

# IDENTIFICAZIONE DEI CRITERI DI SPECIFICITÀ DEI MODELLI DI PRESTAZIONE

Corso Allievo Allenatore

Modena 22/05/2016

Rel. Carlo Bonfatti

# Obiettivo del modulo

Fornire una visione sintetica di come comprendere una disciplina complessa come la pallavolo sul:

- ▣ piano tecnico – coordinativo;
- ▣ fisico – condizionale
- ▣ piano tattico - comportamentale

# Il concetto generale di “ modello di prestazione “

Il modello di prestazione di una disciplina è l'insieme dei fenomeni che la caratterizzano.

- ▣ Modello tattico : sforzo percettivo –elaborativo;
- ▣ Modello tecnico : legato alle capacità motorie del giocatore;
- ▣ Modello fisico : processi bioenergetici usati.

# Definizione di capacità di gioco

La capacità complessa di utilizzare nella loro azione reciproca, capacità condizionali, coordinative e le abilità tecnico -tattiche necessarie nelle situazioni di gioco, per poter così affrontare e risolvere in modo razionale, ciò è adeguato alla situazione, i problemi esistenti in partita, che cambiano di continuo.



# Definizione di TECNICA

Procedura che permette di risolvere un determinato problema nel modo più razionale e economico possibile.

La TECNICA è caratterizzata dalla sua struttura a fasi che è composta da due fattori :

- Articolazione spazio - temporale
- Articolazione dinamico - temporale

# Definizione di TECNICA

L'articolazione spazio – temporale ha caratteristiche:

- di tempo
- di lunghezza, di traiettoria
- di velocità

L'articolazione dinamico – temporale ha caratteristiche :

- Traiettoria ottimale d'accelerazione
- Impulsi di forza e di arresto
- Coordinazione di impulsi parziali
- Momenti di rotazione

# Definizione di TATTICA

È il comportamento pianificato per una competizione, impostato sulla propria capacità di prestazione e su quella dell'avversario.

Si basa su:

- Capacità cognitive
- Abilità tecniche
- Capacità psico-fisiche

Mira ad ottenere comportamenti ottimali di gara grazie all'utilizzazione di capacità e abilità individuali.

# MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICA:

## Obiettivo del gioco

- ▣ Realizzare più punti dell'avversario

## Dinamica del punteggio

- ▣ Come si realizzano i punti e quali sono gli equilibri di una data squadra tra le fonti di punti utilizzabili rispetto agli errori

## Identificazione dei ruoli concettuali di attacco e difesa

- ▣ Rapporti di positività / efficacia tra i due reparti

## Organizzazione delle competenze



# MODELLI DI PRESTAZIONE FISICA:

## Espressioni di forza prevalenti

- ▣ Tempi caratteristici di applicazione della forza nei movimenti tecnici efficaci

## Dinamiche di contrazione caratterizzanti il movimento tecnico

- ▣ Riflesso sul sistema di allenamento fisico
- ▣ Riflesso sulla dinamica carico - recupero

## Studio dell'incidenza dei limiti dei sistemi bioenergetici implicati

## Riconoscimento di eventuali aspetti correlati in modo esclusivo con il livello di qualificazione

# MODELLI DI PRESTAZIONE TATTICA:

## Comportamenti tattici codificabili e posti in ordine cronologico

- la finta
- la lettura situazionale
- l'anticipazione motoria
- l'opzione

## Identificazione dei comportamenti tattici richiesti dal livello di qualificazione

# MODELLI DI PRESTAZIONE TATTICA:

## La finta:

Tentativo intenzionale di trarre in inganno un avversario per acquisire un vantaggio.

- Finte individuali :
  - Attive: inducono l'avversario ad anticipazioni errate;
  - Passive: nascondono le intenzioni dell'attaccante lasciando al difensore l'incertezza sugli eventi.
- Di squadra: attuate da tutti i componenti della squadra.

# MODELLI DI PRESTAZIONE TATTICA:

## La lettura situazionale:

Capacità di:

- ricercare la palla
- analizzare le diverse traiettorie della palla.

Nel gioco della pallavolo è a vantaggio della tecnica: aiuta a consolidare i processi di apprendimento.



# MODELLI DI PRESTAZIONE TATTICA:

## L'anticipazione motoria:

Anticipazione e realizzazione :

- “ pensiero e azione “
- Pensiero: strumento di pianificazione dell'azione adatta alla situazione.
- Azione: realizzazione di quanto pensato.