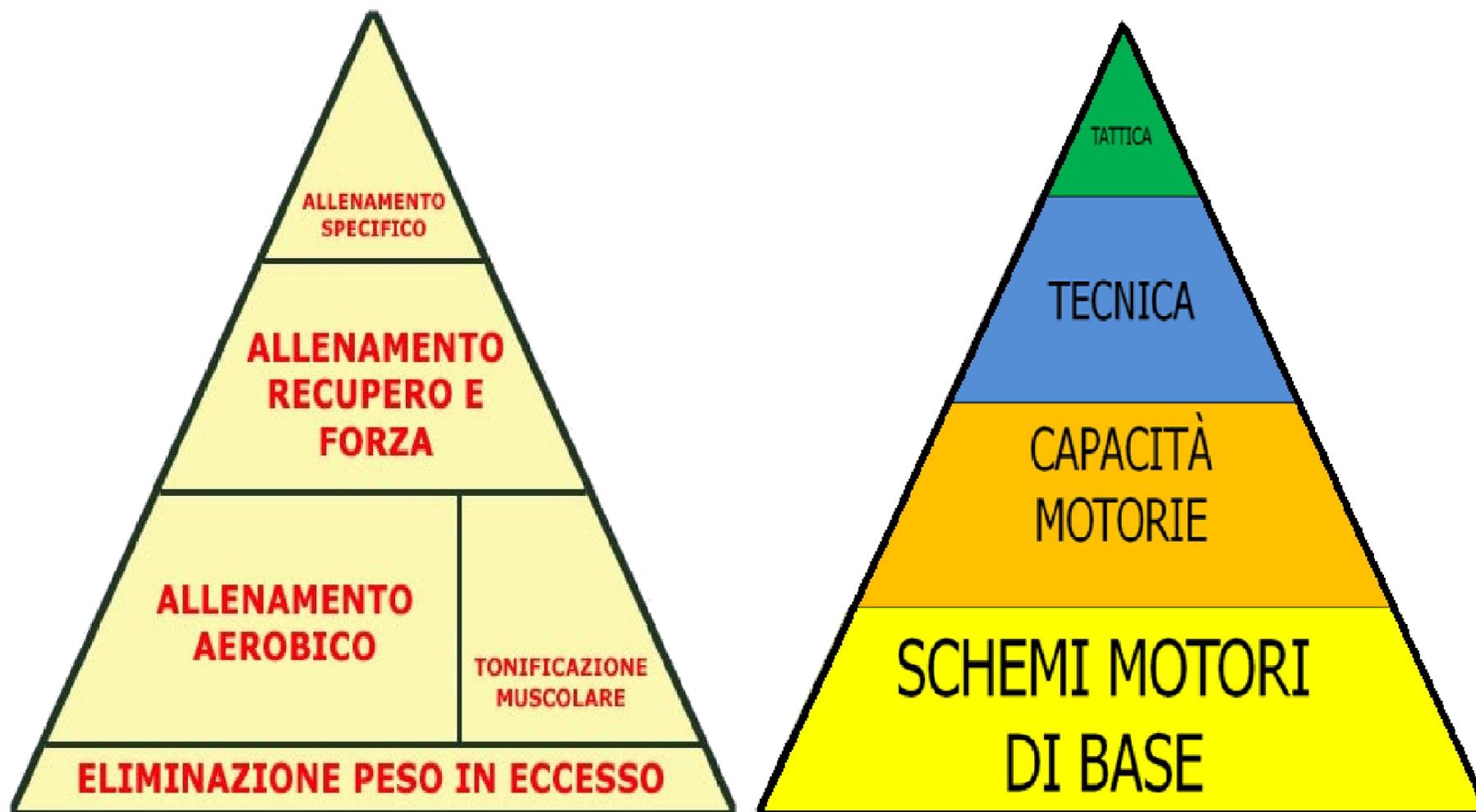
**L'ASSOCIAZIONE**  
**mi chiede di**  
**ESSERE EDUCATORE**  
**e ALLENATORE**

**ALLENARE**  
**EDUCANDO**

**O**

**EDUCARE**  
**ALLENANDO**

### 3. SELEZIONE DEI CONTENUTI (*cosa devo fare?*)



OGNI CAPACITÀ  
tra i 6 e i 15 anni ha  
**MOMENTI FAVOREVOLI**  
per il suo sviluppo



## 4. SCELTA E ORGANIZZAZIONE DEI METODI E DELLE ATTIVITÀ (*come devo fare?*)

IL METODO È LO STRUMENTO CHE RENDE  
COMPRESIBILE E TRASMETTIBILE IL CONTENUTO E  
QUINDI PUÒ CREARE CRESCITA INTELLETTIVA

per  
**l'EDUCAZIONE  
MOTORIA** sono  
particolarmente  
indicati i metodi  
che lasciano libertà  
di espressione

LIBERA ESPLORAZIONE

SCOPERTA GUIDATA

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

MISTO (analitico – sintetico)

ASSEGNAZIONE DEI COMPITI

**LIBERA ESPLORAZIONE:** rivolta soprattutto all'acquisizione di esperienze motorie e sensoriali relativamente agli attrezzi, ai mezzi e ai contenuti. L'istruttore è orientatore mentre l'allievo è protagonista.

**SCOPERTA GUIDATA:** l'allievo risolve autonomamente il problema motorio ma all'interno di un ambito ristretto dall'istruttore.

**PER TENTATIVI ed ERRORI:** l'allievo risolve il problema per tentativi utilizzando le proprie ESPERIENZE; l'errore è l'elemento costruttivo del processo d'apprendimento.

**MISTO (analitico – sintetico):** consiste nell'esaminare l'insieme e quindi la specificità o le singole parti della totalità.

**ASSEGNAZIONE DEI COMPITI:** utilizzato soprattutto in lavori a stazione, mira alla responsabilizzazione dell'allievo che deve eseguire e modulare il lavoro dopo la spiegazione dell'istruttore

## ALCUNE OSSERVAZIONI

1. l'errore è un elemento naturale e fondamentale nel processo d'apprendimento
2. L'errore è un elemento che consente di misurare la validità di un metodo o di una didattica
3. L'errore fornisce informazioni utili ed indispensabili al perfezionamento dell'insegnamento a tal punto da essere considerato l'elemento più importante

## 5. SCELTA E ORGANIZZAZIONE DEI MATERIALI E DEGLI STRUMENTI (*cosa mi occorre?*)

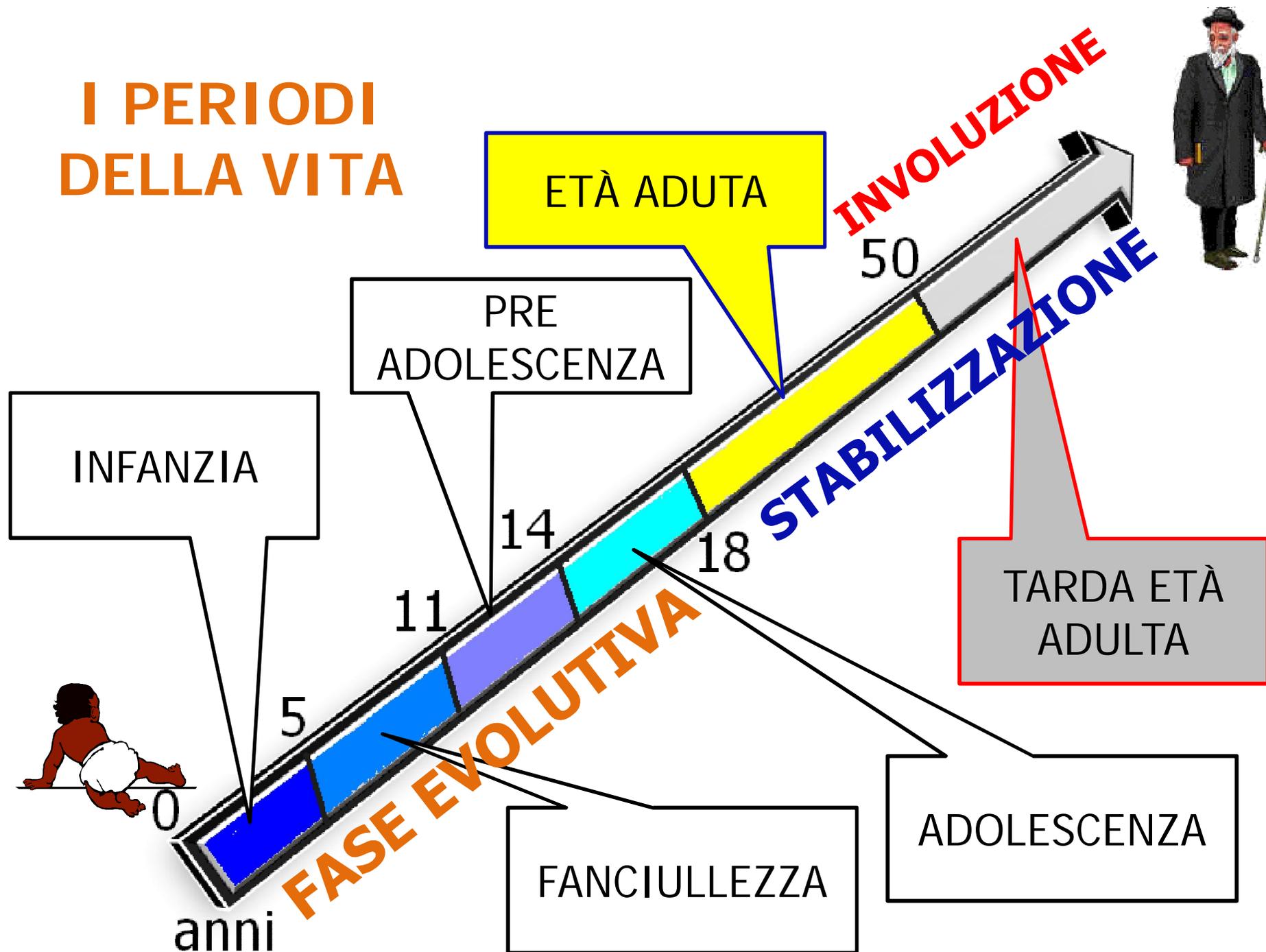
La scelta, la qualità e la quantità del materiale è importante perché è un elemento determinante della buona riuscita di un allenamento e quindi del percorso d'apprendimento



## 6. STRUTTURARE LE SEQUENZE DI INTERVENTO (*quando devo fare?*)

**OGNI ETÀ HA LE SUE  
CARATTERISTICHE**

# I PERIODI DELLA VITA



## COSA E COME FARE

<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>	<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>. Organizzatore</li> <li>. Istruttore</li> <li>. Allenatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. imparare a giocare</li> <li>. specializzazione e del ruolo nel reparto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Istruttore</li> <li>. Allenatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. imparare a giocare</li> <li>. specializzazione del ruolo nel reparto</li> </ul>
<p><b>16 ANNI</b> <b>gioco 11c11</b></p>		<p><b>17\18 ANNI</b> <b>gioco 11c11</b></p>	

<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>	<b>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Istruttore</li> <li>• Organizzatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• imparare a giocare</li> <li>• specializzazione del reparto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• fase pre-puberale.</li> <li>• si consolida il sistema nervoso.</li> <li>• frequenti sono le forme di ribellione e contestazione.</li> <li>• buone capacità di astrazione</li> <li>• critico verso i compagni</li> <li>• influenzato dai mass-media</li> </ul>
<b>12\13 ANNI gioco 11c11</b>		

<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>	<b>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• istruttore</li> <li>• organizzatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• giocare a imparare</li> <li>• specializzazione del reparto</li> <li>• specializzazione del ruolo nel reparto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si allungano gli arti al contrario del tronco. Appare goffo ed impacciato incidendo sulle cap. coordinative in negativo.</li> <li>• È insicuro, insoddisfatto ed in contrasto con gli adulti.</li> <li>• Maturazione sessuale che può distogliere dal calcio.</li> <li>• pensiero razionale</li> <li>• ricerca continua della motivazione</li> </ul>
<b>14\15 ANNI gioco 11c11</b>		

<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>	<b>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Organizzatore</li> <li>· Istruttore</li> <li>· Animatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Giocare per imparare</li> <li>· Attivita' polivalente</li> <li>· Inizio specializzazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· più controllo del corpo</li> <li>· collabora nell'attività</li> <li>· gli amici e l'istruttore diventano importanti</li> <li>· accetta la regola</li> <li>· buon grado di socializzazione</li> </ul>
<b>10 ANNI gioco 9c9</b>		

<b>RESPONSABILE</b>	<b>COME FARE</b>	<b>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Istruttore</li> <li>· Organizzatore</li> <li>· Animatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Giocare per imparare</li> <li>· Conoscenza di tutti i reparti e settori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ha inizio la fase pre-puberale.</li> <li>· Si consolida il sistema nervoso.</li> <li>· Frequenti sono le forme di ribellione e contestazione.</li> <li>· buone capacità di astrazione</li> <li>· disattento</li> <li>· influenzato dai mass-media</li> <li>· importanza del gruppo dei pari</li> </ul>
<b>11 ANNI gioco 11c11</b>		

RESPONSABILE	COME FARE	CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• istruttore</li> <li>• animatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• giocare con il calcio</li> <li>• gioco senza ruolo</li> <li>• gioco con poche regole</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• legato alla mamma</li> <li>• egocentrico</li> <li>• incapace di collaborare</li> <li>• limitata cap. d'astrazione</li> <li>• dipendente dagli adulti</li> <li>• paura ad affrontare nuove esperienze motorie</li> <li>• sensibile ai rimproveri</li> </ul>
<p><b>6\7 ANNI</b> <b>gioco 5c5</b></p>		

RESPONSABILE	COME FARE	CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• istruttore</li> <li>• animatore</li> <li>• organizzatore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• giocare per imparare</li> <li>• attività polivalente</li> <li>• stimolare la fantasia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• disponibile alla competizione nel gioco</li> <li>• disponibilità verso nuovi apprendimenti</li> <li>• Superamento della paura</li> <li>• Linguaggio più chiaro</li> </ul>
<p><b>8\9 ANNI</b> <b>gioco 7c7</b></p>		



# PROGRAMMAZIONE A LUNGO TERMINE



## 1<sup>^</sup> fase (6\10 anni)

### **PREPARAZIONE DI BASE E DELLA FORMAZIONE GENERALE:**

miglioramento delle capacità fisiologiche e della sensibilità dei gesti attraverso attività e giochi di grande movimento, imitativi, derivati e propedeutici dell'attività sportiva scelta.

Le esercitazioni dovranno essere tali da stimolare il sorgere ed il consolidarsi di apprendimenti di carattere generale, trasferibili anche in altre discipline sportive. Obiettivi da raggiungere sono quindi la conoscenza e padronanza del proprio corpo, raggiungimento del fine comune (collaborazione e socializzazione), sviluppo degli schemi motori di base e delle capacità coordinative.

## 2<sup>^</sup> fase (11\13 anni)

### **AVVIAMENTO SPORTIVO E DELLA PREPARAZIONE SPECIFICA INIZIALE:**

si opererà sull'insegnamento tecnico specifico per perfezionare la padronanza dei gesti ed assimilare gli elementi fondamentali della tecnica.

Il gioco dovrà trovare ancora molto spazio e darà modo di inserire l'abilità acquisita nei fondamentali della tecnica nell'azione del gioco, evitando in questo modo che la destrezza sia fine a sé stessa.

Obiettivi da raggiungere sono la polivalenza e la multilateralità, il potenziamento fisiologico (sviluppo delle capacità condizionali), il perfezionamento degli schemi motori di base.

### **3<sup>^</sup> fase (14\16 anni)**

#### **SPECIALIZZAZIONE:**

scelta della disciplina sportiva, del ruolo, acquisizione di abilità tecnico-tattiche e incremento delle capacità condizionali.

### **4<sup>^</sup> fase (17\18 anni)**

#### **PERFEZIONAMENTO SPORTIVO:**

obiettivo principale il perfezionamento delle abilità tecnico-tattiche, l'elevata prestazione in gara e lo sviluppo selettivo delle capacità condizionali.

### **5<sup>^</sup> fase (oltre i 18 anni)**

#### **GRANDE FORMA:**

ricercare la massima prestazione in gara e mantenimento delle capacità condizionali acquisite.

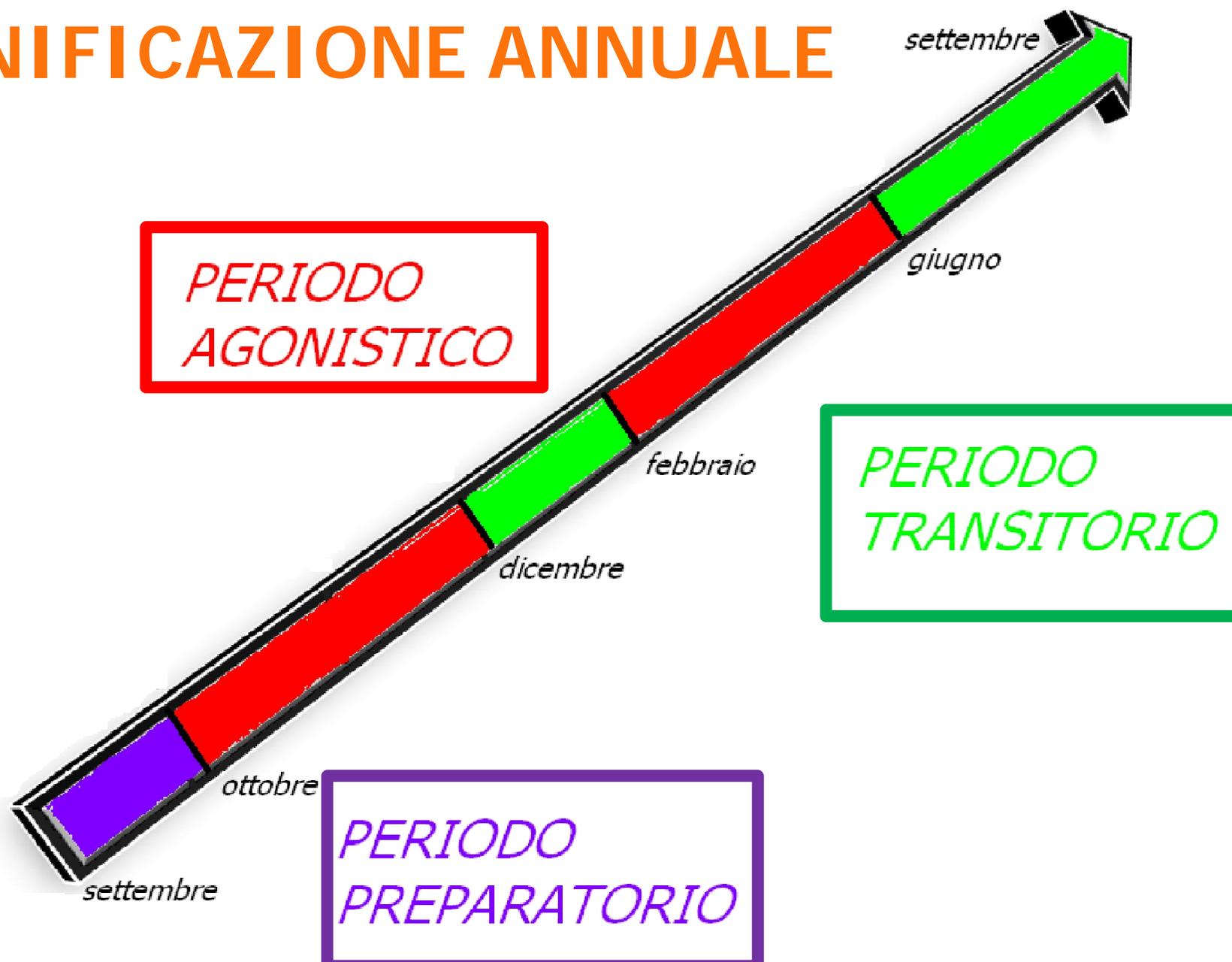
# PROGRAMMAZIONE A MEDIO TERMINE o ANNUALE

Anche durante l'arco della stagione sportiva le attività devono essere distribuite in base agli obiettivi, le capacità e la situazione.

Generalmente la stagione agonistica viene divisa in tre grandi periodi:

1. Periodo preparatorio
2. Periodo agonistico
3. Periodo transitorio

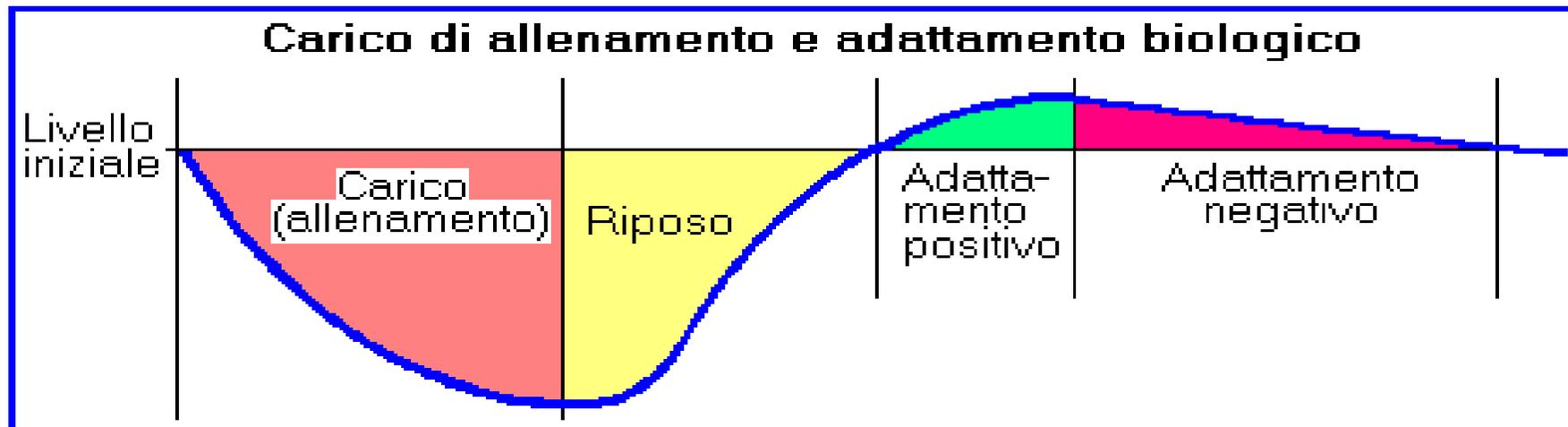
# PIANIFICAZIONE ANNUALE



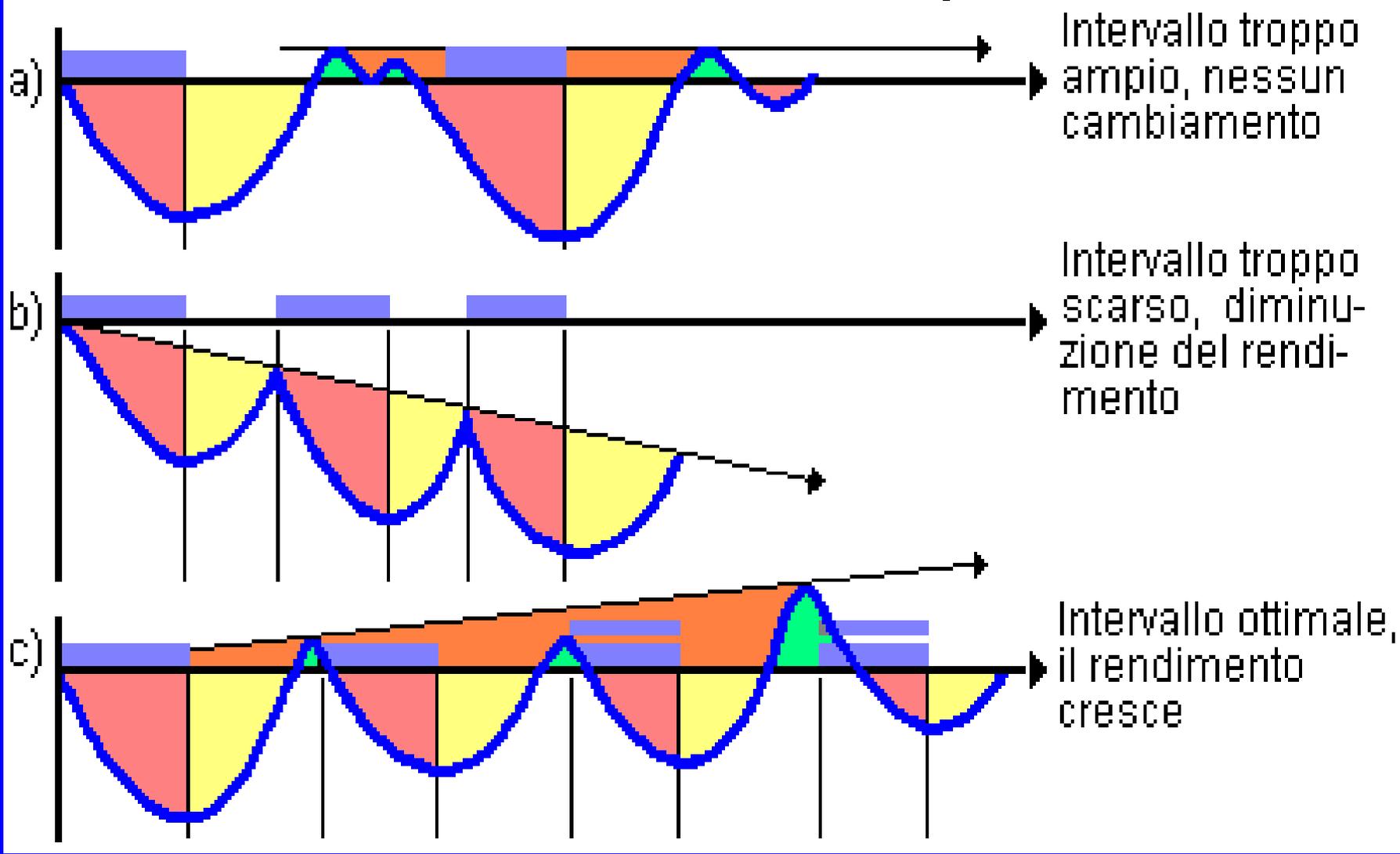
Il **PERIODO REPARATORIO** ha l'obiettivo di riattivare e sviluppare le capacità condizionali e le capacità tecniche e tattiche.

Al **PERIODO AGONISTICO** bisognerà arrivare in ottime condizioni di forma e di preparazione tecnica al fine di esprimere il massimo risultato.

In questa fase sarà determinante l'applicazione del principio dell'**ALTERNANZA** (supercompensazione) al fine di mantenere il più possibile elevato il grado prestativo.



## Effetti della fase di recupero



**IL PERIODO TRANSITORIO** intercorre tra due stagioni agonistiche e in questa fase è utile un lavoro ridotto rispetto al periodo precedente, senza però tralasciare le esercitazioni fondamentali che garantiscono il mantenimento delle potenzialità acquisite. È il periodo in cui si cerca di smaltire la fatica fisica e psichica ma evitando il riposo assoluto in quanto facilita la perdita di quanto acquisito e ritarda i tempi di ripresa. (POLISPORTIVITÀ). Il periodo transitorio è irrinunciabile se si vogliono garantire futuri risultati; è infatti paragonabile al tempo di recupero tra una serie e l'altra e tra un allenamento e l'altro, ovvero di quella pausa necessaria affinché l'organismo assorba il lavoro svolto, si adatti e infine risponda esprimendosi a livelli sempre maggiori.

## PROGRAMMA A BREVE TERMINE

Si estende normalmente nell'arco di una settimana, di un mese o per un numero di sedute. È la parte più breve ma abbastanza completa dell'intero processo di allenamento.

Riveste una priorità fondamentale per rendere efficace al massimo il lavoro che si svolge al fine del raggiungimento di un obiettivo immediato.

Si possono classificare in MICROCICLO di PREPARAZIONE, PRE-GARA, di GARA (quantità di carico ridotta), di COMPENSAZIONE.

# LA SEDUTA D'ALLENAMENTO

## Perché strutturare la seduta d'allenamento?

1. Per rendere efficace l'intervento dell'allenatore
2. Per improvvisare razionalmente

## Come strutturare la seduta d'allenamento?

1. Rispettando i **PRINCIPI DELL'ALLENAMENTO**

- |                  |                               |
|------------------|-------------------------------|
| 1. Durata        | 6. Volume                     |
| 2. Frequenza     | 7. Intensità                  |
| 3. Continuità    | 8. Multilateralità            |
| 4. Gradualità    | 9. Polivalenza\polisportività |
| 5. Progressività | 10. Alternanza                |

**STRUTTURA della SEDUTA  
D'ALLENAMENTO**

**RISCALDAMENTO** > atto a preparare l'organismo ai carichi a cui sarà sottoposto durante l'allenamento

**ESERCITAZIONI ANALITICHE** > atte ad apprendere e sviluppare la tecnica, il gesto, il singolo movimento (assenza di avversario)

**SITUAZIONI di GIOCO** > si creano condizioni di agonismo dove si deve risolvere una situazione attraverso la scelta di comportamenti motori conosciuti. (presenza dell'avversario; assenza d'alternanza attacco\difesa)

**GIOCHI A TEMA** > in condizione di agonismo, vengono proposte esercitazioni con limitazioni o regole che determinano fortemente l'obiettivo dell'esercitazione stessa. (presenza dell'avversario + alternanza attacco\difesa)

**GIOCO FINALE** > esercitazioni o partita finalizzate alla verifica del raggiungimento dell'obiettivo della seduta

**DEFATICAMENTO** > per ridurre i tempi di recupero della fatica e per far ritornare alla calma l'organismo

## **GRADUALITA'**

si riferisce agli interventi metodologici che si usano durante una seduta d'allenamento e va intesa come il mantenimento di un ordine logico nelle esercitazioni che porteranno l'allievo alla finalizzazione dell'apprendimento del gesto tecnico o d'incremento delle qualità fisiche

si riferisce al lavoro da effettuare. L'allenamento non deve essere di difficile lettura: si passerà dal semplice al complesso con la giusta scelta dei mezzi allenanti, dal facile al difficile adottando una metodologia adeguata

## **PROGRESSIVITA'**

è la quantità di lavoro ed è programmato in base alla valutazione delle caratteristiche fisiche ed organiche dell'allievo. Presuppone lo studio accurato della valutazione fisica e delle capacità di adattamento dell'allievo agli stimoli .

## **VOLUME**

## **INTENSITA'**

è quasi sempre riferita alla velocità d'esecuzione delle prove ed è direttamente collegata al carico o volume dell'allenamento

è riferita al coinvolgimento nel lavoro di più distretti muscolari

## **MULTILATERALITA'**

## **POLIVALENZA**

cioè l'adozione di una grande varietà di mezzi allenanti per attivare tutte le capacità motorie. Nei giovani l'allenamento polivalente è di tipo generalizzato e poco specifico, atto a far apprendere più gesti motori possibili in differenti situazioni.

## **ALTERNANZA**

cioè lo studio delle pause e degli intervalli riferiti alla seduta d'allenamento, ma anche alla programmazione dei periodi di carico e scarico nei macro, meso e microcicli

STRUTTURA della SEDUTA  
D'ALLENAMENTO

**RISCALDAMENTO** > atto a preparare l'organismo ai carichi a cui sarà sottoposto durante l'allenamento

**ESERCITAZIONI ANALITICHE** > atte ad apprendere e sviluppare la tecnica, il gesto, il singolo movimento (assenza di avversario)

**SITUAZIONI di GIOCO** > si creano condizioni di agonismo dove si deve risolvere una situazione attraverso la scelta di comportamenti motori conosciuti. (presenza dell'avversario; assenza d'alternanza attacco\difesa)

**GIOCHI A TEMA** > in condizione di agonismo, vengono proposte esercitazioni con limitazioni o regole che determinano fortemente l'obiettivo dell'esercitazione stessa. (presenza dell'avversario + alternanza attacco\difesa)

**GIOCO FINALE** > esercitazioni o partita finalizzate alla verifica del raggiungimento dell'obiettivo della seduta

**DEFATICAMENTO** > per ridurre i tempi di recupero della fatica e per far ritornare alla calma l'organismo

## ESEMPIO di STRUTTURA di SEDUTA d'ALLENAMENTO

OBIETTIVO	COLPO di TESTA	
OBIETTIVI SECONDARI	il cross smarcarsi \ marcare uscita alta del portiere	
MATERIALE	Palloni Coni Cinesini	Palloni di spugna Paletti Casacche
PRE-REQUISITI	<b>schemi motori di base</b> -> correre, saltare <b>capacità coordinative</b> -> equilibrio in volo, anticipazione motoria, orientamento spazio-tempo <b>capacità condizionali</b> -> forza	

## RISCALDAMENTO

pallamano con gol di testa

pallamano con passaggio e gol di testa

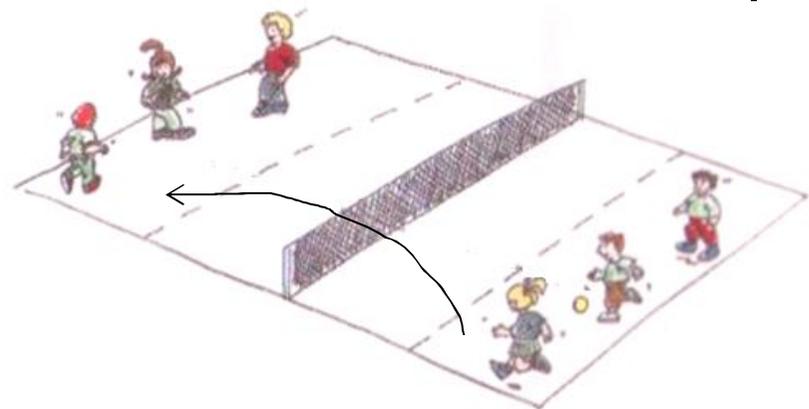
partita a 3 tocchi con gol di testa

partita a 2 tocchi con assist di testa

oppure **GIOCO INIZIALE**

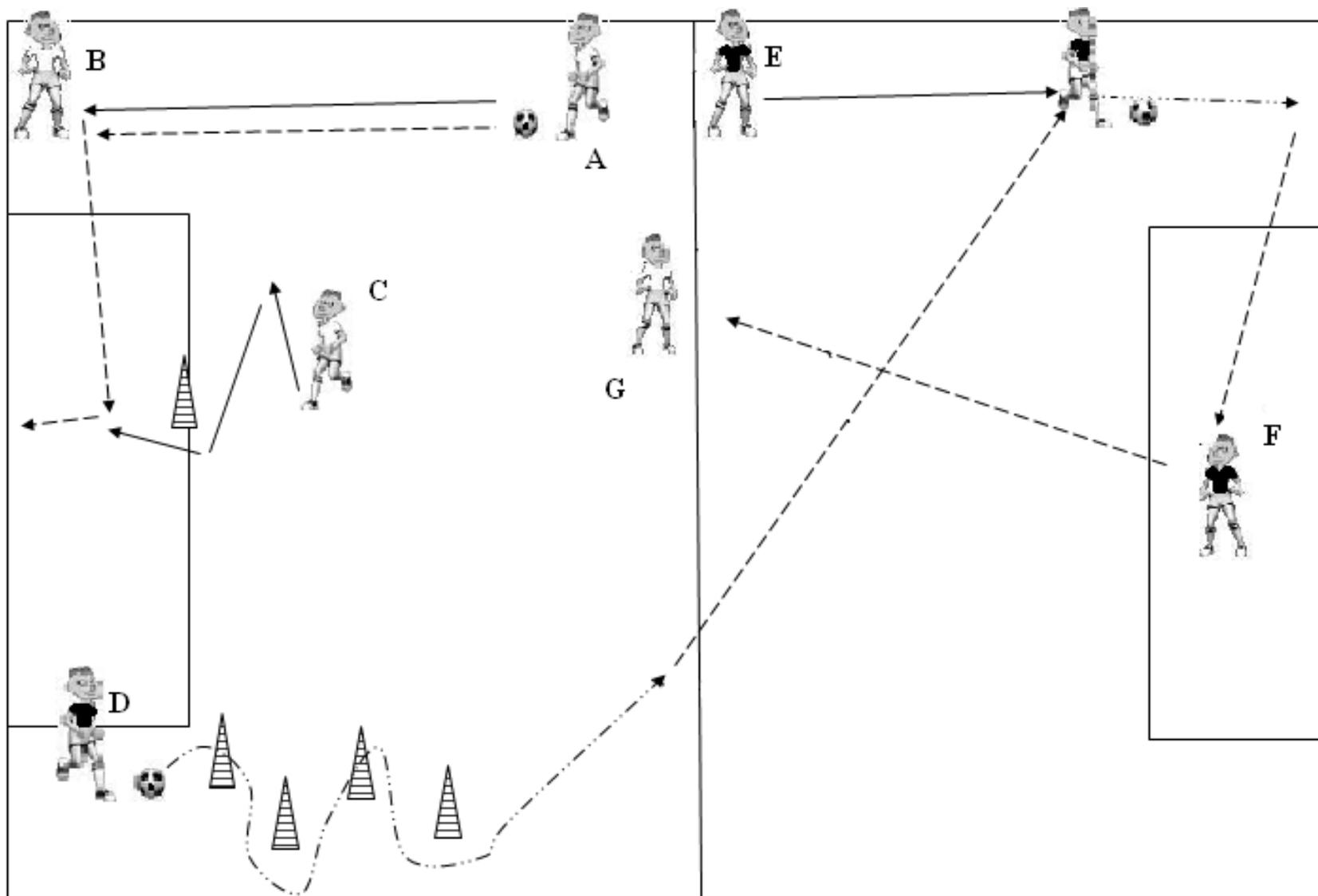
Palla rilanciata: in uno spazio delimitato diviso da una rete, due squadre si affrontano lanciandosi la palla sopra la rete con l'obiettivo di farla cadere nel campo avversario.

VARIANTE: giocare con le mani e/o con i piedi.



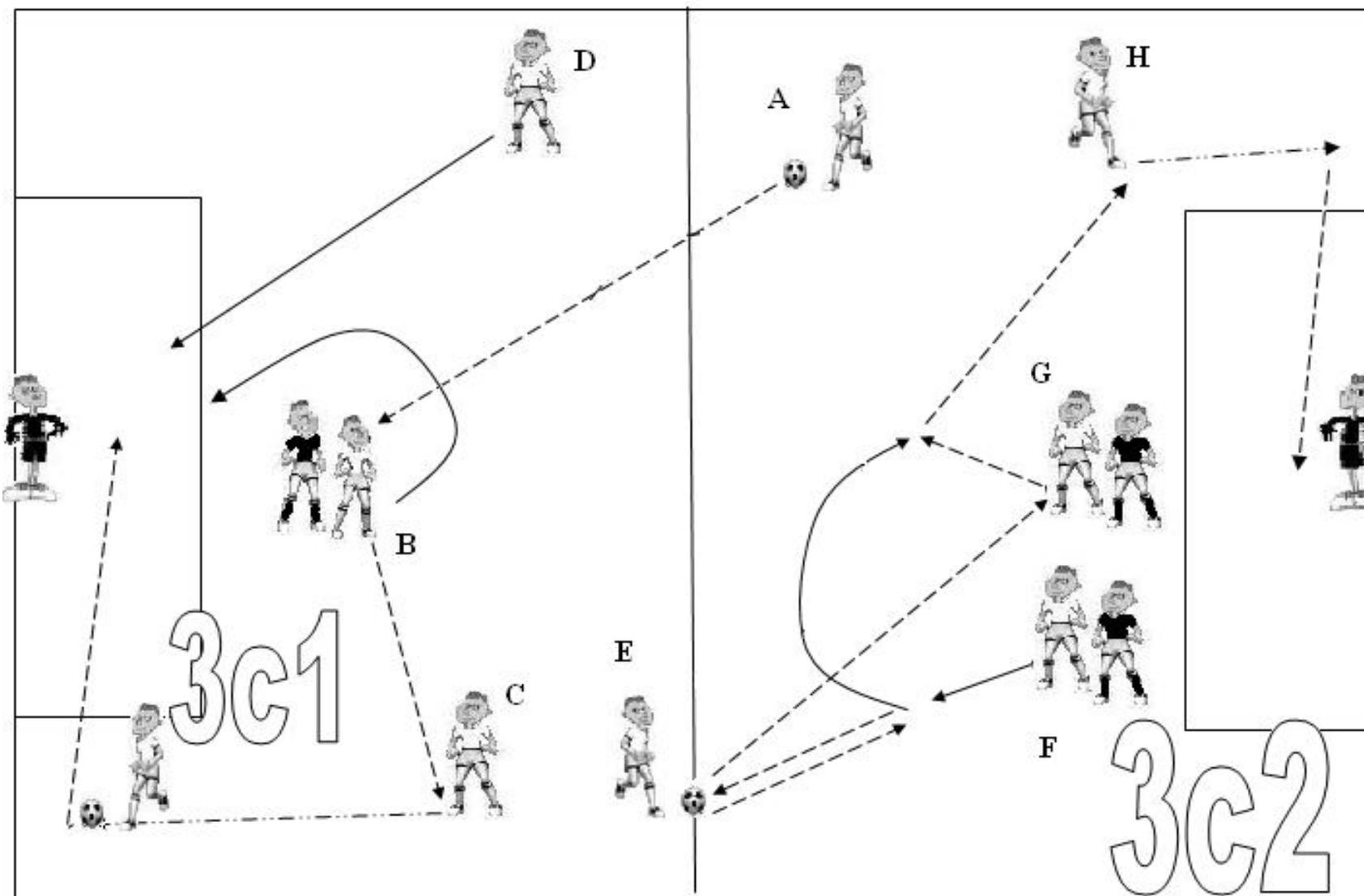
# ESERCITAZIONI ANALITICHE

circuito tecnico



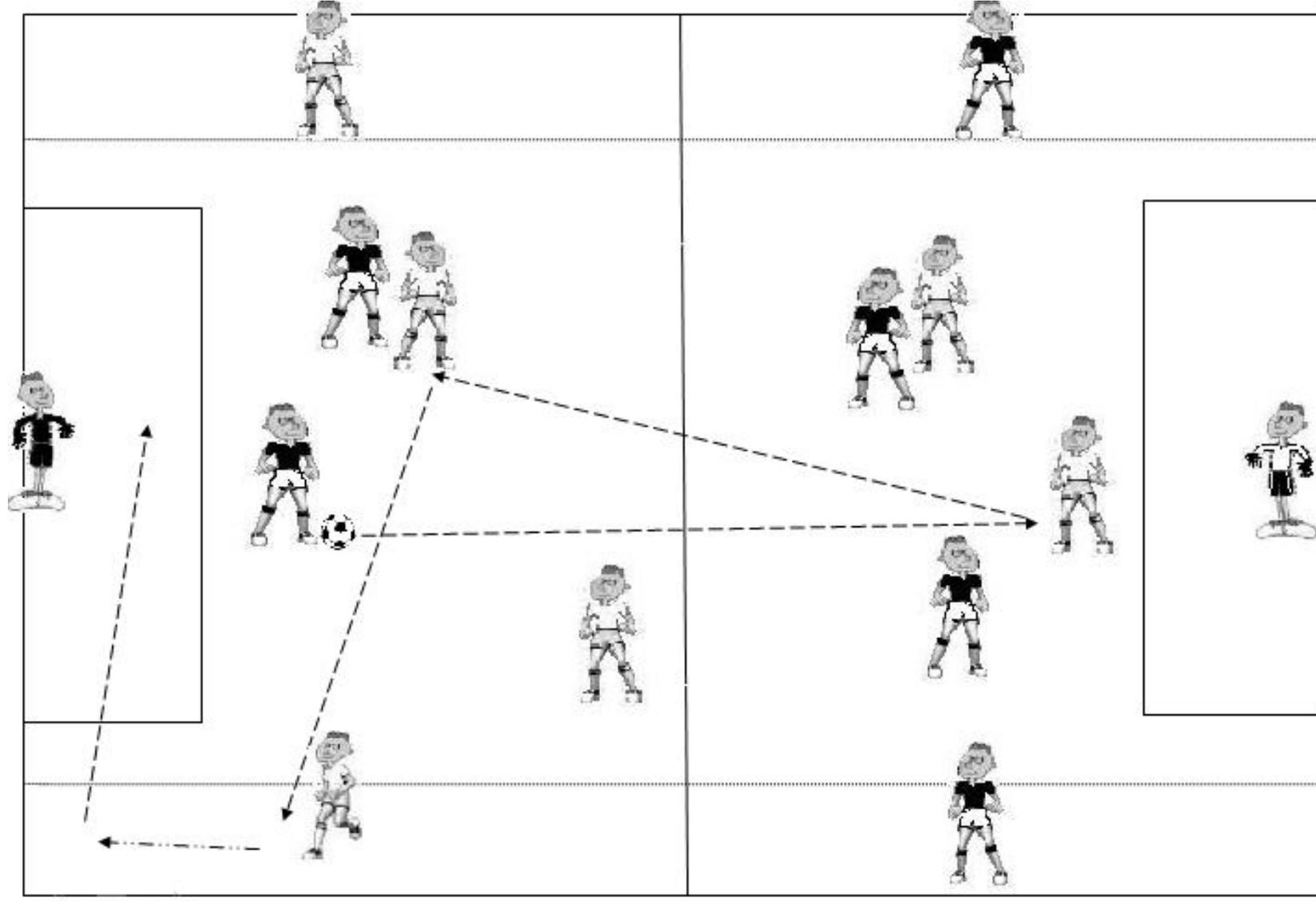
# SITUAZIONI DI GIOCO

2c1 e 3c1

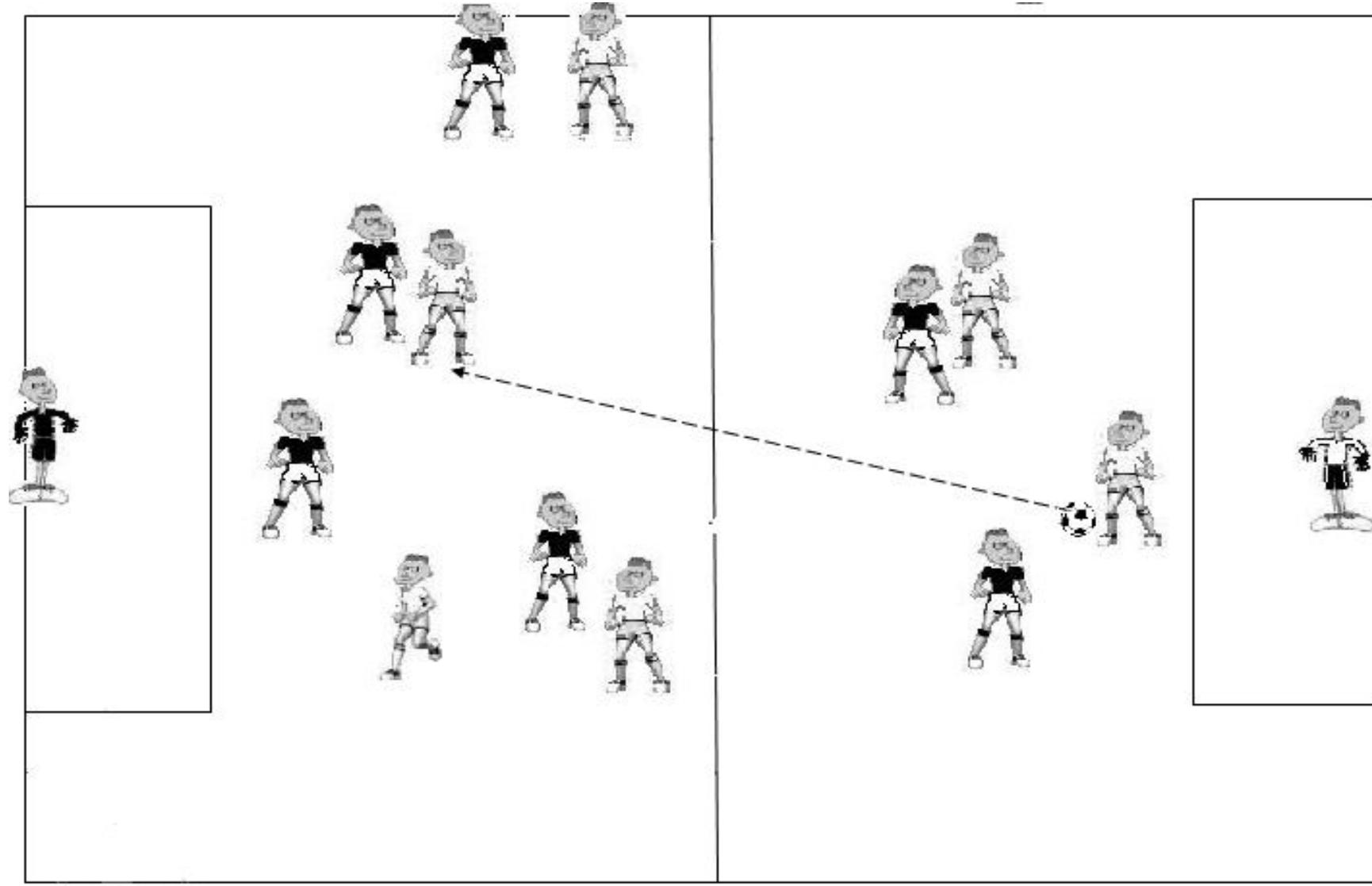


## GIOCHI A TEMA

2c2 bloccati nelle 1\2 campo con gol valido solo di testa e su cross del jolly sulle fasce

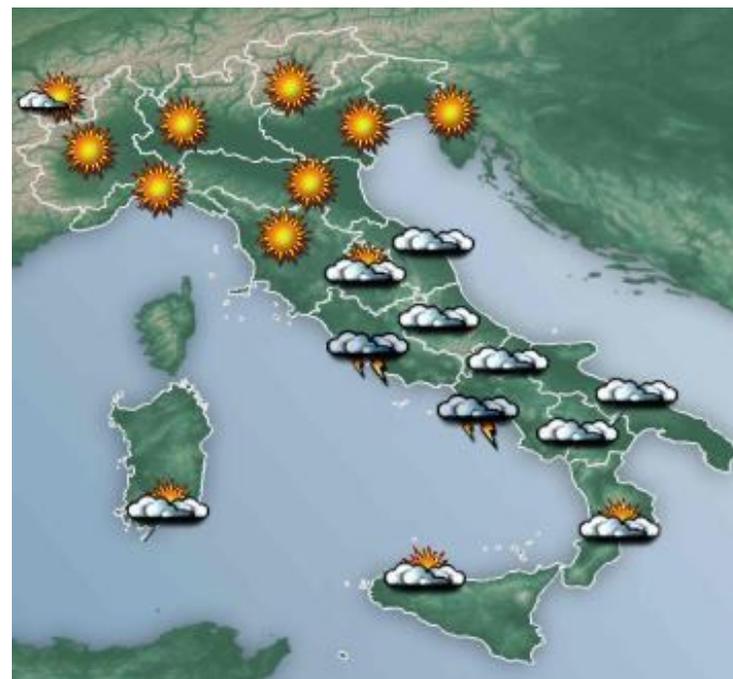
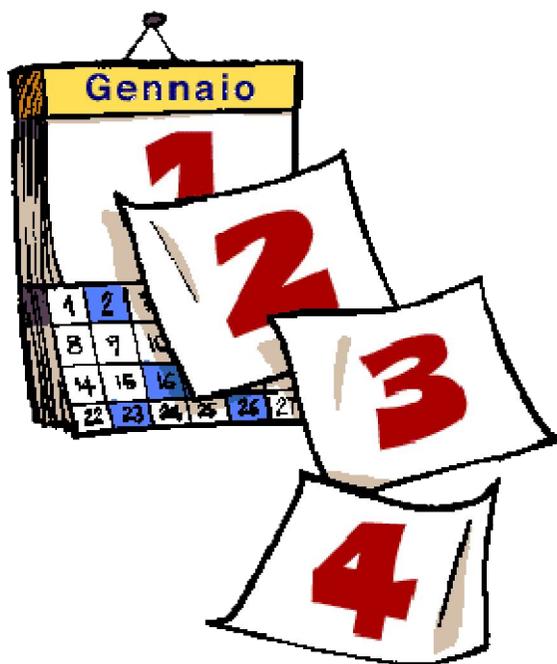


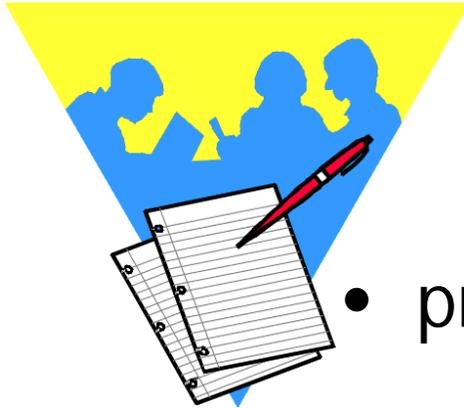
**GIOCO FINALE**  
7c7; per verificare se l'obiettivo è recepito



# ELEMENTI CHE INFLUENZANO L'ALLENAMENTO

- giorno e numero degli allenamenti
- condizioni climatiche





- programmazione

- numero dei giocatori presenti e loro motivazioni



- materiale a disposizione



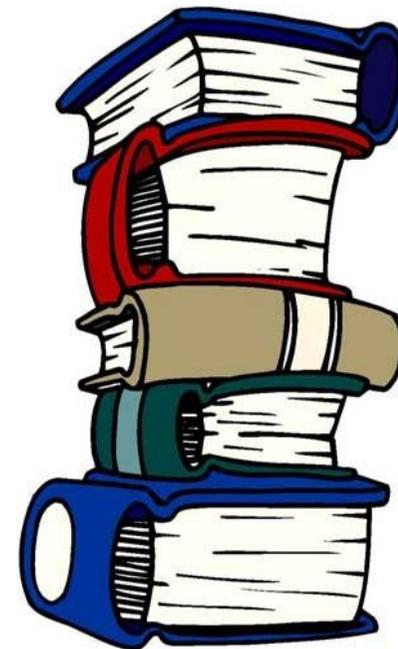
- incontro successivo e precedente

Gruppo A						
7 agosto	11.00		Australia	-		Serbia
7 agosto	13.45		Costa d'Avorio	-		Argentina
10 agosto	11.00		Argentina	-		Australia
10 agosto	13.45		Serbia	-		Costa d'Avorio
13 agosto	13.45		Argentina	-		Serbia
13 agosto	13.45		Costa d'Avorio	-		Australia
Gruppo B						
7 agosto	11.00		Giappone	-		Stati Uniti
7 agosto	13.45		Olanda	-		Nigeria
10 agosto	11.00		Nigeria	-		Giappone
10 agosto	13.45		Stati Uniti	-		Olanda
13 agosto	11.00		Olanda	-		Giappone
13 agosto	11.00		Nigeria	-		Stati Uniti
Gruppo C						
7 agosto	11.00		Brasile	-		Belgio
7 agosto	13.45		Cina	-		Nuova Zelanda
10 agosto	11.00		Nuova Zelanda	-		Brasile
10 agosto	13.45		Belgio	-		Cina
13 agosto	13.45		Nuova Zelanda	-		Belgio
13 agosto	13.45		Cina	-		Brasile
Gruppo D						
7 agosto	11.00		Honduras	-		Italia
7 agosto	13.45		Corea del Sud	-		Camerun
10 agosto	11.00		Camerun	-		Honduras
10 agosto	13.45		Italia	-		Corea del Sud
13 agosto	11.00		Corea del Sud	-		Honduras
13 agosto	11.00		Camerun	-		Italia

- disponibilità e motivazione dell'allenatore



- personalità e competenze dell'allenatore

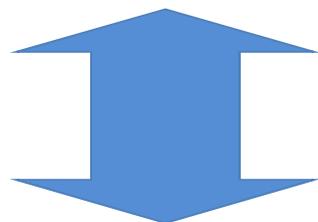


**Creare l'ALLENAMENTO  
POSITIVO**



### POSITIVO

Scelto	Accettato
Cosciente	Vario
Attivo	Specifico

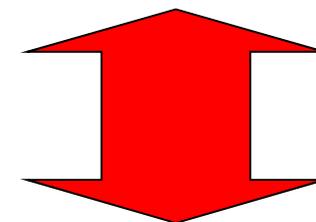


Desiderio di migliorarsi  
Voglia di allenarsi  
Divertimento  
Partecipazione  
Gratificazione  
Apprendimento



### NEGATIVO

Imposto	Monotono
Passivo	Generico



Noia  
Poca partecipazione  
Saturazione  
Non apprendimento  
Abbandono

## 7. REALIZZAZIONE (*parte pratica*)

## 8. VALUTAZIONE (*ho raggiunto gli obiettivi?*)

### PERCHÉ VALUTARE?

per **CONOSCERE**

i progressi dell'iter formativo, per modulare gli interventi, per verificare l'efficacia dell'intervento

per **PROGRAMMARE**

cioè organizzare, scegliere, orientare, modulare e modificare l'azione educativa

per **APPREZZARE**

cioè DARE UN VALORE (dare un prezzo) al lavoro, all'impegno, all'azione educativa

# QUANDO VALUTARE?

all'inizio – durante – alla fine

VALUTAZIONE INIZIALE: sulla base dei dati raccolti, anamnestici, antropometrici, funzionali, condizionali, si è in grado di avere una visione più completa delle particolarità d'ogni soggetto e quindi è possibile impostare un piano programmatico d'allenamento basato sul livello di partenza degli atleti, valutati oggettivamente

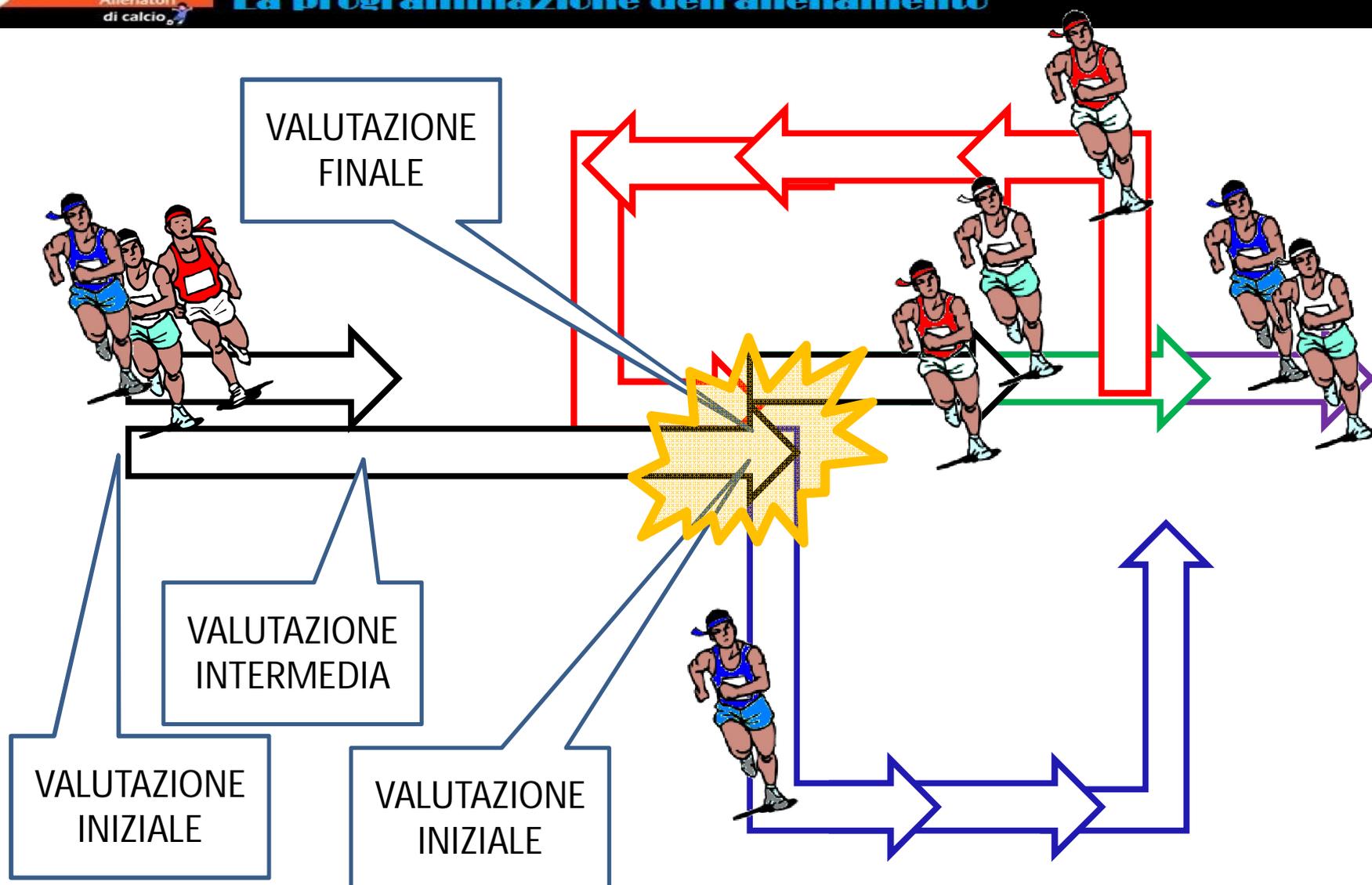
VALUTAZIONE INTERMEDIA: sulla base dei dati raccolti **durante l'azione formativa**, l'educatore verifica se l'intervento stesso è appropriato e quindi continua o modifica la sua opera di formazione

VALUTAZIONE FINALE: sulla base dei dati raccolti, anamnestici, antropometrici, funzionali, condizionali, (cioè gli stessi strumenti utilizzati nella valutazione iniziale) l'educatore valuta

L'ALLIEVO in relazione ai miglioramenti o i peggioramenti, le competenze e le conoscenze acquisite, e valuta SE STESSO in relazione al proprio lavoro

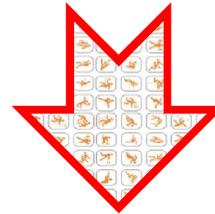


**PER CREARE NUOVI PERCORSI  
APPROPRIATI AI LIVELLI  
RAGGIUNTI E NON PER  
SELEZIONARE**



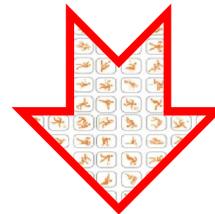
**UN PERCORSO FORMATIVO NON HA  
UNA FINE**

# la PRESTAZIONE



VALUTARE L'ASPETTO TECNICO TATTICO  
(i passaggi errati, i tiri fatti, i gol, i  
movimenti tattici) cioè se il  
COMPORTAMENTO MOTORIO è

## CONFORME AL MODELLO

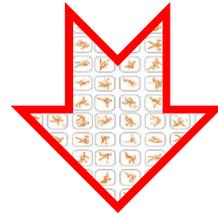


## ALLENATORE

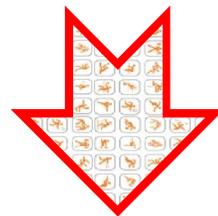
**COSA VALUTARE?**



# la PERSONA



Valutare la capacità  
di **RICONOSCERE** cioè saper leggere le situazioni,  
l'ambiente, le relazioni tra le persone e se stessi;  
di **AFFRONTARE** cioè di attuare strategie d'azione,  
risolvere problemi, avere autonomia e capacità di  
decisionalità;  
di **RELAZIONARSI** cioè capacità di comunicare, di  
controllare le emozioni, di socializzare



# EDUCATORE

**COSA VALUTARE?**

Grazie dell'attenzione e...

*“Chi ascolta dimentica  
Chi vede ricorda  
Chi fa impara”*

**Stefano Faletti**



E-mail [ste.faletti@libero.it](mailto:ste.faletti@libero.it)



+39 347 3122490



+41 76 2408011