



SQUADRA ANALIZZATA:	
NUMERO DELLA SEDUTA:	
GIOCATORI / RUOLI PRESENTI:	

GIORNO DELLA SETTIMANA:	
TIPO DI SEDUTA:	
COLLAB.TEC.PRESENTI:	

FASI: *DOMANDE DA FARE AL TECNICO CHE CONDUCE L'ALLENAMENTO*

1 **Quale è l'obiettivo principale della seduta di allenamento?** (ad esempio: tema permanente, principale e secondario o obiettivi formulati tramite altre forme di programmazione)

note:

2 **Come si colloca nella settimana di lavoro della squadra?** (ad esempio: è un allenamento di tecnica individuale / di gioco? - è un allenamento di carico / scarico? - ecc.)

note:

3 **Quale è la caratteristica dominante del modo di giocare della squadra?** (ad esempio il punto di forza tecnico, il punto di forza tattico, l'aspetto che maggiormente identifica il gruppo, ecc.)

note:

FASI: *DOMANDE GUIDA DA UTILIZZARE PER LA STESURA DELLA RELAZIONE*

4 **Esiste un momento di presentazione della seduta?** (ad esempio attraverso un breve colloquio generale)

NO-

SI-

note: _____

(in questo caso è opportuno chiedere all'allenatore se l'eventuale
presentazione del lavoro è stata fatta precedentemente)

5 **E' possibile identificare uno stile comunicativo dell'allenatore nei confronti della squadra?** (ad esempio: direttivo con incontro frontale, condiviso con colloquio in cerchio, ecc.)

NO-

SI-

note: _____

6 **Quale tipo di riscaldamento generale viene utilizzato?** (ad esempio: tecnico con palla - dinamico con corsa ed andature - con esercitazioni di prevenzione specifici - ecc.)

esercitazioni:

N.B.- *(PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI E' NECESSARIO UTILIZZARE E ALLEGARE MODULI CON CAMPI PRE STAMPATI E APPOSITI SPAZI PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI PROPOSTE)*

7 **Esiste un spazio di lavoro tecnico individuale su alcuni giocatori o su alcuni ruoli?**

esercitazioni:

N.B.- *(PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI E' NECESSARIO UTILIZZARE E ALLEGARE MODULI CON CAMPI PRE STAMPATI E APPOSITI SPAZI PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI PROPOSTE)*



SQUADRA ANALIZZATA:	
PERIODO DELLA PROGRAM.NE:	
POSIZIONE IN CLASSIFICA:	

CAMPIONATO:	
FASE DEL CAMPIONATO:	
LIVELLO DI QUAL.NE DEL GRUPPO:	

8 **Quale è il livello di coinvolgimento individuale nelle esercitazioni di sintesi e collettive?**

note:

9 **Nella sequenza delle esercitazioni proposte (adeguatamente registrata sugli stampati allegati) è possibile riconoscere progressività rispetto a:**

A- **impegno fisico richiesto**

NO- note: _____

SI- note: _____

B- **difficoltà del compito tecnico richiesto**

NO- note: _____

SI- note: _____

C- **variabilità situazionale richiesta**

NO- note: _____

SI- note: _____

D- **componente tattica**

NO- note: _____

SI- note: _____

esercitazioni:

N.B. - (PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI E' NECESSARIO UTILIZZARE E ALLEGARE MODULI CON CAMPI PRE STAMPATI E APPOSITI SPAZI PER LA DESCRIZIONE DELLE ESERCITAZIONI PROPOSTE)

10 **L'eventuale adeguata progressività è estesa a tutti i giocatori o solo ai titolari? - a tutti i ruoli o solo ad alcuni in particolare?**

note:

11 **Esiste un momento finale della seduta per la cura del defaticamento?**

NO- SI- note: _____

(in questo caso è opportuno chiedere all'allenatore se l'eventuale defaticamento viene svolto in un diverso momento e/o sede)

12 **Esistono momenti dedicati a lavori di prevenzione, worm up specifici, compensazione, attività posturale, ecc.?**

NO- SI- note: _____

(in questo caso è opportuno chiedere all'allenatore se l'eventuale lavoro specifico viene svolto in un diverso momento e/o sede)

DATA: _____

FIRMA DEL RILEVATORE: _____

FIRMA DEL TECNICO: _____