



METODI E MEZZI PER L'INSEGNAMENTO

Webinar di aggiornamento Livello II “adolescenti”

DI COSA PARLEREMO

- ◆ **Processo di apprendimento**
- ◆ **L'allenatore:**
 - ◆ Approccio
 - ◆ Compiti
 - ◆ Responsabilità
 - ◆ Competenze
- ◆ **Formazione basata sulle competenze**
- ◆ **Il rugby:**
 - ◆ Caratteristiche; Princìpi; Realtà del gioco
 - ◆ L'essenza
 - ◆ La situazione tattica
- ◆ **Il metodo:**
 - ◆ La progressione
 - ◆ I mezzi di allenamento
 - ◆ I condizionamenti
 - ◆ I ritmi di allenamento
 - ◆ Gestione dell'errore
 - ◆ Il feedback interrogativo
 - ◆ Modelli di analisi della prestazione
 - ◆ Costruzione della pianificazione (accenni)

LA MISSIONE DEL FORMATORE

Formare **persone/atleti** che sappiano competere ai massimi* livelli sportivi e siano capaci di **reagire** positivamente **sotto pressione** in ogni situazione della **vita**, in campo e fuori.

MISSIONE SPORTIVO/EDUCATIVA

* Il massimo livello raggiungibile da ciascun singolo atleta



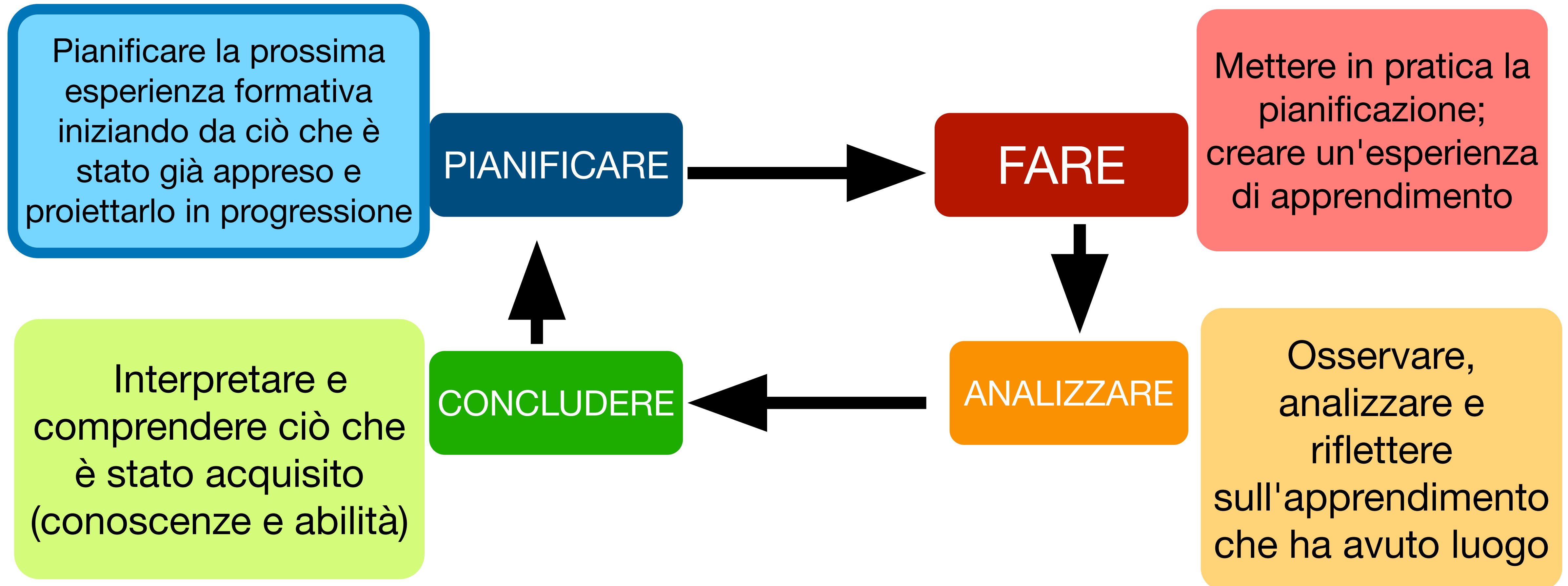
DI COSA PARLEREMO

◆ **Processo di apprendimento**

Il processo di apprendimento



Il processo di apprendimento



PRICELESS

Principi di apprendimento

PRINCIPI	Gli allievi imparano meglio quando:	Ciò significa che come educatore devi iniziare a fare di più:	Ciò significa che come educatore devi fermarti e fare di meno:
P PRATICA	hanno il giusto tempo di esercitarsi nella giusta attività		
R REALTÀ	le attività sono rese pertinenti alla propria età, categoria e livello		
I INVOLVE	sono coinvolti nel loro apprendimento e possono imparare gli uni dagli altri, così come dall'educatore/allenatore		
C CLIMA	si trovano in un clima favorevole e non minaccioso in cui gli errori sono visti come una parte essenziale dell'apprendimento		
E ESPERIENZA	sono abilitati a sviluppare le proprie competenze, partendo dalle conoscenze ed esperienze esistenti		
L LERNER CENTRED	lavorano al giusto ritmo e secondo le giuste necessità		
E ENTUSIASMO	si divertono		
S SELF-REFLECTION	sono aiutati a esaminare e riflettere sul loro comportamento		
S SUCCESSO	ottengono un certo successo e la loro autostima viene sollevata		

DI COSA PARLEREMO

- ◆ **Processo di apprendimento**
- ◆ **L'allenatore:**
 - ◆ Approccio
 - ◆ Compiti
 - ◆ Responsabilità
 - ◆ Competenze

QUALE APPROCCIO?

rugbycentrico vs giocatorecentrico

RUGBYCENTRICO	GIOCATORECENTRICO
Attento a tecnica e tattica	Attento alle esigenze del giocatore
Concentrato sull'apprendimento generale	Concentrato sull'apprendimento individuale
Focus sulla prestazione	Focus sul giocatore
Enfasi sulla vittoria	Enfasi sul miglioramento
Il formatore/allenatore prende le decisioni	Il giocatore prende le decisioni
Leadership autoritaria	Leadership democratica
Hands-on style	Hands-off style
Spiega e mostra	Chiede e ascolta
Più facile per allenatori inesperti	Più facile per allenatori esperti



I compiti e le responsabilità professionali del formatore/allenatore

- Facilitare l'apprendimento tecnico-tattico
- Assicurare l'integrità fisica e la sicurezza degli atleti
- Gestire e controllare i carichi nella preparazione (in accordo con il PFA)
- Sviluppare e riequilibrare le caratteristiche motorie
- Sviluppare un interesse a lungo termine per il rugby
- Sviluppare una documentazione sulle attività condotte
- Organizzare le attività in modo efficace e adeguato ai tempi e al contesto operativo

Le competenze fondamentali del formatore/allenatore

- Competenze tecniche-tattiche
- Competenze didattiche specifiche
- Competenze psicologiche generali
- Competenze gestionali-organizzative

Il saper fare didattico del formatore/allenatore

-SAPER MOTIVARE

Saper motivare gli allievi ad impegnarsi costantemente in allenamento per raggiungere i diversi obiettivi

-SAPER COMUNICARE

Entrare in relazione con gli atleti e comunicare efficacemente con loro, fornendo le istruzioni e le indicazioni più opportune

-SAPER PROGRAMMARE

Saper selezionare gli obiettivi dell'allenamento e costruire situazioni didattiche capaci di favorire effettivamente l'apprendimento

-SAPER OSSERVARE

Saper analizzare il comportamento motorio, tecnico e tattico degli allievi evitando un'eccessiva influenza di fattori soggettivi, abitudini e distorsioni

-SAPER VALUTARE

Saper verificare e valutare l'efficacia dell'insegnamento e produrre una documentazione dell'attività svolta e dei miglioramenti raggiunti e cambiamenti realizzati



DOMANDE FONDAMENTALI

COSA INSEGNO?

A CHI INSEGNO?

DOVE INSEGNO?

ma anche

COME INSEGNO?



DI COSA PARLEREMO

- ◆ **Processo di apprendimento**
- ◆ **L'allenatore:**
 - ◆ Approccio
 - ◆ Compiti
 - ◆ Responsabilità
 - ◆ Competenze
- ◆ **Formazione basata sulle competenze**

Formazione basata sulle competenze

Cos'è una competenza?

"Competenza non è ciò che lo studente sa, ma ciò che sa fare con ciò che sa"

Grant Wiggins

"Una competenza è la capacità di saper eseguire un compito rielaborando le proprie conoscenze e abilità in contesti diversi"

Autori vari

Formazione basata sulle competenze

Esistono 5 criteri che devono essere considerati per programmare, accrescere e valutare le competenze:

1. Chi sono i giocatori? (motivazioni, capacità, vissuto, esigenze)
2. Cosa deve essere in grado di fare l'allievo? (definisce l'obiettivo)
3. In che misura deve essere eseguita l'attività? **Quale metodo?** (Lo standard minimo, coerente con l'obiettivo realizzabile)
4. In quali condizioni deve essere eseguita l'attività? **Quali mezzi?** (Ad esempio: numero di ripetizioni, se l'attività è simulata, condizionata o reale)
5. Come verificare il raggiungimento degli obiettivi? (C'è stato un miglioramento rispetto all'obiettivo in situazioni reali?)

Formazione basata sulle competenze

NON COMPETENTE	COMPETENTE	ECCELLENTE
Ignaro o consapevole?	Raggiunti standard minimi	Oltre gli standard minimi



Perché un approccio basato sulle competenze?

1. offre flessibilità e può essere adattato alle diverse e uniche esigenze dell'allievo
2. è altamente appropriato per un'attività pratica come allenare
3. è una modalità di formazione ben accettato e utilizzato a livello internazionale per la formazione e l'istruzione

Formazione basata sulle competenze

NON COMPETENTE	COMPETENTE	ECCELLENTE
Ignaro o consapevole?	Raggiunti standard minimi	Oltre gli standard minimi



Quali sono le implicazioni per il formatore/allenatore con l'obiettivo di sviluppo di giocatori?

1. Concentrato su cosa possono fare e ciò che sanno i giocatori
2. Più pratica nell'istruire, assistenza piuttosto che ricevere conoscenza e informazione
3. La valutazione si basa su ciò che gli allievi possono fare con ciò che sanno
4. I nostri interventi si basano su un'opportunità per gli allievi di dimostrare competenza

DI COSA PARLEREMO

- ◆ **Processo di apprendimento**
- ◆ **L'allenatore:**
 - ◆ Approccio
 - ◆ Compiti
 - ◆ Responsabilità
 - ◆ Competenze
- ◆ **Formazione basata sulle competenze**
- ◆ **Il rugby:**
 - ◆ Caratteristiche; Princìpi; Realtà del gioco
 - ◆ L'essenza
 - ◆ La situazione tattica

“IL RUGBY”

Importanza degli elementi cognitivi e/o motori

ABILITÀ MOTORIA

ABILITÀ COGNITIVA

minima presa di
decisione

massima presa di
decisione

massimo controllo

minimo controllo



Principi, caratteristiche principali e realtà del gioco del rugby

PRINCIPI DEL GIOCO:
AVANZARE/PRESSARE
SOSTENERE
CONTINUARE

È UNO SPORT DI:
SQUADRA
SITUAZIONE
COMBATTIMENTO
CONTINUITÀ (RELAZIONE ATTACCO/DIFESA)
FASI DI CONQUISTA
FUORIGIOCO

REALTÀ DEL GIOCO:
COLLETTIVO E DIFESA
STRATEGICO E
TATTICO
TATTICA E TECNICA

CHE RICHIEDE:
VELOCITÀ DI ESPRESSIONE
ADATTABILITÀ
ACCELERAZIONI E DECELERAZIONI
FORZA
RESISTENZA
AGILITÀ E PRECISIONE

IN SINTESI ALTA INTENSITÀ



Una squadra è efficace se...



Rispetta **“L’ESSENZA”** del gioco



IL PRIMO PRINCIPIO DEL GIOCO

L'AVANZAMENTO

Quando un giocatore con la palla può dire con certezza che è avanzato?

Quando ha superato la LINEA DEL VANTAGGIO

La LINEA DEL VANTAGGIO è la linea “immaginaria” parallela alle linee di meta, che passa per il punto di partenza della palla in ogni fase del gioco, determinando il “confine” tra il campo conquistato dalla squadra in attacco e il campo difeso dalla squadra opponente.

Alleniamo i giocatori ad avere consapevolezza della LINEA DEL VANTAGGIO, perché ciò significa che avranno consapevolezza del primo principio del gioco, L'AVANZAMENTO



I PRINCIPIO DI UTILITÀ

DISTRIBUZIONE (dove sono);

COMPrensione DELLA SITUAZIONE (cosa faccio);

QUALITÀ DEGLI INTERVENTI TECNICO TATTICI ATTITUDINALI (come lo faccio);



NEL MOVIMENTO OFFENSIVO

Portatore (pallone)
Sostegno di conservazione o di
continuità (pallone)
Sostegno di riutilizzazione (spazio)

NEL MOVIMENTO DIFENSIVO

Placcatore (pallone)
Sostegno di recupero (pallone)
Sostegno di occupazione (spazio)

LA SITUAZIONE TATTICA

RECIPROCIÀ ATTACCO-DIFESA

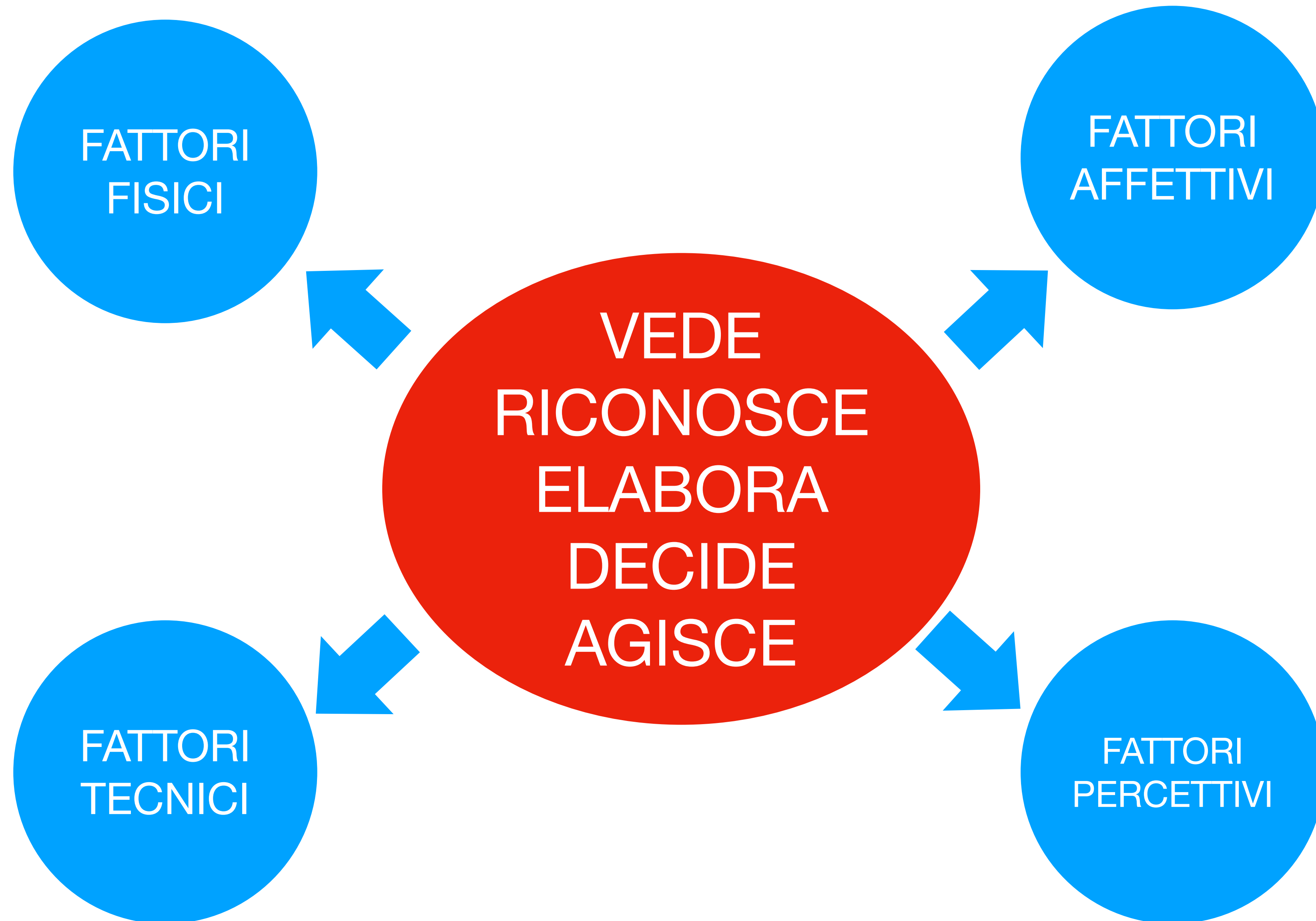
IN ATTACCO
Avanzare e continuare
ad avanzare in velocità



IN DIFESA
Avanzare, placcare,
recuperare e
contrattaccare

Su questo continuo **dialogo tra attacco e difesa** e sul momento di **combattimento** si caratterizza il gioco del rugby

IL GIOCATORE NELLA SITUAZIONE TATTICA



COME ALLENARE LA SITUAZIONE TATTICA?

- Utilizzare sempre un lavoro in opposizione
- Dare priorità ad un gioco di movimento
- Mettere sempre in evidenza la relazione causa ed effetto nella reciprocità attacco/difesa
- Dare ai propri giocatori la “libertà di scegliere” e rafforzare la loro consapevolezza nel fare
- Utilizzare una modalità d'intervento non autoritaria ma basata sul porre domande anziché dare soluzioni

DI COSA PARLEREMO

- ◆ **Processo di apprendimento**
- ◆ **L'allenatore:**
 - ◆ Approccio
 - ◆ Compiti
 - ◆ Responsabilità
 - ◆ Competenze
- ◆ **Formazione basata sulle competenze**
- ◆ **Il rugby:**
 - ◆ Caratteristiche; Principi; Realtà del gioco
 - ◆ L'essenza
 - ◆ La situazione tattica
- ◆ **Il metodo:**
 - ◆ La progressione
 - ◆ I mezzi di allenamento
 - ◆ I condizionamenti
 - ◆ I ritmi di allenamento
 - ◆ Gestione dell'errore
 - ◆ Il feedback interrogativo
 - ◆ Modelli di analisi della prestazione
 - ◆ Costruzione della pianificazione (accenni)

IL METODO

DEFINIZIONE=procedimento adoperato per raggiungere un'obiettivo.

Quindi un processo di apprendimento continuo, a lungo termine trasversale alla singola stagione, ma attento ad un percorso che attraversi l'intero percorso del settore giovanile e che sia fondato sulla comprensione del gioco (particolare attenzione al momento tattico) nel rispetto dell' **ESSENZA***



* Ciò che consente di essere efficaci nel gioco

IL METODO

IL GIOCO E LE SUE
ESIGENZE

SITUAZIONE
TATTICA

ESSENZA

EFFICACIA

FORMATORE
ALLENATORE

COMPETENZE DEL
GIOCATORE

AFFETTIVE
RELAZIONALI

COGNITIVE

MENTALI

MOTORIE
FISICHE

TECNICHE
TATTICHE

POLIVALENTI

SPECIFICHE DI RUOLO

**OSSERVA- VALUTA-INTERVIENE PER FACILITARE
L'APPRENDIMENTO**

IL METODO

USANDO UNA METODOLOGIA IN **PROGRESSIONE**

CON L'OBIETTIVO DI RENDERE IL GIOCO COMPRENSIBILE E REALIZZABILE, SEMPLIFICARLO MA CONTINUANDO A RISPETTARNE LA REALTÀ, LE CARATTERISTICHE E I PRINCIPI

CERCANDO DI FAR VIVERE IL GIOCO CON ENTUSIASMO E STIMOLARE IL DESIDERIO DI TENTARE E RITENTARE, SENZA TIMORE DI SBAGLIARE.

- **DAL GENERALE AL PARTICOLARE** - ovvero dalla comprensione della situazione al come realizzarla
- **DAL CONOSCIUTO ALL'IGNOTO** - ovvero partendo da ciò che l'atleta conosce e sa fare
- **DAL SEMPLICE AL COMPLESSO** - ovvero usando un apprendimento progressivo che dia **soddisfazione**
- **DAL GREZZO AL FINE** - ovvero dare priorità **all'efficacia** anche in forma grezza per poi raffinarla

PROPOSTE “**INTENSE**” CON L'OPPOSIZIONE
PER STIMOLARE IL RAPPORTO CAUSA/ EFFETTO ESISTENTE TRA ATTACCO E DIFESA



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

AREE DI SVILUPPO DEL GIOCO



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

In base all'obiettivo sceglieremo quale tipo di esercitazione proporre (**mezzi di allenamento**)

COLLETTIVO TOTALE	COLLETTIVO PARZIALE	RANGO RIDOTTO
AREA DI SVILUPPO: COLLETTIVO E GRUPPO	AREA DI SVILUPPO: COLLETTIVO E GRUPPO	AREA DI SVILUPPO: INDIVIDUALE E GRUPPO
CHE OBIETTIVI SI ALLENANO?	CHE OBIETTIVI SI ALLENANO?	CHE OBIETTIVI SI ALLENANO?
<p>COMPrensione DEL GIOCO (ABILITÀ STRATEGICHE E TATTICHE)</p> <p>-Far comprendere la logica del gioco e l'utilità dei giocatori (Dove sono?) per essere efficace (Cosa faccio?).</p> <p>-Distribuzione ridistribuzione</p>	<p>COMPrensione DEL GIOCO (ABILITÀ TATTICHE E STRATEGICHE)</p> <p>-Far comprendere la logica del gioco e l'utilità dei giocatori (Dove sono?) per essere efficace (Cosa faccio?).</p> <p>-Utilizzo meno atleti per un maggior coinvolgimento</p> <p>-Distribuzione ridistribuzione</p>	<p>QUALITÀ DEI COMPORtAMENTI (ABILITÀ TECNICHE E TATTICHE)</p> <p>-Far migliorare la qualità di realizzazione del gesto efficace, motorie, tecniche e tattiche (Come lo faccio?) "ritagliando" le varie situazioni di gioco.</p>

I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

COLLETTIVO TOTALE



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

Distribuzione e momento tattico

COLLETTIVO PARZIALE



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

GIOCO DA P.I.

COLLETTIVO PARZIALE



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

GIOCO DA P.I. EVOLUZIONE

COLLETTIVO PARZIALE



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

GIOCO DA P.I. SPAZIO

COLLETTIVO PARZIALE



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

Giochi sul sovrannumero

RANGO RIDOTTO



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

Punto di incontro

RANGO RIDOTTO



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

Gruppo pallone-gruppo spazio

RANGO RIDOTTO



I MEZZI DELL'ALLENAMENTO

MEZZI DI ALLENAMENTO	AREE DI SVILUPPO DEL GIOCO	COMPETENZE
RANGHI RIDOTTI	INDIVIDUALE	TECNICO
	GRUPPO	TECNICO/TATTICO
COLLETTIVO PARZIALE		COLLETTIVO
	COLLETTIVO TOTALE	

I CONDIZIONAMENTI

Significa “creare” le condizioni che permettono di stimolare e far vivere agli atleti quella determinata situazione che ci si è prefissati di allenare.

È necessario pensare in termini percentuali, l’esercizio deve far vivere al 100% la situazione scelta come obiettivo da allenare e gli atleti devono poterla risolvere almeno il 75% delle volte. **Ricordiamo che l’autostima e l’appagamento si raggiungono attraverso la “riuscita”**

ATTRAVERSO COSA SI PUÒ CONDIZIONARE UNA ESERCITAZIONE?

- **INTERVENENDO SUL NUMERO DEI PARTECIPANTI**
- **INTERVENENDO SUGLI SPAZI**
- **INTERVENENDO SULLA VELOCITÀ DI AVVIO DEI PARTECIPANTI**
- **INTERVENENDO SULLA POSIZIONE DI AVVIO DEI PARTECIPANTI**
- **INSERENDO REGOLE DI INGAGGIO E/O LIMITANDO GLI OPPONENTI**



IL METODO

- **FARE**
- **RIPETERE**
- **AGGIUNGERE CON LOGICA PROGRESSIVA**

CON RITMI LENTI (FASE ISTRUENTE) SOLO PER INSEGNARE

**CON ALTI RITMI E NUMEROSE RIPETIZIONI
(FASE ALLENANTE E ISTRUENTE) PER ALLENARE E INSEGNARE**

GESTIONE DELL'ERRORE

Dobbiamo essere consapevoli che, tanto per noi, quanto per i nostri atleti, l'**errore**, ed il suo riconoscimento, è il modo più efficace per migliorarsi!

Perciò l'obiettivo è di facilitare l'apprendimento per prove ed errori, avendo il focus sull'efficacia e non sulla forma. Questo stimolerà anche il rinforzo della personalità.

Il formatore/allenatore perciò indirizza l'attenzione dell'atleta su come modificare "in meglio" il proprio comportamento e comprendere come essere maggiormente efficace.

SENZA SOTTOLINEARE GLI ERRORI



GESTIONE DELL'ERRORE

Le cause dell'errore

- Consegne poco chiare
- Livello attentivo inadeguato
- Insufficienza nel livello di preparazione condizionale e coordinativa
- Livello tecnico non adeguato rispetto alla proposta
- Livello tattico non adeguato rispetto alla proposta
- Condizione psicologica
- Combinazioni di più di questi

Importante definire il tipo di errore per intervenire in modo adeguato

ERRORE DI ABILITÀ
(GESTUALE O MOTORIA)

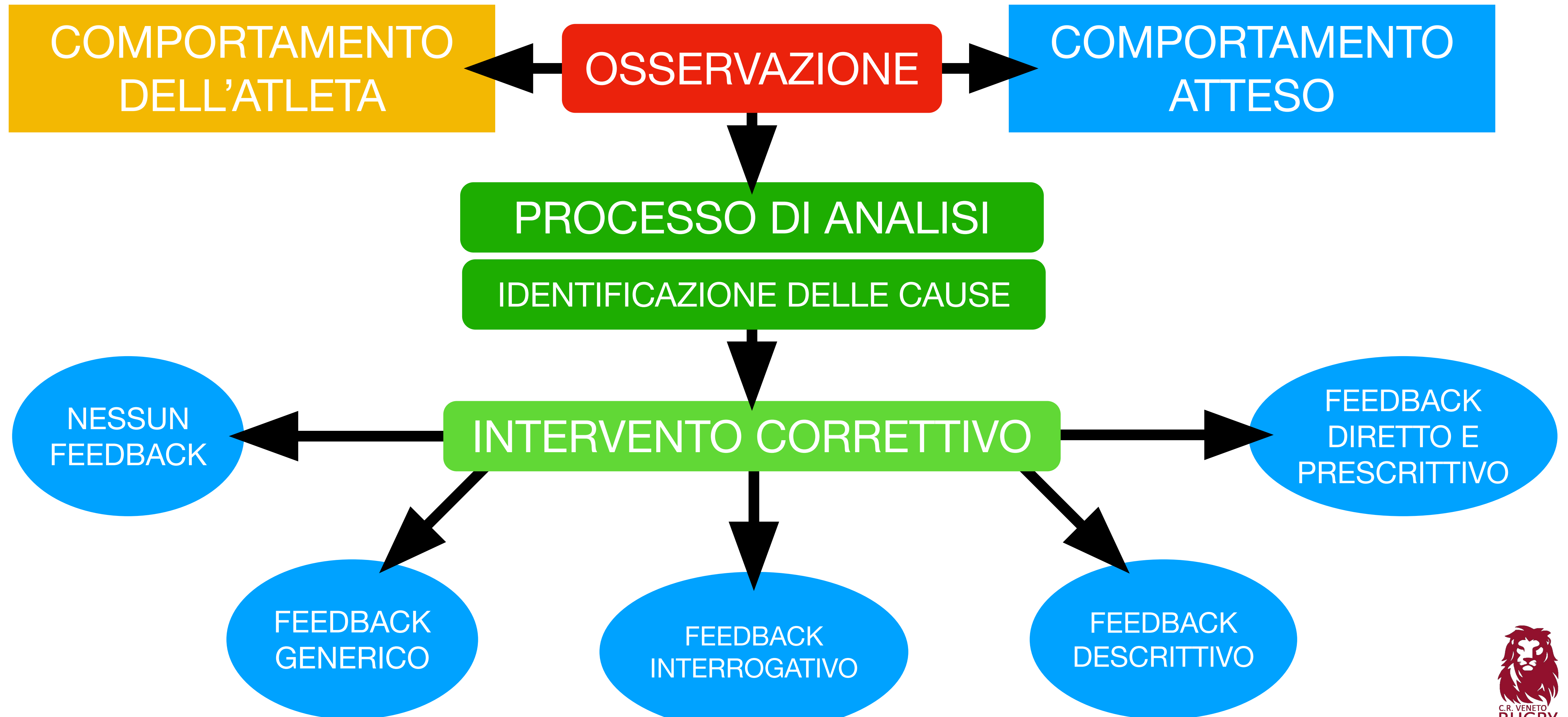
- Non intervenire ma **stimolare** a continuare a fare semplificando (rinforzo della personalità)

**ERRORE DI
COMPrensione**

- Utilizzare domande “mirate” per far scoprire/comprendere la soluzione **efficace**



GESTIONE DELL'ERRORE



IL FEED BACK INTERROGATIVO

IL “QUESTIONING”

DOMANDARE E SFIDARE/STIMOLARE

- Per verificare la comprensione
- Per verificare la conoscenza
- Per promuovere la risoluzione dei problemi
- Per rafforzare l'apprendimento
- Per promuovere il pensiero indipendente
- Per promuovere la fiducia in se stessi dei giocatori

QUESTIONING

Strutturare le domande per promuovere l'apprendimento

DOMANDE CHIUSE	DOMANDE APERTE
Le domande chiuse spesso iniziano con un verbo (ad es. PUOI... È... HAI... ecc.) e vengono utilizzate per:	Le domande aperte iniziano meglio con "Cosa" o "Dimmi"
controllare i fatti o per capire	condividere esperienze e sentimenti
scopri cosa gli altri fanno o possono fare	sensibilizzare e incoraggiare l'autoriflessione
aumentare la chiarezza di pensiero	esprimere nuove competenze e informazioni
identificare i problemi per ulteriori esplorazioni	sfidare ipotesi e atteggiamenti

MODELLO DI ANALISI DELLA PRESTAZIONE

Obiettivo di risultato	L'obiettivo desiderato è raggiunto? SI o NO
Obiettivo di prestazione	Quali aspetti della prestazione richiedono attenzione? Compiti fondamentali o fattori chiave?
Giocatore(i)	Quali giocatori sono responsabili per la prestazione?
Abilità	Quali specifiche abilità i giocatori necessitano sviluppare?
Intervento	Quali attività possono essere usate per migliorare queste abilità?

ESEMPIO DEL MODELLO DI ANALISI DELLA PRESTAZIONE

OBIETTIVO DI RISULTATO: ESEMPIO-“**TOUCH- CONQUISTA EFFICACE**”



QUALI ABILITÀ SI NECESSITA SVILUPPARE?

GIUSTO INTERVENTO CORRETTIVO O PIANIFICAZIONE DELLE ATTIVITÀ

I FATTORI CHIAVE SONO INDISPENSABILI PER:

- rendere efficace il processo di analisi tecnico tattico
- indirizzare la nostra seduta usando i giusti feedback aderenti all'obiettivo
- capire le priorità da allenare nei propri atleti
- facilita la programmazione
- permette di individuare le corrette progressioni ed obiettivi futuri
- uniformare il linguaggio, tra staff, tra allenatori di club diversi, nei confronti dei giocatori
- comunicati in apertura di allenamento, focalizzano rapidamente gli atleti sull'obiettivo proposto
- comunicati in apertura di allenamento, permettono di eseguire successivamente correzioni e feedback più rapidi, chiari ed efficaci
- comunicati in chiusura di allenamento, permettono di sottolineare gli obiettivi allenati rendendo più efficace il debriefing

Regole necessarie per costruire una pianificazione

DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Realistico e realizzabile
- Stimolante e impegnativo
- Risolva dei problemi

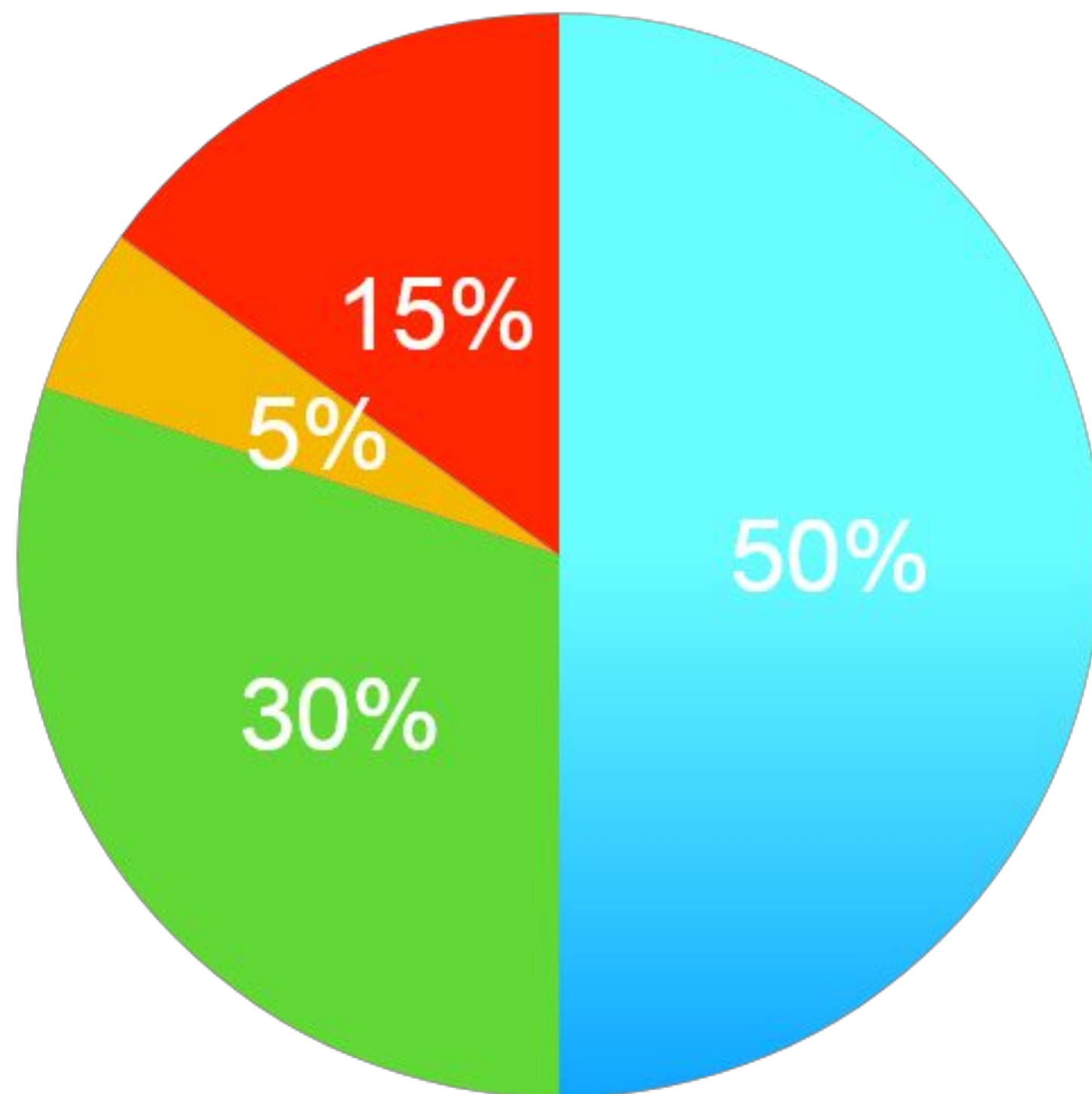
GLI OBIETTIVI DEVONO RIFLETTERE:

- Le abilità dei giocatori
- Il tempo e le risorse disponibili
- L'ambiente di allenamento e di apprendimento

La pianificazione deve rispettare questi parametri

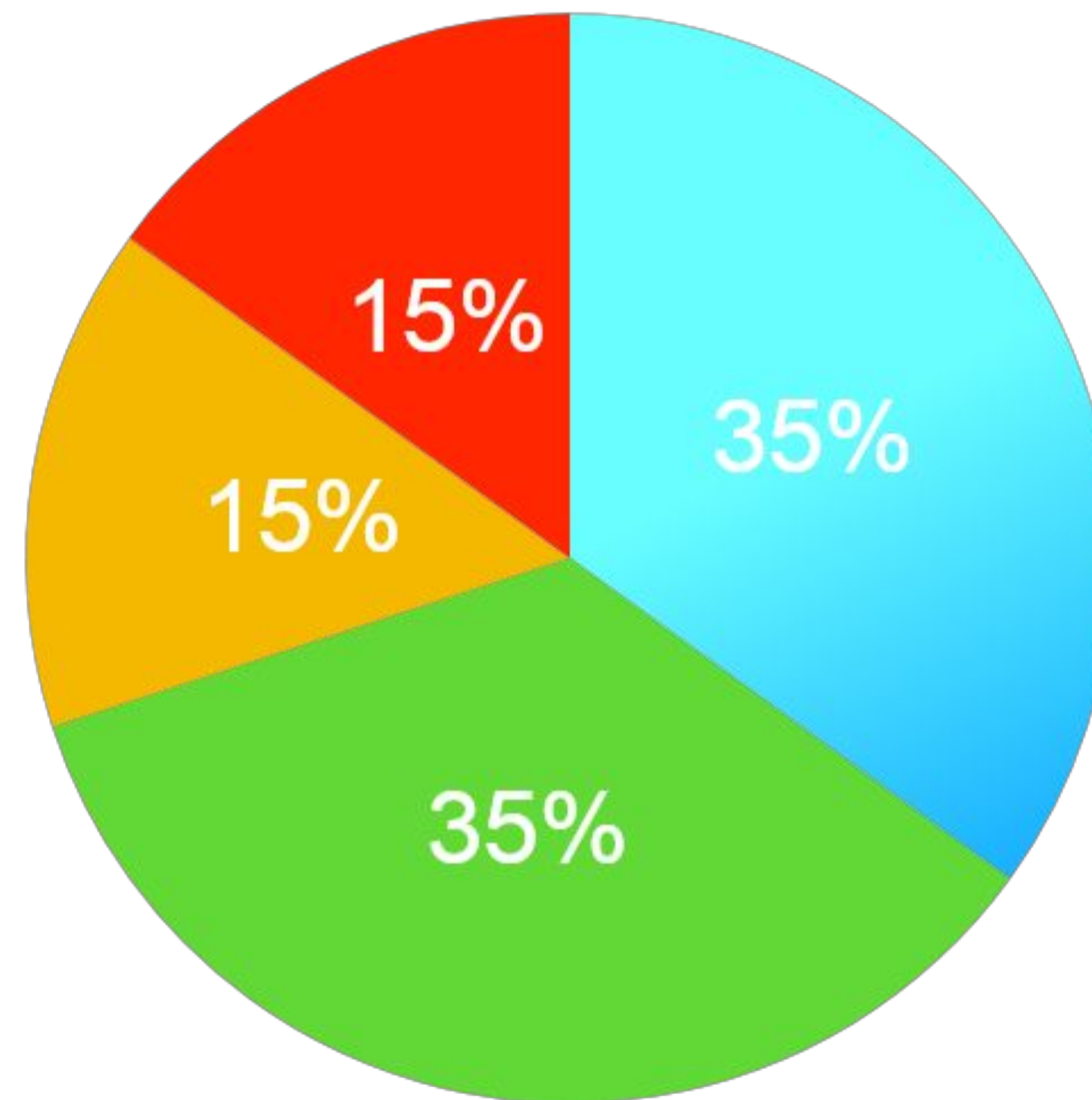
6-8 anni

- giochi ludico motori
- collettivo
- ridotto tattico
- ridotto tecnico



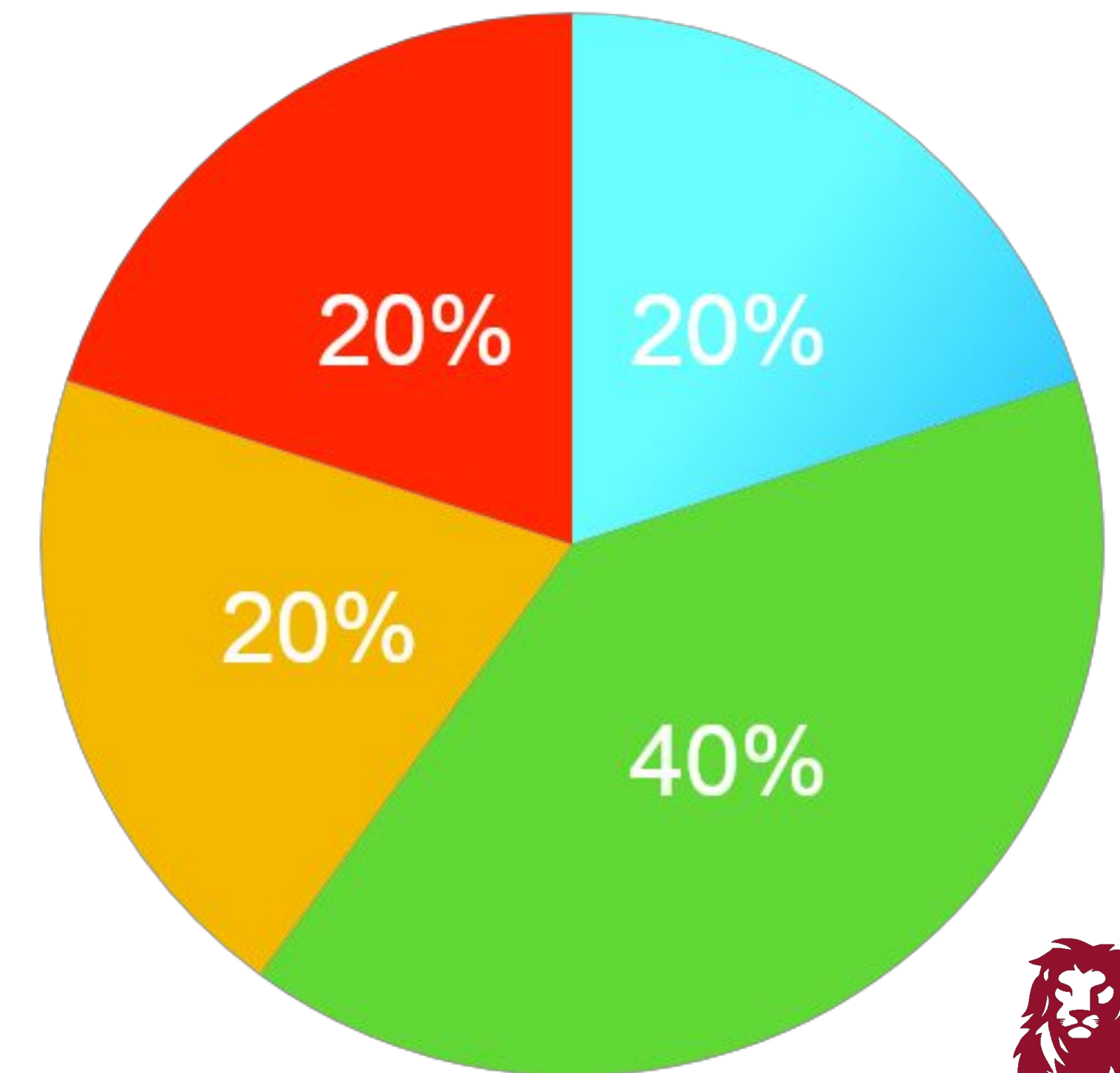
8-10 anni

- giochi ludico motori
- collettivo
- ridotto tattico
- ridotto tecnico



10-12 anni

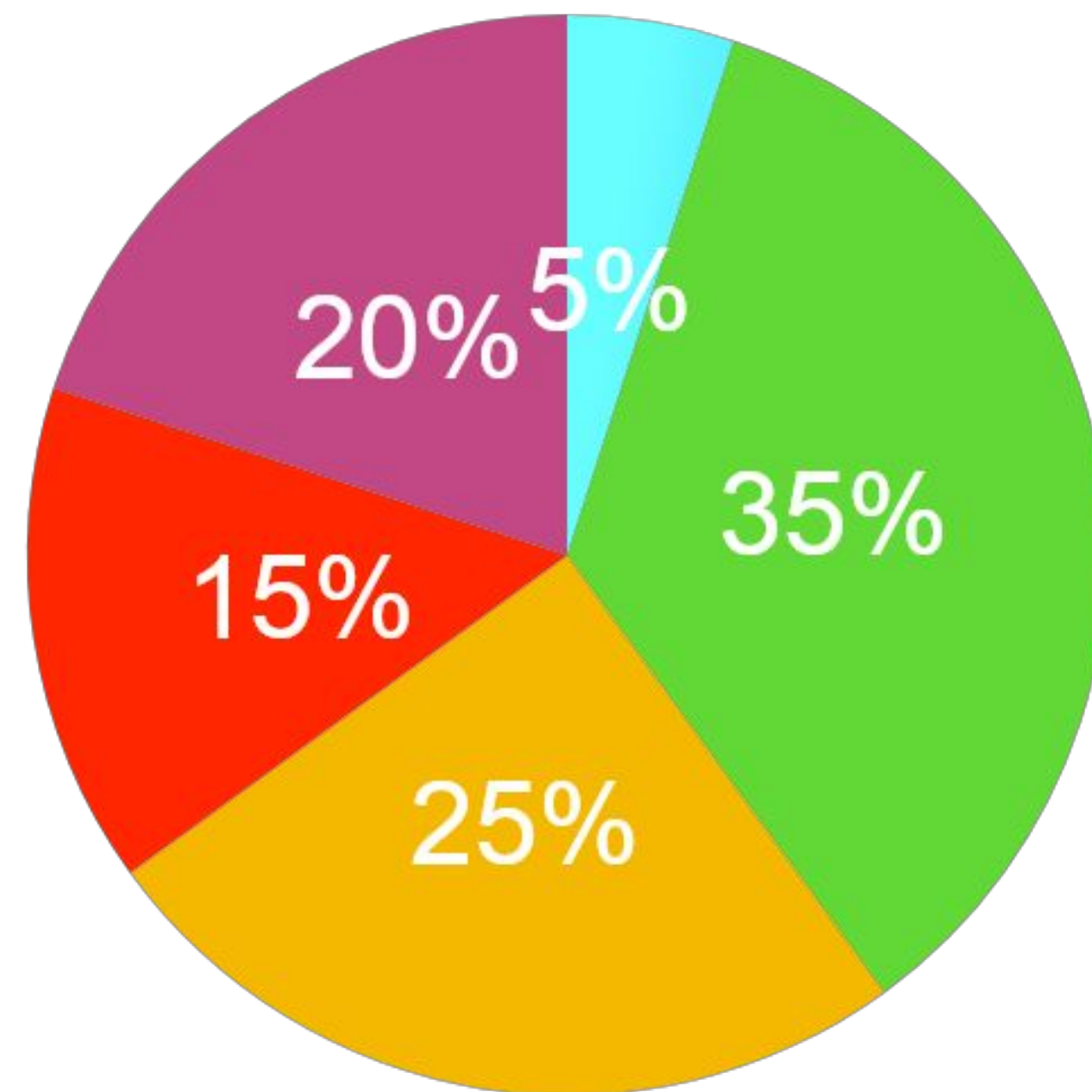
- giochi ludico motori
- collettivo
- ridotto tattico
- ridotto tecnico



La pianificazione deve rispettare questi parametri

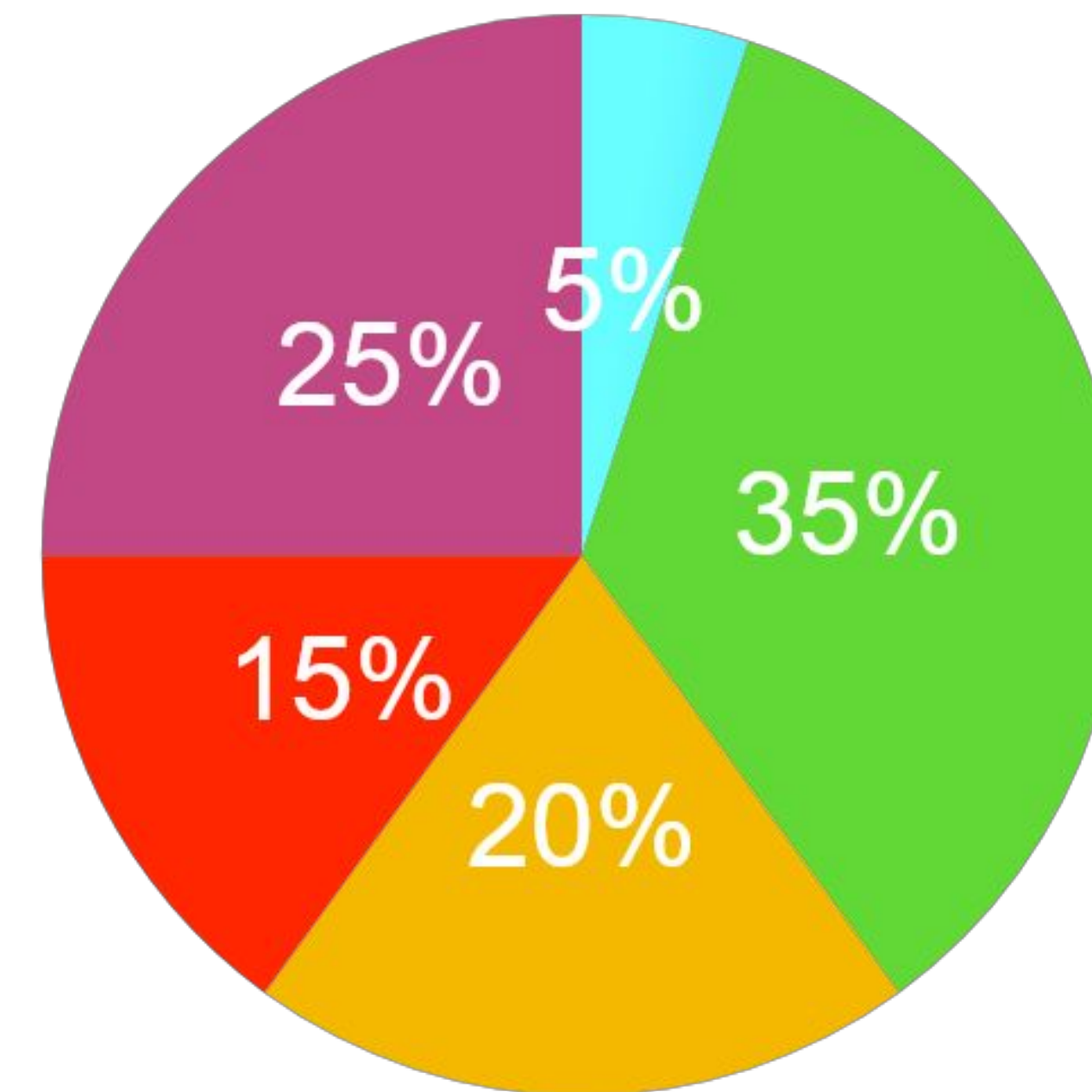
13-15 anni

- giochi
- collettivo
- ridotto tecnico/tattico
- gruppo
- reparti-prima fase



15-18 anni

- giochi
- collettivo
- ridotto tecnico/tattico
- gruppo
- reparti-prima fase



La pianificazione deve rispettare questi parametri

LE FASI SENSIBILI

ETÀ		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Capacità Coordinative	Capacità di Apprendimento Motorio			■	■	■	■	■			■	■
	Capacità di Differenziazione, controllo			■	■	■	■	■			■	■
	Capacità di reagire a stimoli ottici ed acustici				■	■	■	■				
	Capacità di orientamento nello spazio								■	■	■	■
	Capacità di ritmo						■	■	■			
	Capacità di Equilibrio					■	■	■	■			
Capacità Fisiche	Resistenza		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	Forza				■	■	■	■	■	■	■	■
	Rapidità		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Capacità Affettivo Cognitive	Qualità affettivo cognitive			■	■	■	■	■	■	■	■	■
	Voglia di apprendere		■	■	■	■	■	■	■			



IL METODO IN SINTESI

- **Organizzazione e pianificazione** del processo di apprendimento
- Rispetto dell'**ESSENZA** del gioco
- Trasmettere **LA CONOSCENZA DEL GIOCO** attraverso il **GIOCO STESSO**
- Utilizzo dell'**opposizione** per allenare il “*Momento Tattico*”
- Esercitazione in **progressione** usando i giusti **mezzi dell'allenamento** e i corretti **condizionamenti**
- Esercitazione gestita con la giusta **intensità** “*istruente - allenante*”
- Gestione oculata dell'**errore** e del giusto **feedback interrogativo**
- **Processo di analisi** efficace per definire gli obiettivi futuri

Alberto Bartolini

3491715317

al.bartolinialberto@federugby.it

GRAZIE

