Analisi del gruppo di allenamento e contesto

|  |  |
| --- | --- |
| Numero di allenamenti  1x settimana  2x settimana  3x settimana | Osservazioni: |
| Grandezza gruppo di allenamento  1-5 bambini e ragazzi  6-12 bambini e ragazzi  13-25 bambini e ragazzi  di più di 25 bambini e ragazzi | Osservazioni: |
| Categorie presenti  U10  U12  U14  U16 | Osservazioni: |
| Livello di prestazione (punti di forza e di debolezza)  Foundation (Nozioni di base)  Foundation fino Talent  Talent | |
| Dedizione e disponiblitià da parte degli atleti e obiettivi | |
| Infrastruttura e materiale | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Pianificazone | Forme elementi chiave | Obiettivi |  | Data:  Gruppo:    Luogo(i):  Allenatore/allenatrici: |
|  |  |  | Cosa vuoi migliorare/sviluppare? Attenzione: Forma di allenamento ≠ Obiettivo |  |
|  | Inizio |  |  |  |
|  | 1a parte |  |  |  |
|  | 2a parte |  |  |  | **Livello di apprendimento oggi**  Iniziare  Migliorare  Perfezionare |
|  | Fine |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Durata | Obiettivi secondari (forme elementi chiave) | Forma di allenamento | GAG | Forme di organizzazione | Principio di apprendimento |  |
|  | Tempo | Cosa voglio migliorare? | Come procedo? | Metodo |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Durata | Obiettivi secondari (forme elementi chiave) | Forme di allenamento | GAG | Forme di organizzazione | Principi di apprendimento |  |
|  | Tempo | Cosa voglio migliorare? | Come procedo? | Metodo |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Valutazione generale | | Obiettivi raggiuti? | Monitoring | | | |  |
| **Imparato?**    **Riso?**  **Prodotto?** |  | Obiettivi raggiunti:  Obiettivi non raggiunti: | Tempo di movimento: |  | | min |
|  | |  |
| **Contenuto (approsimativamente):** | |  |  |
| Controllo metodica(autocontrollo)  Esercizi obligatori ¦ obiettivi esercitati in modo variato, agevolare/rendere difficile ¦ immagini e metafore ¦ Forme di gioco/competizione ¦ Hai motivato e premiato ? ¦ Hai corretto? Globalmente e individualmente? | Salti: |  | | x |
| Corse: |  | | m/rip. |
| Lanci: |  | | x |
|  |  | |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lista del materiale**  - | **Osservazioni**   |  | | --- | | *Infor per i partecipanti*  *Non dimenticare i*  *prossimi passi* | | **Controllo presenze fatto (NDS)** |  |