

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### RIEPILOGO SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 1** - Preparare il programma degli allenamenti, sulla base della valutazione funzionale e tecnica dell'atleta (stato di forma e di salute), e del contesto (ambiente e tempo), definendone obiettivi e risultati da raggiungere

**CASI ESEMPLIFICATIVI:**

**Dimensione 1** - Definizione degli obiettivi: **2 casi**

**Dimensione 2** - Programmazione degli allenamenti: **1 caso**

**RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE (RSV)**

---

**RISULTATO ATTESO 2** - Stilare un protocollo di allenamento, tenendo conto della periodizzazione delle attività sportive, descrivendo le modalità di raggiungimento degli obiettivi prefissati e la metodologia didattica

**CASI ESEMPLIFICATIVI:**

**Dimensione 1** - Definizione protocollo di allenamento: **2 casi**

**RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE (RSV)**

---

**RISULTATO ATTESO 3** - Condurre e monitorare gli allenamenti, utilizzando idonei attrezzi ginnici, verificando la corretta esecuzione degli esercizi ed i risultati conseguiti

**CASI ESEMPLIFICATIVI:**

**Dimensione 1** - Attuazione del piano di allenamento: **3 casi**

**Dimensione 2** - Valutazione degli allenamenti realizzati: **2 casi**

**RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE (RSV)**

---

**RISULTATO ATTESO 4** - Elaborare tattiche e strategie di gioco/gara, a partire dalle caratteristiche individuali o del gruppo, introducendo innovazioni nel rispetto dei regolamenti

**CASI ESEMPLIFICATIVI:**

**Dimensione 1** - Pianificazione delle strategie di gioco/gara: **2 casi**

**RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE (RSV)**

---

**RISULTATO ATTESO 5** - Gestire la relazione e la comunicazione con gli atleti, curando l'aspetto psicologico e motivazionale e le dinamiche di gruppo

**CASI ESEMPLIFICATIVI:**

**Dimensione 1** - Gestione delle relazioni con gli atleti: **2 casi**

**RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE (RSV)**

---

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 1** - Preparare il programma degli allenamenti, sulla base della valutazione funzionale e tecnica dell'atleta (stato di forma e di salute), e del contesto (ambiente e tempo), definendone obiettivi e risultati da raggiungere

## 1 - DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI

Grado di complessità 1

### 1.1 ANALISI DELLE POTENZIALITÀ DEGLI ATLETI E DELLA SQUADRA

Analizzare, attraverso l'osservazione, test e colloqui individuali e/o di gruppo, la preparazione psico-fisica degli atleti e l'ambizione personale e di squadra, rilevando bisogni e criticità individuali e organizzative in funzione della progettazione delle attività di allenamento

### 1.1 PIANIFICAZIONE DEGLI OBIETTIVI DI MEDIO PERIODO

Definire gli obiettivi di performance da raggiungere nel medio periodo, sulla base delle potenzialità degli atleti e delle specificità della disciplina sportiva, individuando risorse attivabili e vincoli tecnici e organizzativi

## 2 - PROGRAMMAZIONE DEGLI ALLENAMENTI

Grado di complessità 1

### 2.1 DEFINIZIONE PIANI DI ALLENAMENTO

Definire piani di allenamento in funzione degli obiettivi di medio periodo individuati, definendo la periodizzazione del lavoro e la programmazione del carico sulla base delle condizioni degli atleti, dei tempi di progressione necessari e tenendo conto delle risorse strutturali ed ambientali disponibili

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE DEL RISULTATO ATTESO 1

#### RISORSE FISICHE ED INFORMATIVE TIPICHE (IN INPUT E/O PROCESS ALLE ATTIVITÀ)

- Tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
- livelli e caratteristiche di preparazione psico-fisica dell'atleta
- strumenti per la rilevazione della preparazione psico-fisica dell'atleta
- strumenti per la rilevazione delle aspettative/ambizioni individuali/di squadra
- caratteristiche del modello di prestazione della disciplina sportiva
- risorse attivabili
- vincoli tecnici

#### TECNICHE TIPICHE DI REALIZZAZIONE/CONDUZIONE DELLE ATTIVITÀ

- metodi e tecniche di osservazione di singoli atleti e di squadre
- metodi e tecniche di conduzione di colloqui individuali
- tecniche di rilevazione della preparazione psico-fisica
- metodi e tecniche di programmazione dei carichi a breve e medio termine
- metodi e tecniche di composizione di piani di allenamento sportivo individuale/di squadra

#### OUTPUT TIPICI DELLE ATTIVITÀ

- preparazione psico-fisica ed aspettative degli atleti rilevate
- obiettivi di performance di medio periodo definiti
- programma di allenamento definito

#### INDICAZIONI A SUPPORTO DELLA SCELTA DEL METODO VALUTATIVO E DELLA PREDISPOSIZIONE DELLE PROVE

##### ESTENSIONE SUGGERITA DI VARIETÀ PRESTAZIONALE

1. Tutte le tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
2. Un set di informazioni relative alle condizioni di atleti/squadre ed alle relative ambizioni
3. Un set di informazioni relative a vincoli e risorse
4. le tecniche di analisi e rilevazione della preparazione psico-fisica
5. le tecniche di programmazione dei carichi a breve e medio termine
6. le tecniche di programmazione dei piani di allenamento

##### DISEGNO TIPO DELLA VALUTAZIONE

1. prova prestazionale: per almeno una tipologia di disciplina e sulla base del set di informazioni fornito definizione di un piano di allenamento a breve e medio termine
2. colloquio tecnico relativo alle modalità di rilevazione della preparazione psico-fisica dell'atleta e delle caratteristiche delle squadre, almeno con riferimento alla discipline oggetto di prova

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

prestazionale

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 2** - Stilare un protocollo di allenamento, tenendo conto della periodizzazione delle attività sportive, descrivendo le modalità di raggiungimento degli obiettivi prefissati e la metodologia didattica

#### 1 - DEFINIZIONE PROTOCOLLO DI ALLENAMENTO

Grado di complessità 1

##### 1.1 DEFINIZIONE DEI TEMPI E DEGLI STRUMENTI/MEZZI/TECNICHE DI ALLENAMENTO

Definire, sulla base del programma di allenamento, le soluzioni di intervento in termini di tempi, tecniche e strumenti per la preparazione psico-fisica degli atleti e della squadra

##### 1.1 PREPARAZIONE DEL SINGOLO ALLENAMENTO

Elaborare e preparare le lezioni teoriche e/o gli allenamenti individuali e/o di squadra in base alle caratteristiche del singolo e/o del gruppo, definendo esercizi e tecniche in progressione nel tempo, secondo le potenzialità emerse ed eventualmente rimodulando il programma sulla base dell'andamento delle sedute precedenti

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE DEL RISULTATO ATTESO 2

#### **RISORSE FISICHE ED INFORMATIVE TIPICHE (IN INPUT E/O PROCESS ALLE ATTIVITÀ)**

- Tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
- Caratteristiche di atleta e squadre
- Programma di allenamento
- risorse strumentali per l'allenamento
- normativa in materia di sicurezza relative alla pratica della disciplina sportiva

#### **TECNICHE TIPICHE DI REALIZZAZIONE/CONDUZIONE DELLE ATTIVITÀ**

- metodi e tecniche di insegnamento
- metodi e tecniche di valutazione dei risultati della seduta di allenamento

#### **OUTPUT TIPICI DELLE ATTIVITÀ**

- tempi/metodi/strumenti di allenamento individuati
- programma del singolo allenamento definito/rimodulato

#### **INDICAZIONI A SUPPORTO DELLA SCELTA DEL METODO VALUTATIVO E DELLA PREDISPOSIZIONE DELLE PROVE**

##### ESTENSIONE SUGGERITA DI VARIETÀ PRESTAZIONALE

1. Tutte le tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
2. Un programma di allenamento
3. Un set di informazioni relative alla condizioni di atleti/squadre ed alle relative ambizioni
4. l'insieme delle tecniche di costruzione del singolo allenamento
5. l'insieme delle tecniche di insegnamento della disciplina sportiva
6. le tecniche di valutazione dei risultati della seduta di allenamento

##### DISEGNO TIPO DELLA VALUTAZIONE

1. prova prestazionale: per almeno una tipologia di disciplina e sulla base del programma di allenamento e del set di informazioni fornito progettazione di una seduta di allenamento
2. colloquio tecnico relativo agli indicatori di valutazione della performance del singolo allenamento in caso di allenamento di atleta singolo e in caso di allenamento di squadra

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 3 - Condurre e monitorare gli allenamenti, utilizzando idonei attrezzi ginnici, verificando la corretta esecuzione degli esercizi ed i risultati conseguiti**

## 1 - ATTUAZIONE DEL PIANO DI ALLENAMENTO

Grado di complessità 1

### 1.1 SPIEGAZIONE DELLE ATTIVITÀ

Spiegare al singolo atleta e/o alla squadra le attività di preparazione psico-fisica, illustrando se necessario i programmi di allenamento definiti precedentemente ed i relativi obiettivi di performance da raggiungere

### 1.1 MONITORAGGIO DELLE ATTIVITÀ

Monitorare le attività svolte durante l'allenamento, verificando la corretta esecuzione degli esercizi individuando, segnalando eventuali criticità/difficoltà riscontrate ed effettuando i necessari interventi correttivi

### 1.1 GESTIONE DEGLI ALLENAMENTI

Gestire gli allenamenti del singolo atleta e/o della squadra in base al calendario e alla programmazione definiti intensificandoli se necessario in preparazione di eventi, manifestazioni, prestazioni sportive

## 2 - VALUTAZIONE DEGLI ALLENAMENTI REALIZZATI

Grado di complessità 1

### 2.1 VALUTAZIONE DELLE ATTIVITÀ REALIZZATE

Valutare l'andamento delle attività rispetto agli obiettivi prestabiliti nel breve/medio/lungo periodo, verificando il grado di apprendimento da parte dell'atleta e/o della squadra e verificando la validità degli strumenti/tecniche utilizzati

### 2.1 MONITORAGGIO DELLA PROGRESSIONE

Monitorare l'andamento degli allenamenti individuali e di gruppo verificando il livello di preparazione raggiunto e l'eventuale progressione nelle performance degli atleti rispetto agli obiettivi di performance individuati ed alla periodizzazione programmata

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE DEL RISULTATO ATTESO 3

#### **RISORSE FISICHE ED INFORMATIVE TIPICHE (IN INPUT E/O PROCESS ALLE ATTIVITÀ)**

- Tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
- Caratteristiche di atleta e squadre
- Programma di allenamento
- risorse strumentali per l'allenamento
- strumenti per l'illustrazione di schemi di gioco/programmi di attività
- calendario allenamenti
- calendario manifestazioni/gare
- normativa in materia di sicurezza relative alla pratica della disciplina sportiva

#### **TECNICHE TIPICHE DI REALIZZAZIONE/CONDUZIONE DELLE ATTIVITÀ**

- metodi e tecniche di illustrazione di schemi di gioco/programmi di attività
- metodi e tecniche di osservazione e registrazione dei comportamenti in allenamento
- metodi e tecniche di valutazione della progressione nelle performance dell'atleta/gruppo

#### **OUTPUT TIPICI DELLE ATTIVITÀ**

- attività di allenamento presentate e spiegate
- allenamenti monitorati
- progressioni delle performance verificate

#### **INDICAZIONI A SUPPORTO DELLA SCELTA DEL METODO VALUTATIVO E DELLA PREDISPOSIZIONE DELLE PROVE**

##### **ESTENSIONE SUGGERITA DI VARIETÀ PRESTAZIONALE**

1. Tutte le tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
2. Un programma di allenamento
3. Un set di informazioni relative alle condizioni di atleti/squadre ed alle relative ambizioni
4. le tecniche di presentazione di schemi di gioco/programmi di allenamento
5. l'insieme delle tecniche di osservazione e monitoraggio dell'andamento degli allenamenti
6. le tecniche di valutazione delle progressioni delle performance

##### **DISEGNO TIPO DELLA VALUTAZIONE**

1. prova prestazionale: per almeno una tipologia di disciplina e sulla base del programma di allenamento e del set di informazioni fornito conduzione, in situazione reale o simulata di una sessione preliminare di spiegazione/illustrazione del programma di allenamento
2. colloquio tecnico relativo ai fattori da monitorare per valutare in allenamento le progressioni rispetto agli obiettivi di performance



## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 4** - Elaborare tattiche e strategie di gioco/gara, a partire dalle caratteristiche individuali o del gruppo, introducendo innovazioni nel rispetto dei regolamenti

## 1 - PIANIFICAZIONE DELLE STRATEGIE DI GIOCO/GARA

Grado di complessità 1

### 1.1 PIANIFICAZIONE DELLE STRATEGIE

Elaborare, sulla base delle valutazioni effettuate in fase di allenamento, possibili tattiche e strategie di gioco/gara anche innovative, che siano funzionali al miglioramento della performance dell'atleta e/o della squadra ed eventualmente ne valorizzino le caratteristiche e potenzialità

### 1.1 VALUTAZIONE DELLE STRATEGIE DI GIOCO/GARA

Verificare nel lungo periodo l'esito delle strategie/tecniche impiegate valutando il livello di redditività in termini di performance realizzate (gare vinte, classifiche, ecc..) e provvedendo alla modifica delle stesse in caso di andamento negativo o poco redditizio

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE DEL RISULTATO ATTESO 4

#### RISORSE FISICHE ED INFORMATIVE TIPICHE (IN INPUT E/O PROCESS ALLE ATTIVITÀ)

- Tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
- Caratteristiche di atleta e squadre
- valutazioni effettuate nel corso degli allenamenti
- caratteristiche del modello di prestazione della disciplina sportiva
- performance realizzate dagli atleti/squadre

#### TECNICHE TIPICHE DI REALIZZAZIONE/CONDUZIONE DELLE ATTIVITÀ

- tecniche di definizione di tattiche e strategie di gioco/gara
- metodi e tecniche di valutazione delle performance dell'atleta/del gruppo
- Metodi e tecniche di valutazione degli esiti delle strategie e tattiche impiegate

#### OUTPUT TIPICI DELLE ATTIVITÀ

- Tattiche e strategie di gioco/gara valutate
- Tattiche e strategie di gioco/gara definite/ridefinite

#### INDICAZIONI A SUPPORTO DELLA SCELTA DEL METODO VALUTATIVO E DELLA PREDISPOSIZIONE DELLE PROVE

##### ESTENSIONE SUGGERITA DI VARIETÀ PRESTAZIONALE

1. Tutte le tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
2. Un set di informazioni relative alle performance realizzate da atleti/squadre
3. le tecniche di definizione di strategie e tattiche di gioco/gara

##### DISEGNO TIPO DELLA VALUTAZIONE

1. prova prestazionale: --
2. colloquio tecnico relativo ai fattori da tenere in considerazione per la definizione di tattiche e strategie di gioco/gara, in generale e sulla base del set di informazioni fornito, per almeno una disciplina sportiva

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA DI CASO

**RISULTATO ATTESO 5** - Gestire la relazione e la comunicazione con gli atleti, curando l'aspetto psicologico e motivazionale e le dinamiche di gruppo

#### 1 - GESTIONE DELLE RELAZIONI CON GLI ATLETI

Grado di complessità 1

##### 1.1 GESTIONE DELLE RELAZIONI

Curare il rapporto con gli atleti, adottando modalità e stili di comunicazione diversi sulla base delle caratteristiche di ciascuna personalità, degli obiettivi di performance e del contesto di riferimento

##### 1.1 GESTIONE DELLE DINAMICHE DI GRUPPO

Curare il rapporto con la squadra e monitorare le relazioni all'interno della stessa, incentivando la motivazione finale e lo spirito di gruppo

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### SCHEDA RISORSE A SUPPORTO DELLA VALUTAZIONE DEL RISULTATO ATTESO 5

#### **RISORSE FISICHE ED INFORMATIVE TIPICHE (IN INPUT E/O PROCESS ALLE ATTIVITÀ)**

- Tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
- caratteristiche di personalità dell'atleta
- sistema della relazioni tra atleti di un gruppo/squadra
- obiettivi di performance
- Contesto di riferimento

#### **TECNICHE TIPICHE DI REALIZZAZIONE/CONDUZIONE DELLE ATTIVITÀ**

- Tecniche e modalità di comunicazione interpersonale
- tecniche e modalità di gestione delle relazioni
- tecniche e modalità di animazione e gestione del gruppo (motivazione, empowerment e spirito di gruppo)

#### **OUTPUT TIPICI DELLE ATTIVITÀ**

- relazioni con singoli atleti e gruppi gestite in funzione degli obiettivi di performance

#### **INDICAZIONI A SUPPORTO DELLA SCELTA DEL METODO VALUTATIVO E DELLA PREDISPOSIZIONE DELLE PROVE**

##### **ESTENSIONE SUGGERITA DI VARIETÀ PRESTAZIONALE**

1. Tutte le tipologie di discipline sportive, agonistiche e non
2. Un insieme di tipiche situazioni di criticità
3. l'insieme delle tecniche di gestione delle relazioni interpersonali
4. l'insieme delle tecniche di animazione e gestione di gruppi

##### **DISEGNO TIPO DELLA VALUTAZIONE**

1. prova prestazionale: --
2. colloquio tecnico relativo alla scelta ed all'adozione dei comportamenti di relazione e comunicazione con gli atleti (singoli/in squadra) in almeno due specifiche situazioni di criticità, con riferimento ad almeno una disciplina sportiva

## ADA.21.01.04 - ASSISTENZA DI SINGOLI O GRUPPI NELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

### FONTI

"Disposizioni per l'implementazione del sistema nazionale di qualifiche degli operatori sportivi (SNAQ) a partire dagli obiettivi del decreto legislativo n. 13/2013, del decreto legislativo n. 15/2016 ed in coerenza con il quadro tracciato a livello europeo. Approvato con deliberazione n. 216 della Giunta Nazionale CONI del 12 giugno 2018"