

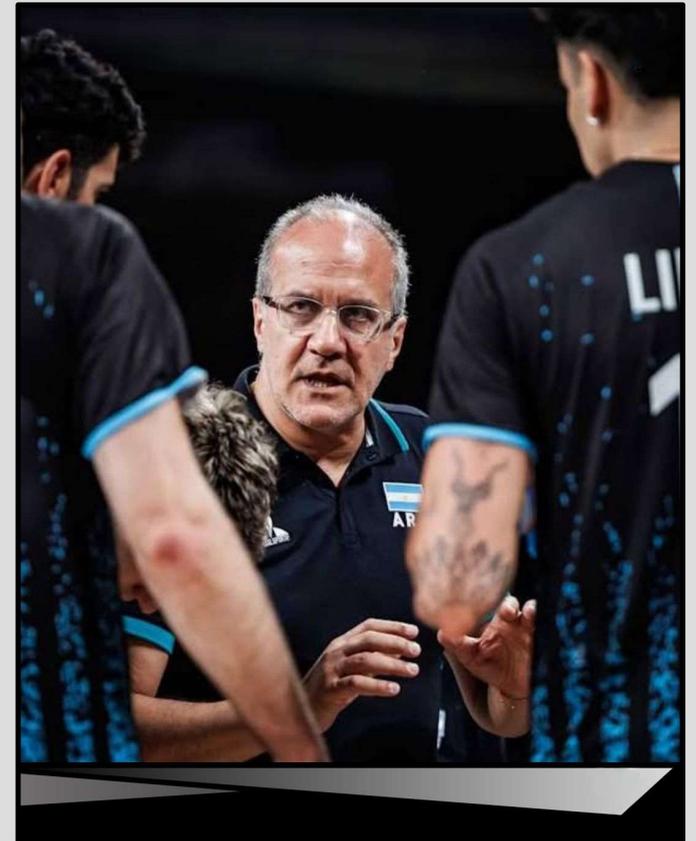
CORSO NAZIONALE PER
ALLENATORI DI TERZO GRADO 2025

**ALLENARE E GESTIRE
UNA SQUADRA MASCHILE DI ALTO LIVELLO**

JACOPO CUTTINI

ALLENARE E GESTIRE UNA SQUADRA MASCHILE DI ALTO LIVELLO

1. L'Allenatore e l'Arte di Allenare
2. L'Evoluzione del Gioco
3. Le Fasi di Gioco
4. I Modelli di Prestazione
5. Metodologia



A man with a beard and glasses, wearing a yellow baseball cap and a maroon zip-up jacket, is smiling broadly. He is holding a clipboard and a pen. He is wearing a lei made of green leaves and red flowers. He is standing in a stadium with blue seats. Other people are visible in the background, some sitting and some standing.

**L'ALLENATORE
E
L'ARTE DI ALLENARE**

L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

*Allenare è un'arte:
non è sempre una
scienza esatta.*

*Bisogna fidarsi di
sensazioni e istinto*



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Capacità dell'Allenatore

- ❑ Fare **scelte**
- ❑ Convincere
- ❑ **Visualizzare** scenari
- ❑ Creare un **sistema**
- ❑ Trovare **equilibri**



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Capacità dell'Allenatore

- ❑ Adattare
- ❑ Gestire gli **imprevisti**
- ❑ Capire **gli altri**
- ❑ Difendere i **principi**
- ❑ Limitare l'**overthinking**



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Culture da Combattere

- ❑ Cultura del **lamento**
- ❑ Cultura del « **ho sempre fatto così** »
- ❑ Cultura del **minimo sforzo**
- ❑ Cultura del **Social Network**



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Gestione del Gruppo

- ❑ Non bisogna trattare tutti allo stesso modo
- ❑ Coerenza nel rispetto dei **principi**
 - ❑ Impegno
 - ❑ Disponibilità
 - ❑ Sacrificio
- ❑ Trattare tutti con **rispetto**
- ❑ Comunicazione
- ❑ Oltre a saper **fare**, bisogna saper **stare**



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Gestione dei Leader

- ❑ **Riconosciuto** dal Gruppo
- ❑ **Accordo** nel rispetto dei ruoli
- ❑ **Responsabilità**
- ❑ **Importanza dell'esempio**
- ❑ **Evitare conflittualità** tra leader



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Gestione del Talento

- ❑ **Identificarlo**
- ❑ **Coltivarlo**
- ❑ **Alzare sempre il livello**
- ❑ **Sfidarlo**
- ❑ **Accettare i suoi momenti da « *improvvisatore* »**



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Il Percorso

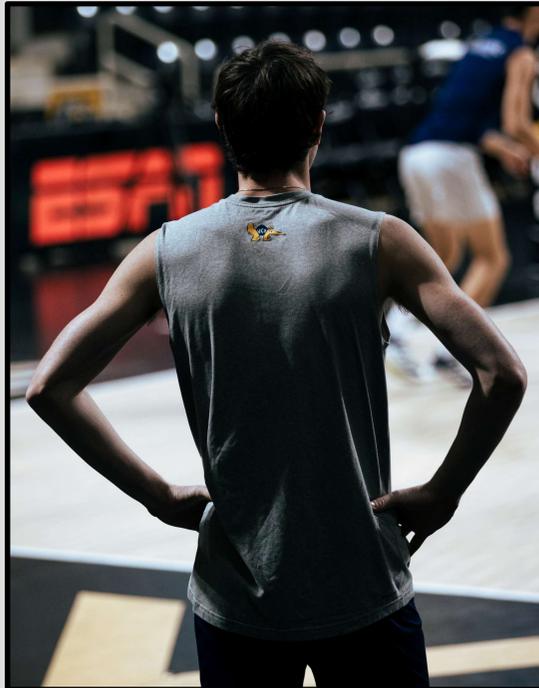
Vivere il percorso



*« Non posso
ancora farlo »*



*La crescita
non è lineare*



*Cogliere tutte
le opportunità*



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Lavoro sulla Mentalità

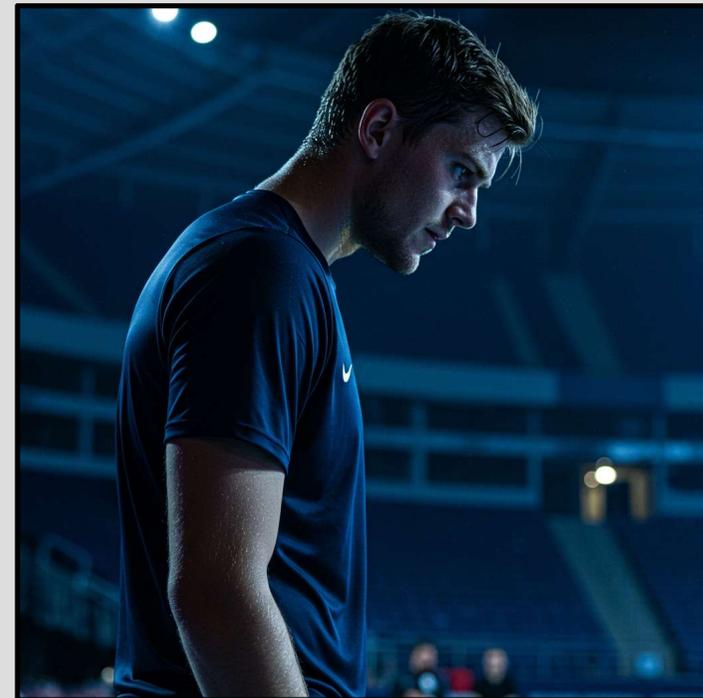
- ❑ **Valorizzare le gioie**
 - ❑ Svaniscono prima
 - ❑ Energie per i momenti down
- ❑ **Metabolizzare le sconfitte**
 - ❑ Rimangono per più tempo
 - ❑ Vivere lo stato di **amarezza** per poterle superare
 - ❑ Indicatore dei **deficit** e **stimolo**
 - ❑ « *Vedere la luce* » ← Allenatore



L'ALLENATORE E L'ARTE DI ALLENARE

Lavoro sulla Mentalità

- ❑ **Problemi / Colpe vs Soluzioni**
- ❑ **Vittimismo VS Responsabilità**
 - ❑ *Noi dobbiamo cambiare le cose*
- ❑ **Certe volte "vincono" gli altri**
- ❑ **E' un gioco di errori**
 - ❑ Conviverci
 - ❑ Parte del processo formativo
 - ❑ L'alibi impedisce di imparare



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO

*Non smettere mai
di **imparare**,
perché il gioco
non smette mai
di **insegnare***



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO

Evolvere o Fallire

- ❑ **Il gioco si evolve**
studiarlo è il miglior **corso di aggiornamento**
- ❑ **La società civile evolve**
 - ❑ valori, comportamenti e abitudini
 - ❑ tutto subito, facile, comodo, focus variabile
 - ❑ no pregiudizi
- ❑ **Farsi domande e sperimentare**



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO

Evoluzione Tecnica

- ❑ **Servizio:**
 - ❑ è diventato dominante
 - ❑ più direzioni forti
 - ❑ variabilità
 - ❑ soluzioni **ibride**
- ❑ **Ricezione:**
 - ❑ numero dei ricevitori
 - ❑ importanza dei **centrali**



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO

Evoluzione Tecnica

- ❑ **Difese:**
 - ❑ Incremento del **numero**
 - ❑ Alzata di prima intenzione
- ❑ **Attacco:**
 - ❑ Situazioni negative in zona 4
 - ❑ Play/Replay + **Autocopertura**
 - ❑ «**Push**» con 1 o 2 mani
 - ❑ Uso del **Canale Centrale**



L'EVOLUZIONE DEL GIOCO

Evoluzione Tecnica

- ❑ **Muro:**
 - ❑ **Aggressività**
 - ❑ No adattamento su Basi
 - ❑ Muro « *ritardato* »
 - ❑ Muro « *in tenuta* »



LE FASI DI GIOCO



LE FASI DI GIOCO

Fase Cambio Palla

- ❑ **Vantaggio competitivo**
rispetto alla fase break point
- ❑ Assegna il maggior numero di **punti**
- ❑ Fase fondamentale per poter **competere**
- ❑ Cambio palla **diretto** e Cambio palla **indiretto**
- ❑ **Attaccare** meglio è un fattore determinante
 - ❑ Ricevere meglio non garantisce il successo



LE FASI DI GIOCO

Fase Cambio Palla

- ❑ Valorizzare il vantaggio competitivo rispetto alla fase break:
 - ❑ Rete " **aperta** "
 - ❑ Preservare il " **Canale Centrale** " → efficacia ed efficienza
 - ❑ Garantire i " **4 punti rete** " [5 punti rete con il palleggiatore]



LE FASI DI GIOCO

Fase Break Point

- È la fase più **difficile**:
 - c'è uno **svantaggio competitivo** rispetto alla fase cambio palla
 - spesso si **perde il punto**
 - è **faticoso** contrastare l'attacco avversario



LE FASI DI GIOCO

Fase Break Point

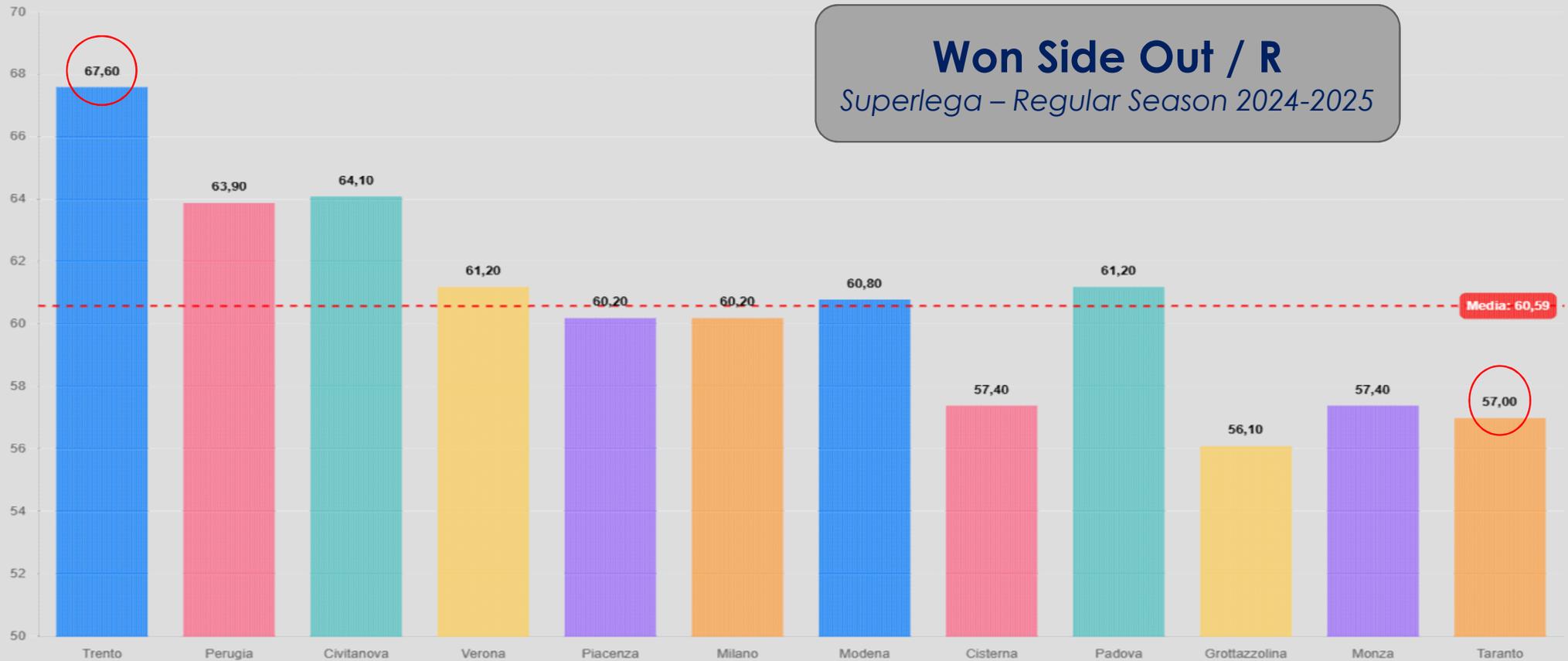
- È la fase più **stimolante**:
 - può creare **entusiasmo**
 - può creare **tensione** nel campo avversario
 - l'allenatore mettere la sua "**firma**"



MODELLI DI PRESTAZIONE



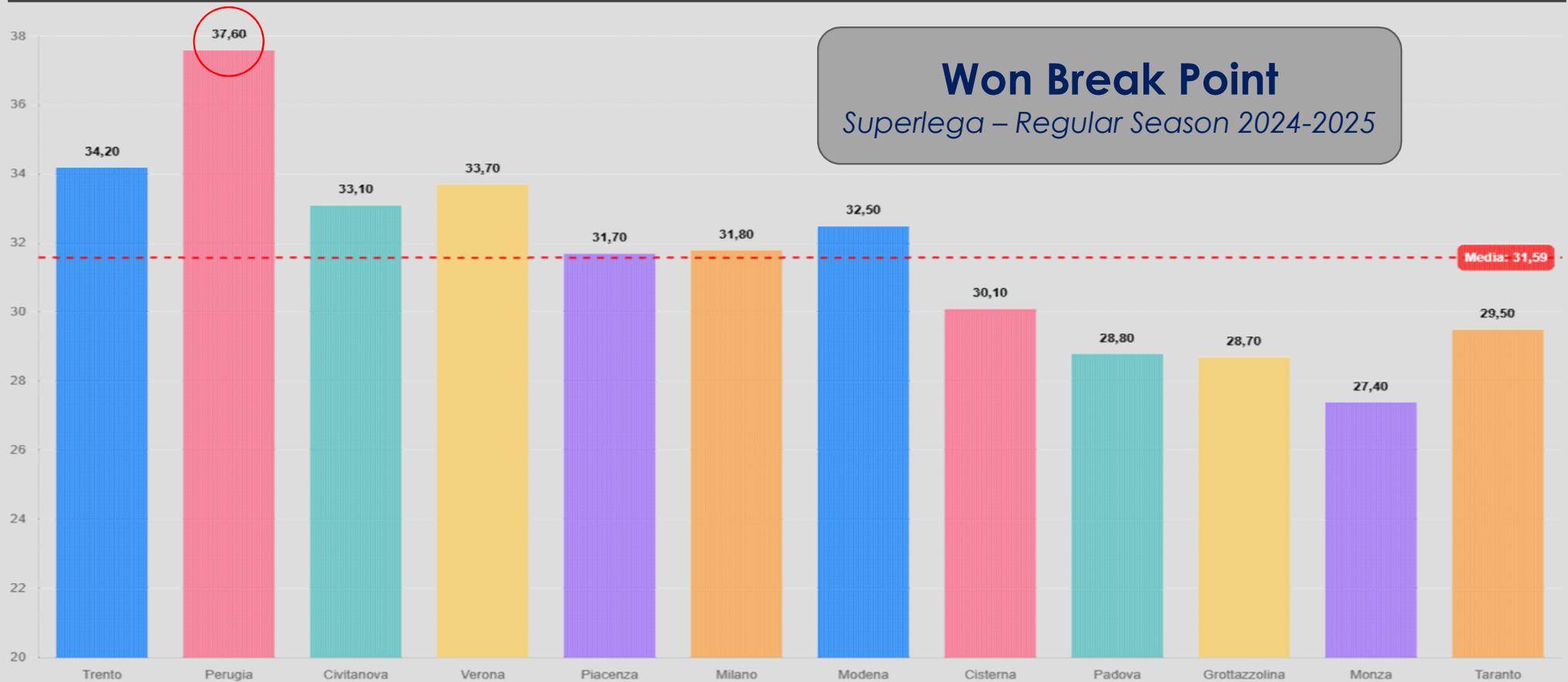
MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

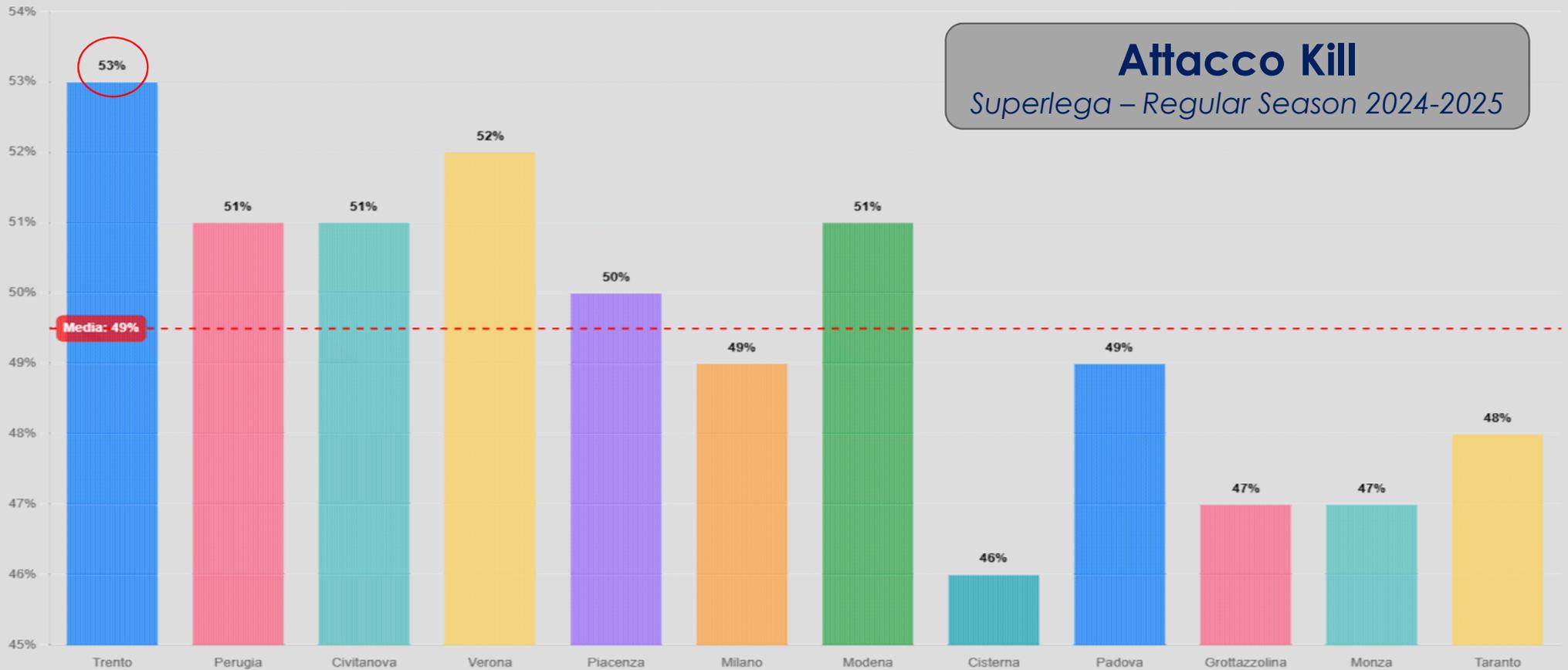
MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

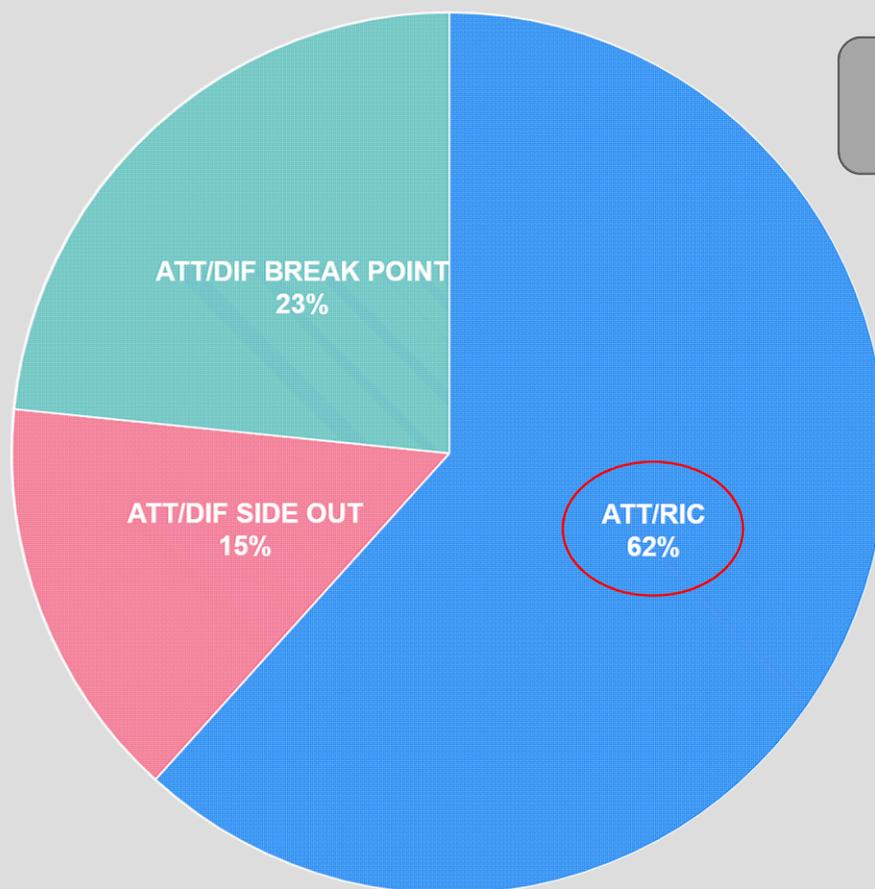
MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

MODELLI DI PRESTAZIONE

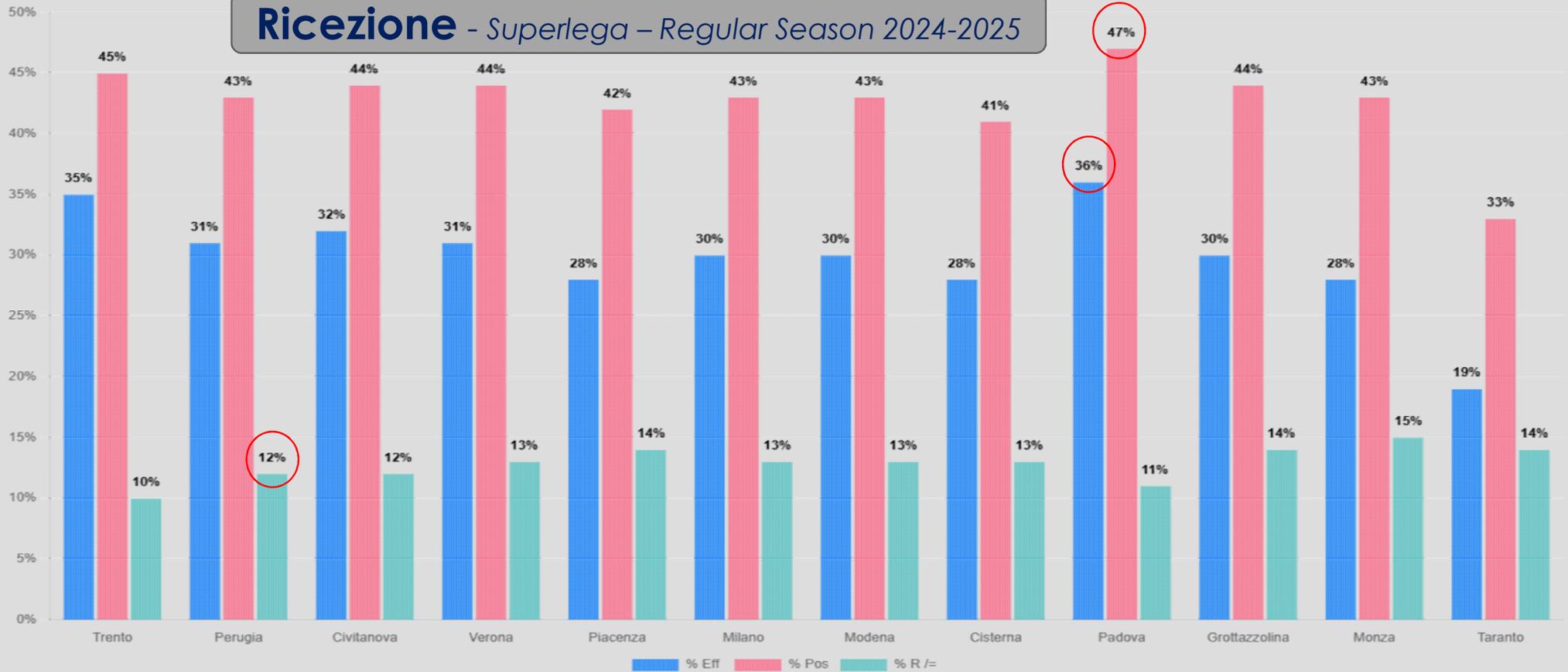


Volume Attacchi per Fase

Superlega – Regular Season 2024-2025

MODELLI DI PRESTAZIONE

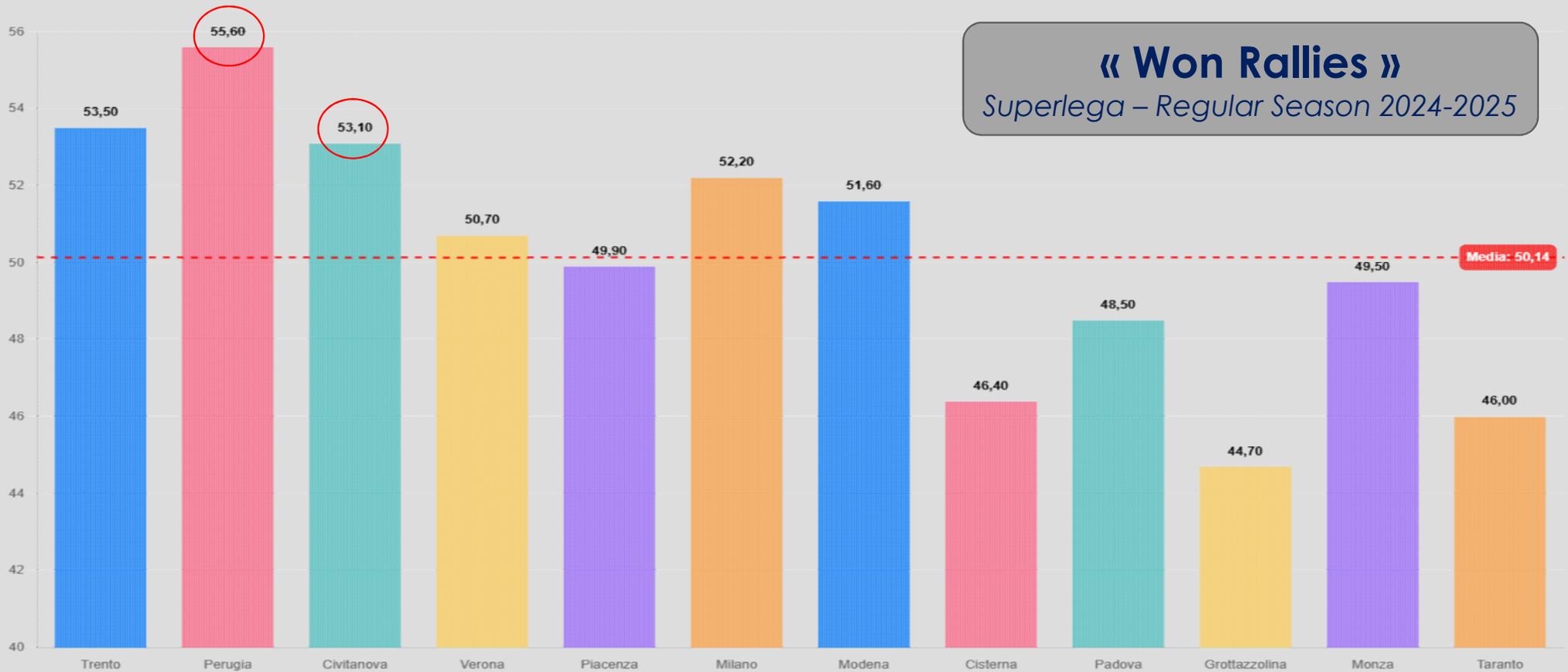
Ricezione - Superlega - Regular Season 2024-2025



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

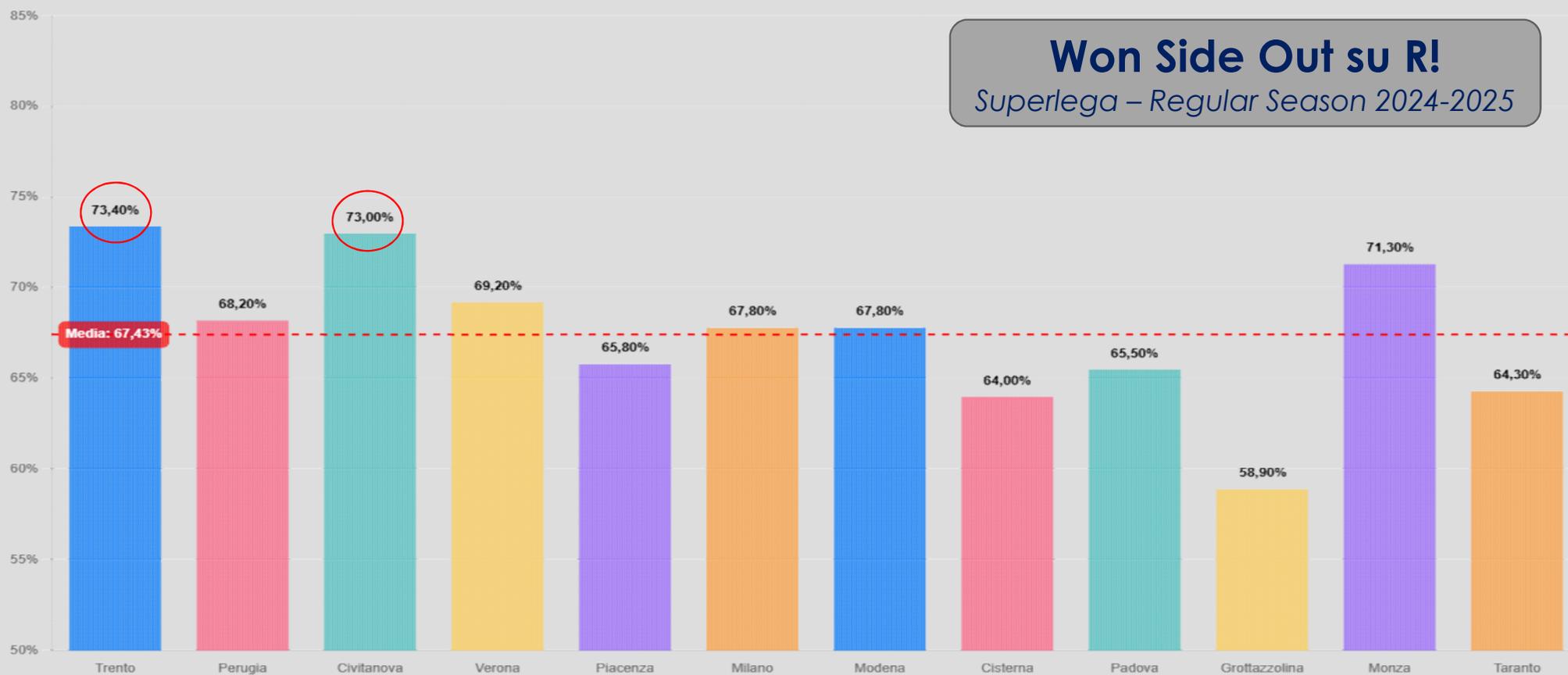
MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

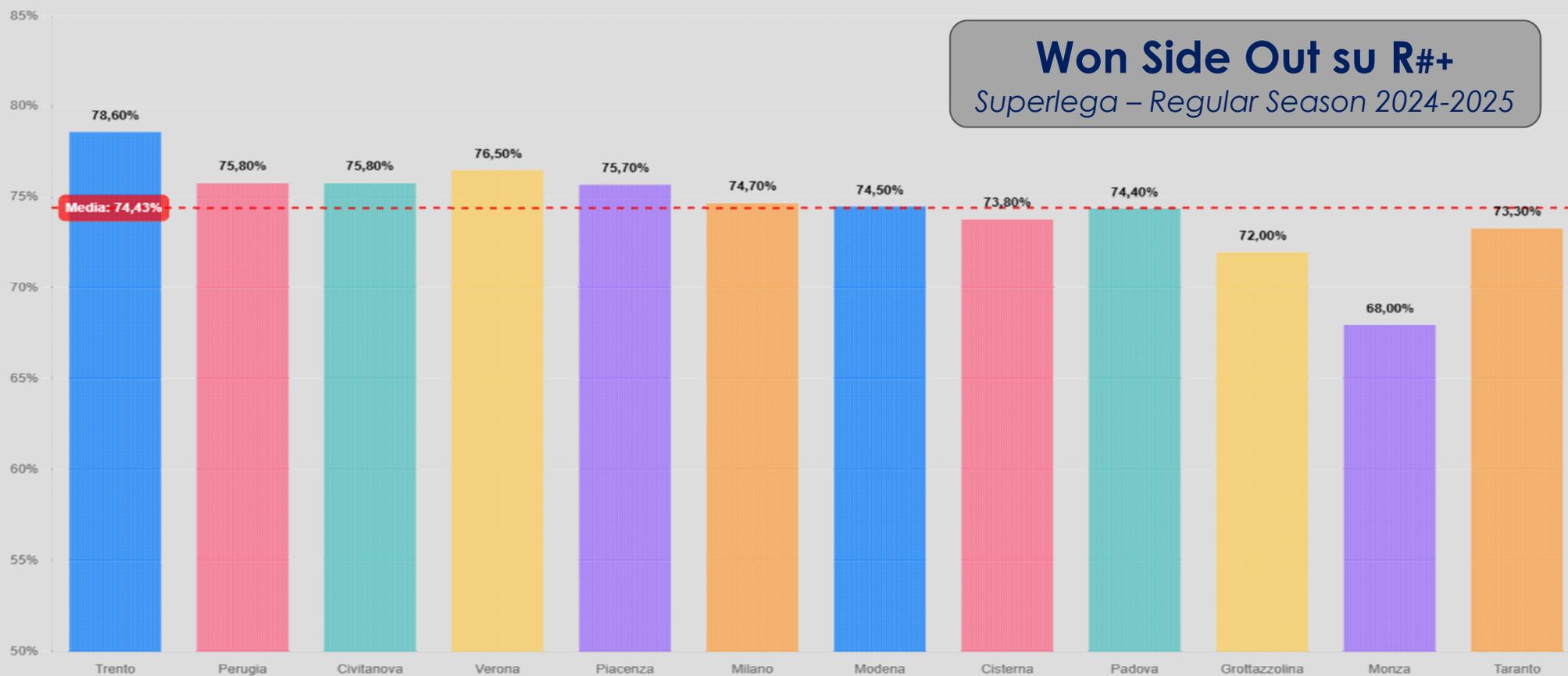
MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

MODELLI DI PRESTAZIONE

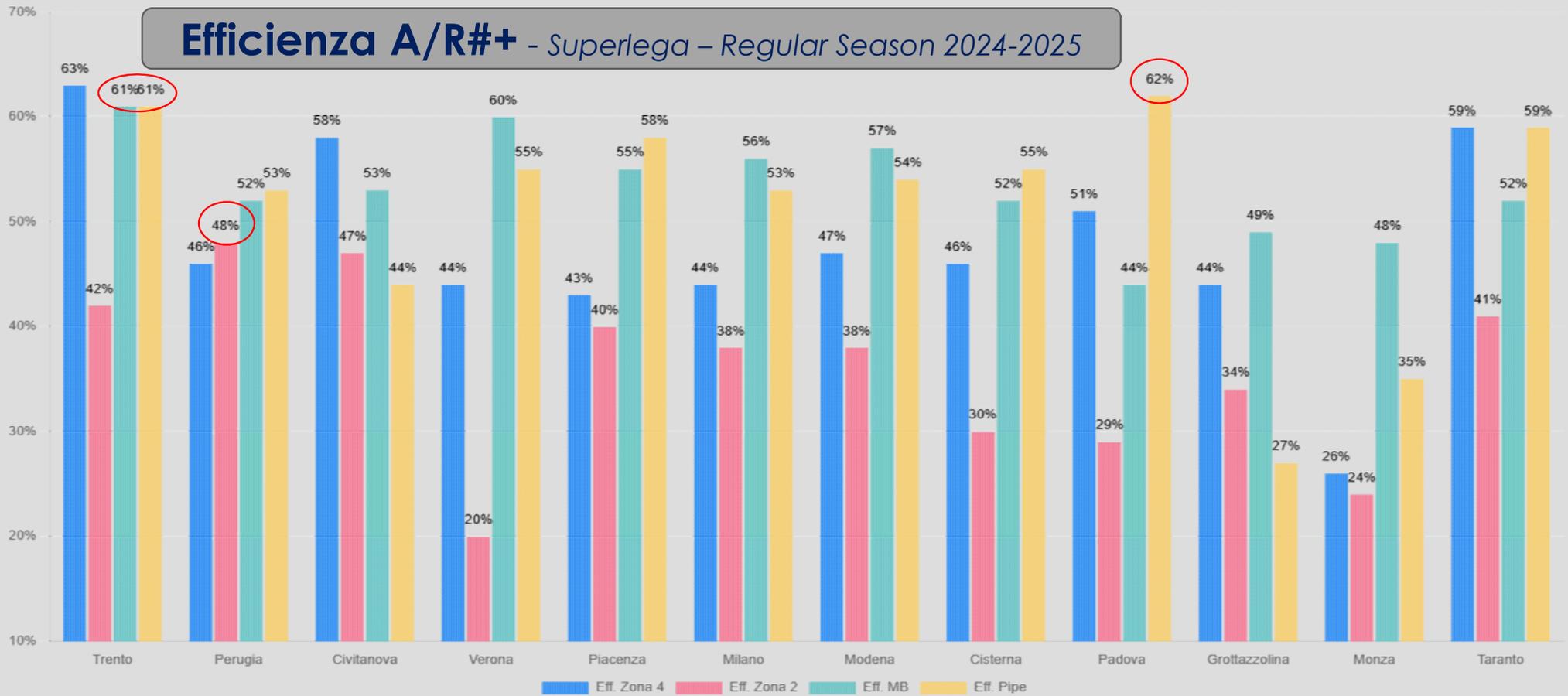


Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

MODELLI DI PRESTAZIONE

Efficienza A/R#+ - Superlega - Regular Season 2024-2025

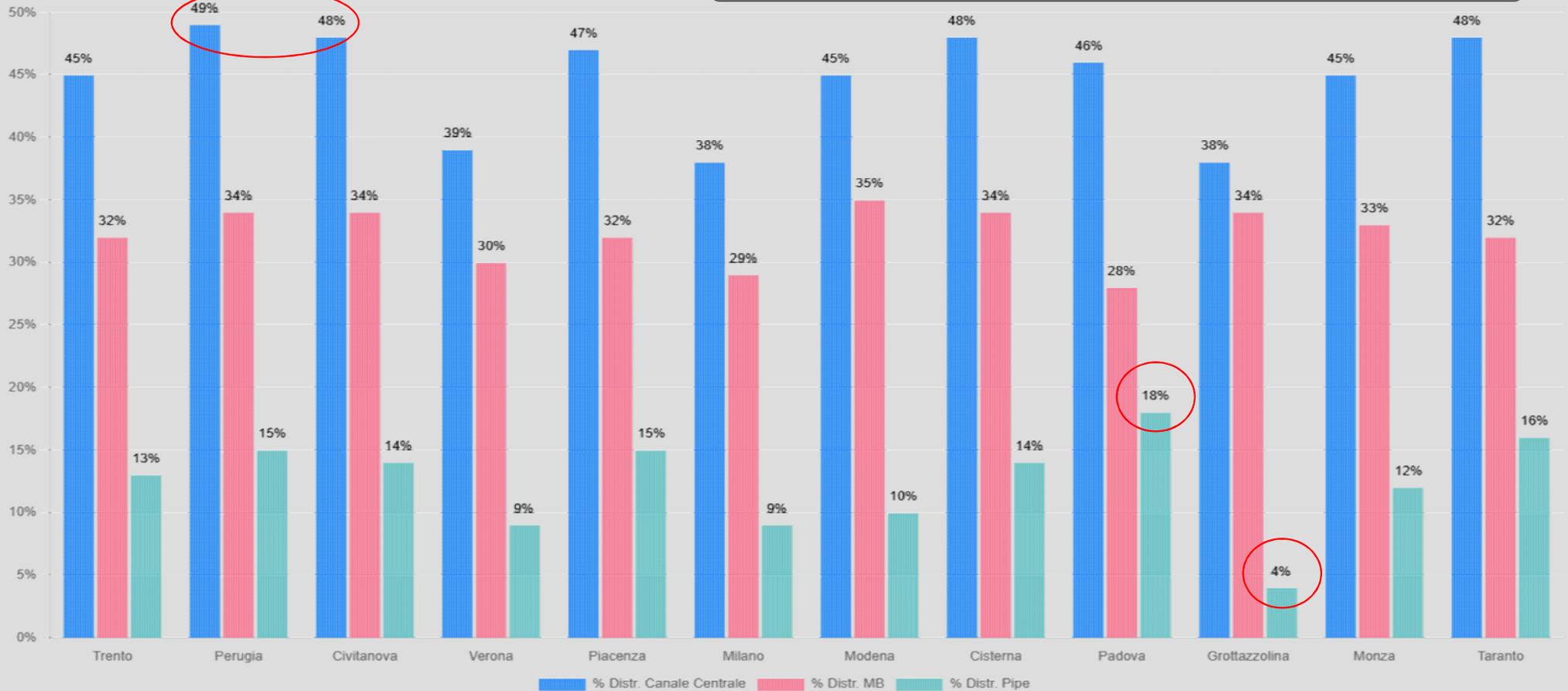


Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

MODELLI DI PRESTAZIONE

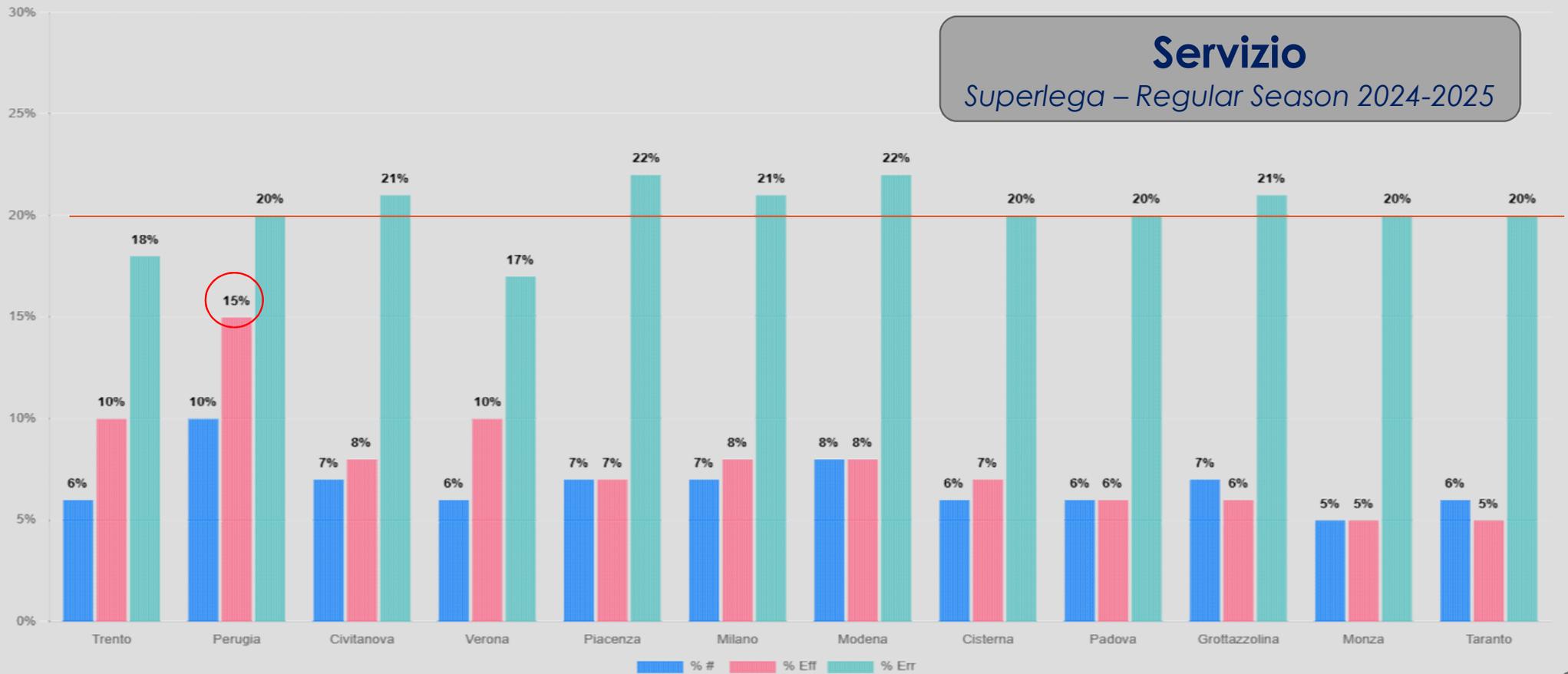
Distribuzione Canale Centrale A/R#+



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

MODELLI DI PRESTAZIONE



Allenare e gestire una squadra maschile di alto livello

Jacopo Cuttini

CORSO NAZIONALE PER
ALLENATORI DI TERZO GRADO 2025

**ALLENARE E GESTIRE
UNA SQUADRA MASCHILE DI ALTO LIVELLO**

JACOPO CUTTINI