LA FIGURA DELL'ALLENATORE

ALCUNE CONSIDERAZIONI SUL MODELLO DI PRESTAZIONE

PROGRAMMAZIONE DEL MACROCICLO E DEI DIVERSI MESOCICLI

Federazione Italiana Pallavolo

LA FIGURA DELL'ALLENATORE

COMPETENZE DELL'ALLENATORE

Conoscenza approfondita del **GIOCO** *e della sua evoluzione*

Capacità di **COSTRUIRE E GESTIRE CORRETTI PROCESSI DI INSEGNAMENTO E ALLENAMENTO**

Capacità nella **GESTIONE DELLE PERSONE**

Capacità nella **GESTIONE DEI GRUPPI**

Capacità di **ADATTARE LE PROPRIE IDEE ALLE CONDIZIONI E AL PERSONALE A DISPOSIZIONE**

Un TEAM è
un gruppo ristretto di persone
con COMPETENZE e CAPACITA' COMPLEMENTARI
che operano per un FINE COMUNE,
con OBIETTIVI DI PRESTAZIONE e APPROCCI CONDIVISI
e che si ritengono
TUTTE RESPONSABILI L'UNA NEI CONFRONTI DELL'ALTRA

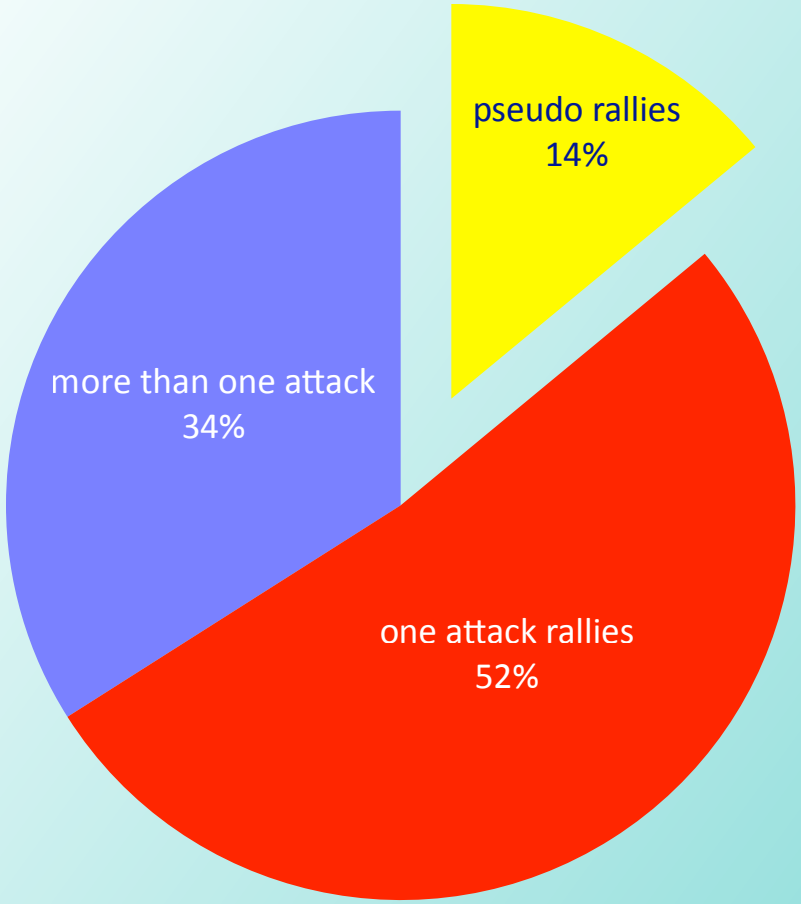
J. Katzenbach

DIFFERENZA DI ALCUNI PARAMETRI DEL GIOCO TRA MASCHILE E FEMMINILE

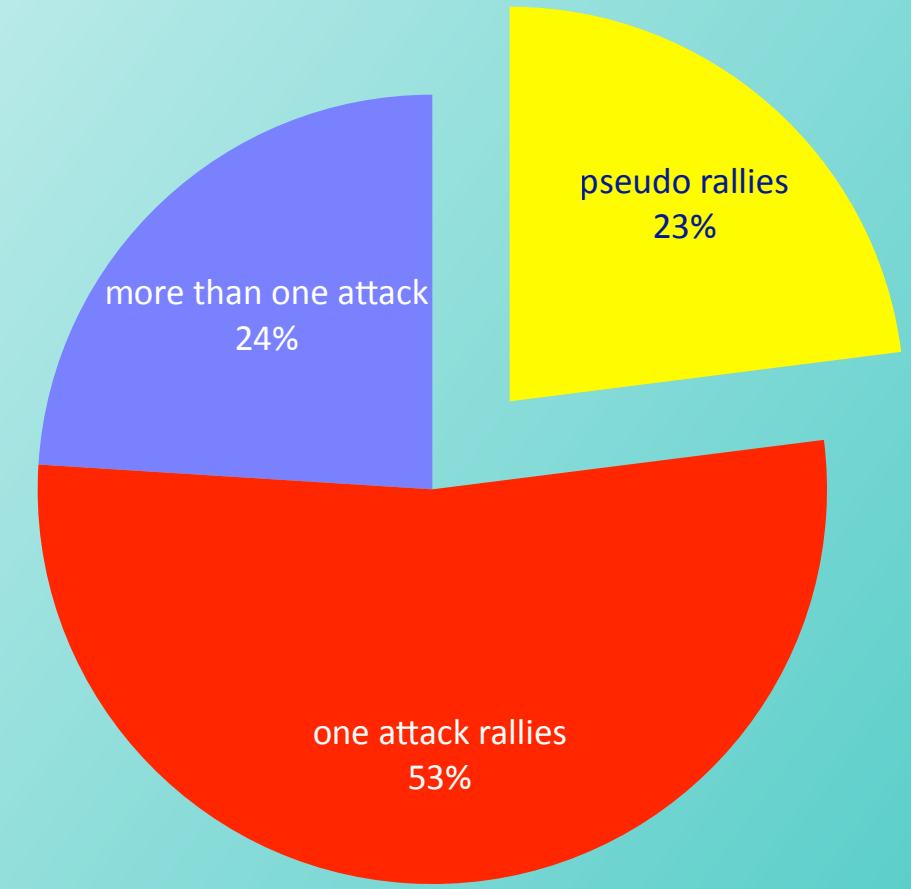
	INDICATORE		UOMINI	DONNE
1	Media della durata degli scambi		5,5 sec.	7,3 sec.
2	Media della durata degli scambi senza *"pseudo-rallies"*		6,9 sec.	8,3 sec.
3	Tempo di gioco reale sul totale della durata di tutti i set		15,4%	20,8%
4	Tempo di gioco reale sul totale della durata della partita		13,1%	19,1%
5	Percentuale degli *"pseudo-rallies"* (*ace* o battute sbagliate, circa 1 sec.) sul totale degli scambi		23%	13,7%
6	Struttura della partita	*"Pseudo-rallies"*	23%	14%
		Scambi che terminano dopo il primo attacco	53%	52%
		Scambi con più di un attacco	24%	34%
7	Media del numero dei tocchi di palla durante uno scambio (senza *"pseudo-rallies"*)		6,5	7,6
8	Rapporto tra i punti vinti in sideout e quelli vinti in breakpoint		2	1,64
9	Rapporto tra i punti vinti in sideout e quelli vinti in breakpoint senza *"pseudo-rallies"*		1,81	1,61
10	Percentuale di scambi vinti sul proprio servizio		33,7%	40,9%
11	Percentuale di scambi vinti sul proprio servizio senza *"pseudo-rallies"*		35,6%	40,9%
12	Percentuale di ace sul servizio jump spin		7,6%	1,6%

fonte FIVB 2016

DONNE



UOMINI

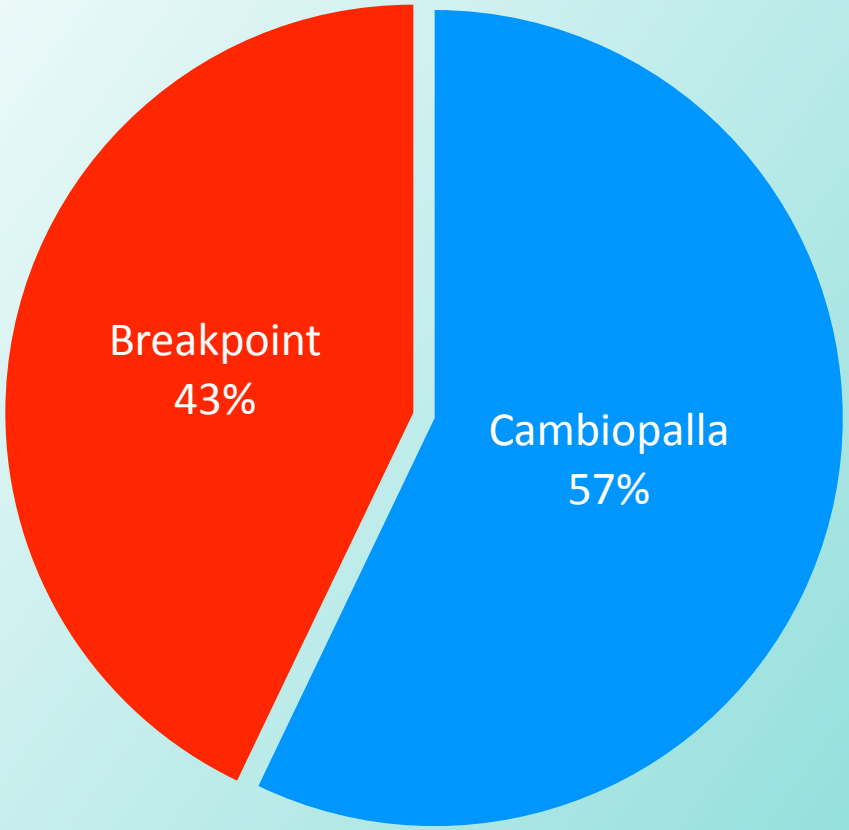


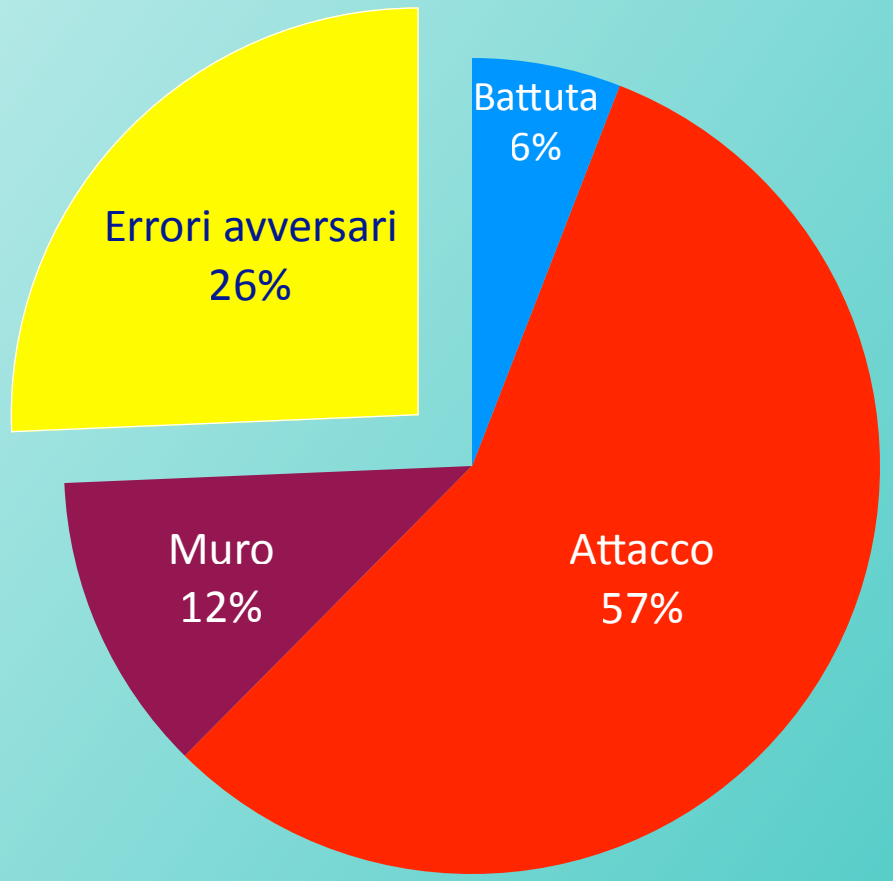
ANALISI PUNTI VINTI - PUNTI PERSI

PUNTI VINTI	TOTALE		B_PUNTO		R_PUNTO	
Battuta	51	6%	51	14%		
Muro	103	12%	73	20%	30	6%
Attacco	489	57%	152	41%	337	68%
Errori avversari	222	26%	95	26%	127	26%
> Errori battuta 82					82	
> Errori attacco 95			68		27	
> Altri errori 45			27		18	
TOTALE	865		371	43%	494	57%

PUNTI PERSI	TOTALE		B_PUNTO		R_PUNTO	
Attacchi avversari vincenti	489	57%	347	70%	142	40%
Muri avversari vincenti	112	13%	34	7%	78	22%
Battute avversarie vincenti	48	6%			48	13%
Nostri errori in attacco	87	10%	19	4%	68	19%
Nostri errori in battuta	80	9%	80	16%		
Nostri altri errori	36	4%	15	3%	21	6%
TOTALE	852		495	58%	357	42%

ANALISI PUNTI VINTI

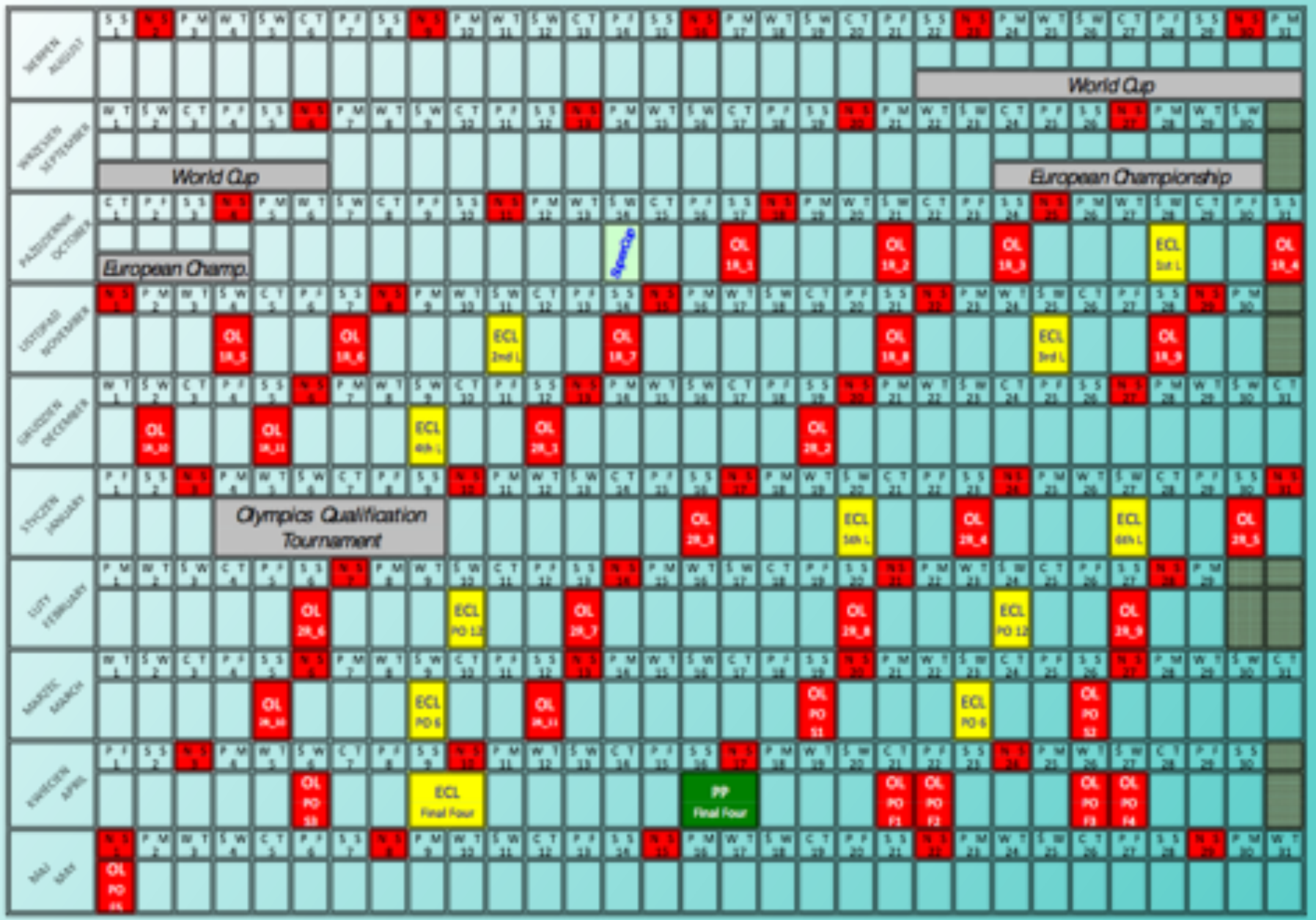




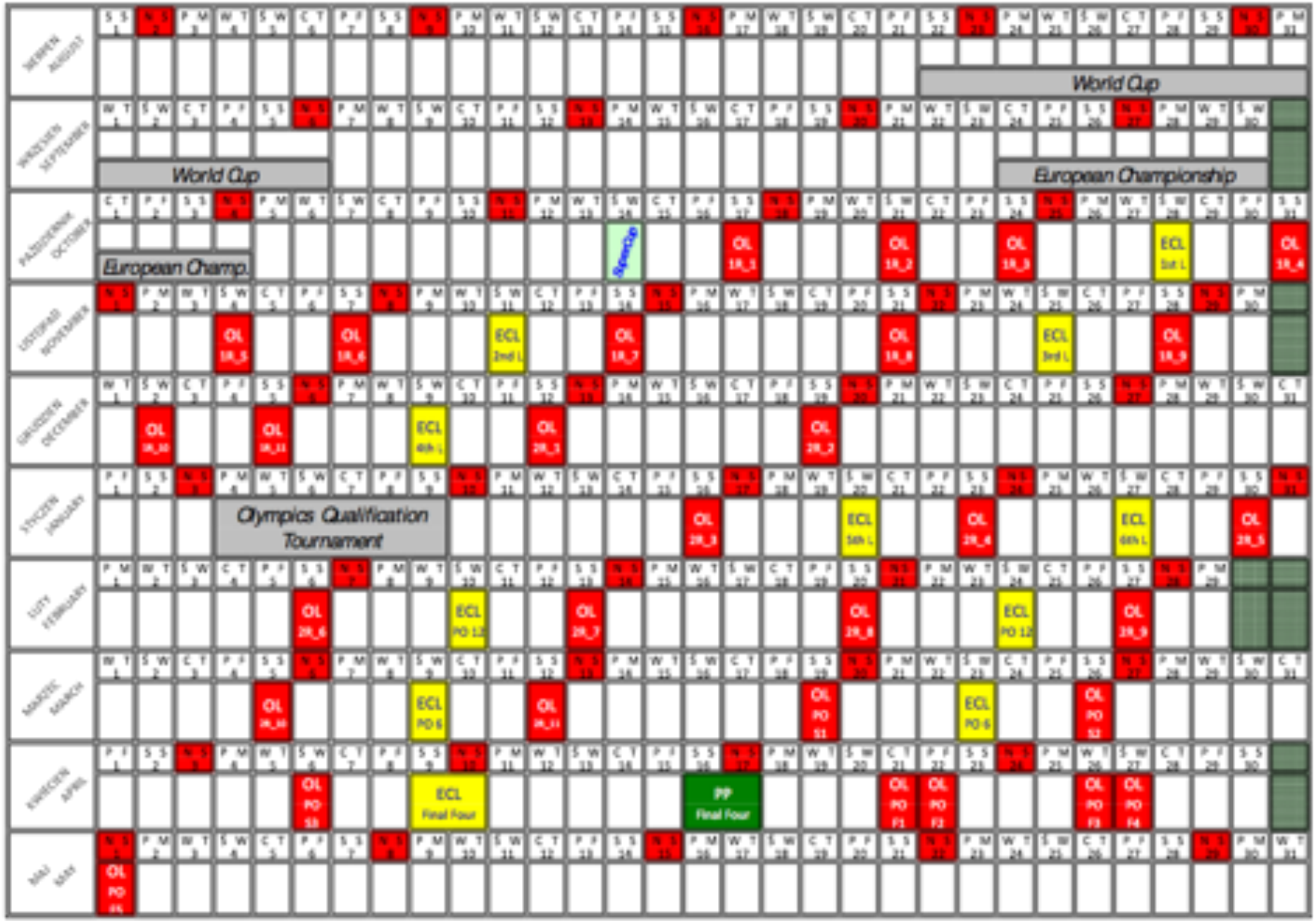
LA PROGRAMMAZIONE DEL PROCESSO DI ALLENAMENTO

JULY *LIPIEC*	W 1	T 2	F 3	S 4	S 5	M 6	T 7	W 8	T 9	F 10	S 11	S 12	M 13	T 14	W 15	T 16	F 17	S 18	S 19	M 20	T 21	W 22	T 23	F 24	S 25	S 26	M 27	T 28	W 29	T 30	F 31
AUGUST *SIERPIEŃ*	S 1	S 2	M 3	T 4	W 5	T 6	F 7	S 8	S 9	M 10	T 11	W 12	T 13	F 14	S 15	S 16	M 17	T 18	W 19	T 20	F 21	S 22	S 23	M 24	T 25	W 26	T 27	F 28	S 29	S 30	M 31
SEPTEMBER *WRZESIEŃ*	T 1	W 2	T 3	F 4	S 5	S 6	M 7	T 8	W 9	T 10	F 11	S 12	S 13	M 14	T 15	W 16	T 17	F 18	S 19 TL 1 A	S 20	M 21	T 22	W 23	T 24	F 25	S 26 TL 2 A	S 27	M 28	T 29	W 30	
OCTOBER *PAŹDZIERNIK*	T 1	F 2	S 3 TL 3 A	S 4	M 5	T 6	W 7	T 8	F 9	S 10 TL 4 A	S 11	M 12	T 13	W 14	T 15	F 16	S 17 TL 5 A	S 18	M 19	T 20	W 21	T 22	F 23	S 24 TL 6 A	S 25	M 26	T 27	W 28	T 29	F 30	S 31 TL 7 A
NOVEMBER *LISTOPAD*	S 1	M 2	T 3	W 4	T 5	F 6	S 7 TL 8 A	S 8	M 9	T 10	W 11	T 12	F 13	S 14 TL 9 A	S 15	M 16	T 17	W 18	T 19	F 20	S 21 TL 10 A	S 22	M 23	T 24	W 25	T 26	F 27	S 28 TL 11 A	S 29	M 30	
DECEMBER *GRUDZIEŃ*	T 1	W 2	T 3	F 4	S 5 TL 1 R	S 6	M 7	T 8	W 9	T 10 PP	F 11	S 12 TL 2 R	S 13	M 14	T 15	W 16	T 17	F 18	S 19 TL 3 R	S 20	M 21	T 22	W 23	T 24	F 25	S 26	S 27	M 28	T 29	W 30	T 31
JANUARY *STYCZEŃ*	F 1	S 2	S 3	M 4	T 5	W 6	T 7	F 8	S 9 TL 4 R	S 10	M 11	T 12	W 13	T 14	F 15	S 16 TL 5 R	S 17	M 18	T 19	W 20	T 21	F 22	S 23 TL 6 R	S 24	M 25	T 26	W 27 PP	T 28	F 29	S 30 TL 7 R	S 31
FEBRUARY *LUTY*	M 1	T 2	W 3	T 4	F 5	S 6 TL 8 R	S 7	M 8	T 9	W 10	T 11	F 12	S 13 TL 9 R	S 14	M 15	T 16	W 17	T 18	F 19	S 20 PP FINAL FOUR	S 21	M 22	T 23	W 24	T 25	F 26	S 27 TL 10 R	S 28			
MARCH *MARZEC*	M 1	T 2	W 3	T 4	F 5	S 6 TL 11 R	S 7	M 8	T 9	W 10	T 11	F 12	S 13 TL PO QF	S 14	M 15	T 16	W 17 TL PO QF	T 18	F 19	S 20 TL PO QF	S 21	M 22	T 23	W 24 TL PO SF	T 25	F 26	S 27 TL PO SF	S 28	M 29	T 30	W 31 TL PO SF
APRIL *KWIECIEŃ*	T 1	F 2	S 3	S 4	M 5	T 6	W 7	T 8	F 9	S 10 TL PO F	S 11	M 12	T 13	W 14 TL PO F	T 15	F 16	S 17 TL PO F	S 18	M 19	T 20	W 21 TL PO F	T 22	F 23	S 24 TL PO F	S 25	M 26	T 27	W 28	T 29	F 30	

SETTORE FORMAZIONE



KPS Chemik Police 2015_2016


SIERPIEŃ AUGUST
World Cup
WRZESIEŃ SEPTEMBER
World Cup
European Championship
PAŹDZIERNIK OCTOBER
European Champ.
Spartakiada
OL 1R_1
OL 1R_2
OL 1R_3
ECL 1st L
OL 1R_4
LISTOPAD NOVEMBER
OL 1R_5
OL 1R_6
ECL 2nd L
OL 1R_7
OL 1R_8
ECL 3rd L
OL 1R_9
GRUDZIEŃ DECEMBER
OL 1R_10
OL 1R_11
ECL 4th L
OL 2R_1
OL 2R_2
STYCZEŃ JANUARY
Olympics Qualification Tournament
OL 2R_3
ECL 5th L
OL 2R_4
ECL 6th L
OL 2R_5
LUTY FEBRUARY
OL 2R_6
ECL PO 1/2
OL 2R_7
OL 2R_8
ECL PO 1/2
OL 2R_9
MARZEC MARCH
OL 2R_10
ECL PO 6
OL 2R_11
OL PO S1
ECL PO 6
OL PO S2
KWIECIEŃ APRIL
OL PO S3
ECL Final Four
PP Final Four
OL PO F1
OL PO F2
OL PO F3
OL PO F4
MAJ MAY
OL PO 4/6

	Poniedziałek Monday	Wtorek Tuesday	Środa Wednesday	Czwartek Thursday	Piątek Friday	Sobota Saturday	Niedziela Sunday
Październik October	12	13	14	15 SuperPuchar Polska Sopot	16	17	18 ORLEN LEAGUE Police Bydgoszcz
Październik October	19	20	21 ORLEN LEAGUE Police Sopot	22	23	24 ORLEN LEAGUE Muszyna Police	25
Listopad November	26	27	28 CHAMPIONS LEAGUE Police Agel Prostejov	29	30	31 ORLEN LEAGUE Police Wrocław	1
Listopad November	2	3	4 ORLEN LEAGUE Dąbrowa Górnicza Police	5	6	7	8 ORLEN LEAGUE Police Legionowo
Listopad November	9	10	11 CHAMPIONS LEAGUE Forlì Casalmaggiore Police	12	13	14	15
Listopad November	16 ORLEN LEAGUE Łódź Police	17	18	19	20	21	22 ORLEN LEAGUE Police Bielsko-Biała
Listopad November	23	24	25	26 CHAMPIONS LEAGUE Eczacibasi Istanbul Police	27	28 ORLEN LEAGUE Ostrowiec Police	29
Grudzień December	30	1	2 ORLEN LEAGUE Police Piła	3	4 ORLEN LEAGUE Police Rzeszów	5	6
Grudzień December	7	8	9	10 CHAMPIONS LEAGUE Police Eczacibasi Istanbul	11	12 ORLEN LEAGUE Bydgoszcz Police	13

SETTORE FORMAZIONE

PRESEASON	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
AGOSTO			21	22	23	24	25
	SETTIMANA INTRODUTTIVA						
AGOSTO SETTEMBRE	26	27	28	29	30	31	1
	TECNICA INDIVIDUALE						
SETTEMBRE	2	3	4	5	6	7	8
	TECNICA INDIVIDUALE IN SITUAZIONE DI GIOCO						
SETTEMBRE	9	10	11	12	13	14	15
	COSTRUZIONE DEL SISTEMA DI GIOCO_1						
SETTEMBRE	16	17	18	19	20	21	22
	COSTRUZIONE DEL SISTEMA DI GIOCO_2						
SETTEMBRE	23	24	25	26	27	28	29
	PARTITE DI ALLENAMENTO E VERIFICHE DEL SISTEMA DI GIOCO						
SETTEMBRE OTTOBRE	30	1	2	3	4	5	6
	PARTITE DI ALLENAMENTO E VERIFICHE DEL SISTEMA DI GIOCO						
OTTOBRE	7	8	9	10	11	12	13 **INIZIO CAMPIONATO**

	Poniedziałek Monday	Wtorek Tuesday	Środa Wednesday	Czwartek Thursday	Piątek Friday	Sobota Saturday	Niedziela Sunday
Październik October	12	13	14	15 SuperPucher Police Sopot	16	17	18 ORLEN LEAGUE Police Bydgoszcz
Październik October	19	20	21 ORLEN LEAGUE Police Sopot	22	23	24 ORLEN LEAGUE Muszyna Police	25
Listopad November	26	27	28 CHAMPIONS LEAGUE Police Agel Prostejov	29	30	31 ORLEN LEAGUE Police Wrocław	1
Listopad November	2	3	4 ORLEN LEAGUE Dąbrowa Górnicza Police	5	6	7	8 ORLEN LEAGUE Police Legionowo
Listopad November	9	10	11 CHAMPIONS LEAGUE Pomi Casalmaggiore Police	12	13	14	15
Listopad November	16 ORLEN LEAGUE Łódź Police	17	18	19	20	21	22 ORLEN LEAGUE Police Bielsko-Biała
Listopad November	23	24	25	26 CHAMPIONS LEAGUE Eczacibasi Istanbul Police	27	28 ORLEN LEAGUE Ostrowiec Police	29
Grudzień December	30	1	2 ORLEN LEAGUE Police Piła	3	4 ORLEN LEAGUE Police Rzeszów	5	6
Grudzień December	7	8	9	10 CHAMPIONS LEAGUE Police Eczacibasi Istanbul	11	12 ORLEN LEAGUE Bydgoszcz Police	13