

Aggiornamenti :

si potrà scegliere tra 4 pacchetti di seminari come segue:

Roberto Da Gai (3h)

Direzione di una squadra senior

Gestione del gruppo

Gestione dello staff

Direzione della partita:

Pre-Gara: Riunioni / Comunicazione / Organizzazione / Riscaldamento generale e specifico

Gara: Osservazione /Comunicazione (staff-giocatori) / Dinamiche della panchina / gestione delle sostituzioni / Feedback / Supporto ai giocatori

Post-gara: Riunione / Feedback / Analisi

Preparazione della partita

Pianificazione di una stagione:

Periodo Pre-Campionato, Campionato, Transizione

Pianificazione del Mesociclo

Pianificazione del Microciclo

PACCHETTO 1

Prof.ssa Bortoli (4h)

Percezione di competenza: competenza reale e competenza percepita

Clima motivazionale orientato sulla competenza, orientato sulla prestazione (achievement goal theory). Modello TARGET per clima motivazionale orientato sulla competenza

Motivazione intrinseca (autodeterminazione) e soddisfazione dei bisogni fondamentali di competenza, autonomia e buone relazioni interpersonali (self-determination theory)

Prof.ssa Bortoli

Formulazione degli obiettivi (goal setting): obiettivi di processo, prestazione, risultato; a breve, medio e lungo termine. Obiettivi SMARTER

Modulazione dell'attivazione (arousal)

Controllo dei pensieri (self-talk)

Gestione dello stress e delle emozioni

PACCHETTO 2	Gianluca Cirilli – TATTICA COLLETTIVA (4h)
	fase offensiva
	Principi per il gioco in linee - zone del campo
	Tecniche specifiche, compiti e obiettivi tecnici per il gioco in differenti zone
	Connessioni tra le differenti linee
	Costruzione del gioco contro la difesa a zona
	Costruzione del gioco contro la difesa a uomo
	Costruzione del gioco contro la difesa mista uomo-zona
	Attacco con possesso nella metà campo avversaria
	Attacco nei 22
	Gioco in area
	Punizioni dal limite in attacco
	Lungo in attacco
	Principi per il Controllo del contropiede avversario
	L'allenamento delle componenti tattiche dell'hockey
	fase difensiva
	Principi per la difesa a uomo, a zona e mista
	Zone di recupero della palla (intercetto – raddoppio – triplico)
	Pressione nei “box” (zona) in 4 e in triangolo
	Riposizionamenti difensivi
	Difesa nei 22
	Difesa nella linea tratteggiata (limite dell'area)
	Difesa in area
	Difesa delle punizioni dal limite
	Difesa nel lungo
	Principi per l'organizzazione del Contrattacco
	L'allenamento delle componenti tattiche dell'hockey

PACCHETTO 2	Gianluca Cirilli - SISTEMI DI GIOCO (4h)
	Offensiva
	Rimesse a 3 a 4 a 5
	4-3-3 / 3-4-3 / 3-5-2 / 4-4-2 / 4-2-2-2
	Rimesse contro Full-Press – Pocket Press – Running Press – Zona/Uomo
	Difensiva
	M2M, Zona, in relazione alla struttura avversaria
	$\frac{3}{4}$ campo
	$\frac{1}{2}$ campo
	Tagli - Blind press - Full-Press – Press a 3 - Pocket Press – Running Press , Bli

PACCHETTO 3	Valentin Altenburg - Specificità della tecnica, principi di gioco e tattica nell'hockey indoor (5h)
	Martina Chirico (2h) - Il portiere di hockey

PACCHETTO 4	Prof. Robazza: Elementi di neuroscienze applicate al movimento (4h)
	Prof. Bartolomei: Valutazione della forza (4h)
	Martina Chirico: il ruolo del portiere (2h)