

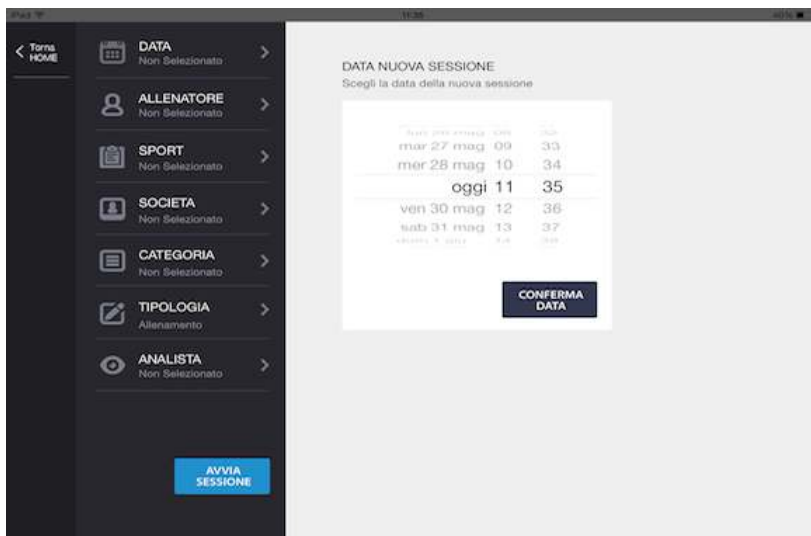
EVOLUTION4COACHES: LO STRUMENTO

Dopo uno studio e una sperimentazione sul campo durata più di 4 anni, abbiamo realizzato un'applicazione per tablet (inizialmente per ipad, ma con progetti futuri di sviluppo Android) in grado di consentire una "mappatura" di più di 30 variabili comportamentali osservabili in una prestazione di un allenatore sportivo.

I parametri comportamentali selezionati sono frutto dell'esperienza personale in osservazione diretta dei coach in campo e di quanto emerso rilevante dalla ricerca scientifica.

In questo libro ci concentreremo sui KPI degli allenatori durante la fase di allenamento.

INIZIO ATTIVITA'



Per iniziare ad utilizzare lo strumento è richiesto di inserire la data di svolgimento della registrazione e si possono inserire dei parametri anagrafici dell'allenatore, dello sport, della società di appartenenza, la categoria, la tipologia (nella versione free è presente solo la voce allenamento) e i dati dell'analista che ha eseguito il lavoro di analisi comportamentale.

LA REGISTRAZIONE DATI

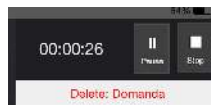
Per dare una struttura ergonomica all'applicazione abbiamo strutturato 4 macro-aree (o sezioni) durante l'allenamento in cui andare ad osservare i parametri comportamentali:

- **RELAZIONE:** è una sezione trasversale all'intera durata dell'allenamento e all'interno si inseriscono tutti i comportamenti osservabili che incidono sulla relazione interpersonale tra allenatore e atleti.
- **ISTRUZIONI:** è la fase in cui viene data spiegazione da parte dell'allenatore di quanto si andrà a svolgere durante la sessione di allenamento. Durante la sessione di allenamento vi possono essere più fasi di "istruzioni" se vengono proposti più esercizi.
- **SVOLGIMENTO:** è la fase in cui gli atleti mettono in pratica le istruzioni date e il compito dell'allenatore è supervisionare, correggere o rinforzare positivamente quanto svolto dagli atleti. A ogni fase di "istruzioni" corrisponde una fase di "svolgimento".
- **CONCLUSIONE:** è la fase conclusiva della sessione di allenamento in cui l'allenatore si congeda dagli atleti. In questa fase può essere presente o meno un momento di revisione del

lavoro fatto, de-briefing o rituale di chiusura della sessione di lavoro.

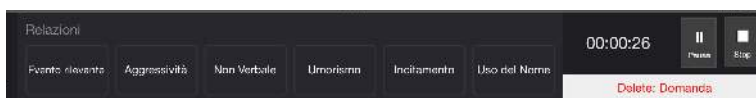
Andiamo ad esaminare quali parametri comportamentali vengono rilevati in ciascuna macro-area e l'importanza di questi aspetti nella varie situazioni di campo.

Per dare avvio alla sessione di registrazione trovate in alto a destra i pulsanti di avvio, pausa, stop e cancella dati che permette di cancellare l'ultimo dato inserito in caso di errore di digitazione.



Il contatore ci da indicazione del tempo trascorso dall'avvio della sessione di analisi.

AREA RELAZIONE



E' costituita dal numero di eventi registrati che impattano sulla sfera relazionale, sia di tipo positivo che di tipo negativo. Avere cura della sfera relazionale significa adottare un comportamento che favorisca lo scambio comunicativo, la fiducia

tra allenatore e atleta, la collaborazione nel gruppo, favorire un clima sereno, divertente e proficuo all'apprendimento.

In questa sezione che rimane visibile sull'applicazione per l'intera durata della sessione di analisi troviamo cinque variabili:

USO DEL NOME: fa riferimento a tutte le volte che l'allenatore utilizza il nome proprio degli atleti per riferirsi a loro. Questo aspetto è importante perché denota la capacità dell'allenatore di fornire "attenzione individualizzata" ai singoli e permette alla comunicazione di essere maggiormente indirizzata verso gli atleti. Soprattutto se lavoriamo con bambini e ragazzi questo aspetto risulta quanto mai fondamentale nella costruzione di un rapporto di fiducia tra istruttore e atleta.

UMORISMO: fa riferimento a modalità comunicative basate sullo scherzo o sull'ironia che l'allenatore utilizza nel rapportarsi con gli atleti. Questo aspetto è importante per creare un "ambiente ludico e giocoso" in cui l'apprendimento viene vissuto con maggior coinvolgimento emotivo anche se va sempre misurata l'intensità e la frequenza della comunicazione umoristica,

verificando che questo aspetto non sia eccessivo o non calibrato con la fascia di età degli atleti.

AGGRESSIVITA': fa riferimento a qualsiasi comportamento verbale o non verbale di tipo aggressivo nei confronti degli atleti. Si possono inserire in questo aspetto comportamenti molto evidenti, quali insulti o aperte svalutazioni del comportamento dei giocatori, fino ad atteggiamenti meno evidenti, quali gesti di nervosismo manifestati dall'allenatore in relazione a qualche evento accaduto in campo. Questo aspetto è sempre molto critico perché i gesti aggressivi possono essere vissuti come un attacco diretto da parte dell'allenatore verso gli atleti ed è pertanto necessario valutarne l'intensità e la frequenza, oltre che osservare le reazioni da parte degli atleti a tali espressioni.

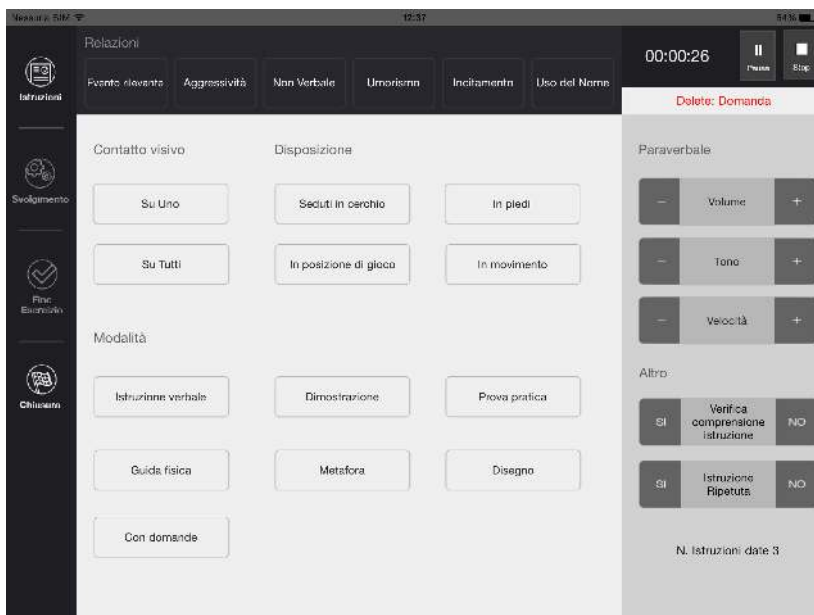
NON VERBALE: fa riferimento ad espressioni facciali o espressioni gestuali che l'allenatore mostra in relazione a quanto accade sul campo. Senza cadere nell'interpretazione eccessiva di ogni atteggiamento non verbale è però necessario che l'allenatore sia consapevole di cosa comunica al di là delle parole che utilizza.

INCITAMENTO: fa riferimento ad espressioni verbali finalizzate ad incitare gli atleti e la loro prestazione, come ad esempio: “dai!”, “su”, “forza”, “andiamo” ma che non danno indicazioni precise agli atleti sul comportamento da tenere in campo. E’ importante evidenziare la frequenza degli incitamenti che, se eccessivi, possono anche rappresentare una fonte di disturbo per la concentrazione degli atleti.

EVENTO RILEVANTE: fa riferimento a qualsiasi situazione che si verifica sul campo che risulta essere degna di nota ma che non è possibile catalogare con altri tasti.

La capacità dell’allenatore di creare un clima relazionale positivo con i suoi atleti è un pre-requisito fondamentale affinché si possano attivare processi di apprendimento attivo da parte dei giocatori e si riducano gli episodi di conflittualità o di opposizione nei confronti del coach.

AREA ISTRUZIONI



In questa area, che compare automaticamente sull'applicazione nel momento dell'avvio della registrazione vengono registrati gli eventi che riguardano la capacità dell'allenatore di modificare la propria comunicazione, verbale e non, nel momento della consegna delle istruzioni agli atleti, scegliendo la modalità più efficace per favorire l'apprendimento. E' di norma la fase iniziale di ogni allenamento.

MODALITÀ DI CONSEGNA ISTRUZIONI

DIMOSTRAZIONE: fa riferimento a quelle situazioni in cui l'allenatore spiega l'esercizio mostrandolo direttamente agli atleti, agevolando la comprensione dell'istruzione da parte degli atleti attraverso il supporto visivo.

ISTRUZIONE VERBALE: le istruzioni vengono fornite agli atleti esclusivamente attraverso una consegna verbale.

PROVA PRATICA: può accompagnare un'istruzione verbale e fa riferimento a quelle situazioni in cui l'allenatore richiede agli atleti (tutti o solo alcuni) di provare a fare quanto richiesto.

GUIDA FISICA: si tratta di una tecnica comportamentale in cui l'istruttore "fisicamente" accompagna l'atleta nell'esecuzione del gesto, spostando, ad esempio, gli arti dell'atleta affinché raggiunga la posizione esatta in cui compiere il gesto fisico. Viene usata frequentemente con i bambini molto piccoli o con i disabili.

METAFORA: l’istruzione viene accompagnata da una storia o una metafora che rende l’esercizio un gioco “a tema”.

DISEGNO: l’utlizzo di un disegno o di uno schema per accompagnare l’istruzione verbale.

CON DOMANDE: l’istruzione viene fornita agli atleti sotto forma di domande poste agli atleti stessi e attraverso le loro risposte viene spiegato esattamente cosa dovranno fare in campo.

LA DISPOSIZIONE IN CAMPO DEGLI ATLETI

SEDUTI IN CERCHIO: molto utile soprattutto con i bambini per evitare distrazioni durante la fase di consegna istruzioni dovute a movimenti sul campo e interazione fra di loro.

IN PIEDI: gli atleti sono in piedi disposti vicino all’allenatore.

IN MOVIMENTO: l’istruzione viene data mentre gli atleti stanno eseguendo altri esercizi.

IN POSIZIONE DI GIOCO: gli atleti sono già disposti sul campo nella posizione di partenza dell’esercizio.

IL CONTATTO VISIVO FRA ALLENATORE E ATLETI

SU UNO: lo sguardo dell'allenatore durante la fase di consegna istruzioni si orienta prevalentemente su uno o pochi atleti, escludendone altri.

SU TUTTI: l'allenatore coinvolge tutto il gruppo spostando il suo sguardo su ogni singolo atleta.

GLI ASPETTI PARAVERBALI DELLA COMUNICAZIONE

VOLUME: viene registrato se il volume della voce dell'allenatore è adeguato allo spazio in cui si svolge l'allenamento e al numero di atleti coinvolti. Un volume troppo basso (-) o troppo alto (+) può rendere difficoltoso l'ascolto da parte degli atleti.

TONO: il tono è il tipo di nota o "frequenza" che si emette in un dato momento. E' una caratteristica distintiva della voce umana. Possiamo classificare ai due estremi: toni gravi (-) o toni acuti (+). L'utilizzo dello stesso tono per l'intera durata della consegna istruzioni, mono-tono, può determinare una perdita di attenzione da parte degli ascoltatori.

VELOCITA': fa riferimento al numero di parole emesse al minuto. Una comunicazione eccessivamente lenta (-) o veloce (+) può

ostacolare la comprensione dell'istruzione da parte dell'ascoltatore.

ALTRE VARIABILI RILEVANTI

VERIFICA COMPrensIONE ISTRUZIONE: si segnala ogni volta che l'allenatore verifica l'effettiva comprensione della consegna data da parte degli atleti attraverso domande di verifica o richieste di ricapitolazione.

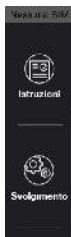
ISTRUZIONE RIPETUTA: fa riferimento ad ogni volta che l'allenatore è chiamato a ripetere l'istruzione data in quanto gli atleti richiedono chiarimenti ulteriori.

NUMERO DI INFORMAZIONI DATE: fa riferimento al numero di indicazioni fornite agli atleti per poter svolgere correttamente l'esercizio. Es. "Disponetevi su due file (1), il primo della fila di dx corre verso di me (2), nello stesso momento il primo della fila di sx corre nella direzione opposta (3), i secondi della fila fanno un passo avanti e aspettano il mio segnale per partire (4)". In questo esempio il numero di informazioni date nella consegna istruzioni sono 4. E' importante ricordare la capacità di spam di memoria umana (5

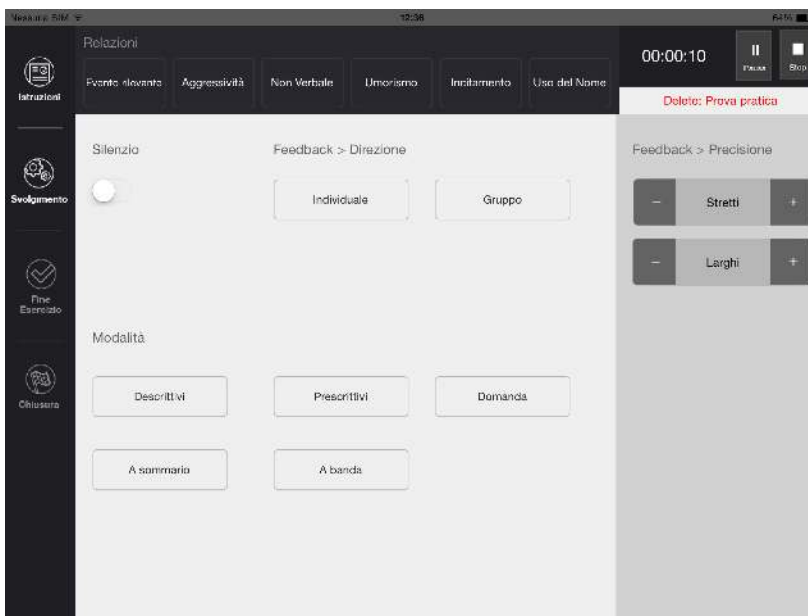
+/- 2 informazioni) per evitare di proporre esercitazioni troppo complesse da memorizzare.

AREA SVOLGIMENTO

Terminata la consegna delle istruzioni posso spostarmi nella macro area dello “svolgimento esercizio” cliccando sul tasto che compare nella colonna a destra dello schermo.



Comparirà la seguente schermata che darà accesso alla registrazione dei parametri comportamentali rilevanti per questa fase.



SILENZIO: questo tasto deve essere azionato manualmente ogni volta che l’allenatore rimane in silenzio. Si disattiva nel momento in cui viene digitato un altro tasto, segno che l’allenatore ha ripreso la comunicazione con gli atleti.

FEEDBACK --- DIREZIONE

INDIVIDUALE: il feedback viene rivolto ad un singolo atleta (spesso si associa con il tasto “uso del nome” se l’atleta viene anche chiamato).

GRUPPO: il feedback è rivolto alla squadra intera.

FEEDBACK --- MODALITA'

DESCRITTIVO: il feedback si limita a descrivere un'azione osservata durante lo svolgimento senza aggiungere nessun tipo di suggerimento di modificazione del comportamento. Es. "Ti sei mosso in quella direzione...". Permette all'atleta di ragionare autonomamente se quanto eseguito sia o meno corretto.

PRESCRITTIVO: il feedback suggerisce all'atleta/squadra un'azione correttiva da fare. Es. "Dovete stringervi al centro..."

DOMANDA: il feedback viene fornito sotto forma di domanda stimolando la capacità di autocorrezione. Es. "Da che parte veniva la palla? Che movimento hai eseguito? Come potevi farlo diversamente?"

A SOMMARIO: il feedback arriva generalmente dopo un periodo di tempo in cui l'allenatore ha lasciato liberi gli atleti di agire e poi successivamente effettua le correzioni tutte insieme.

A BANDA: si stabilisce a priori un parametro al di sopra o al di sotto del quale viene fornito il feedback. Se la performance ricade in questa banda non viene dato nessun feedback. Es. “Per tre volte ti sei spostato nella direzione sbagliata.”

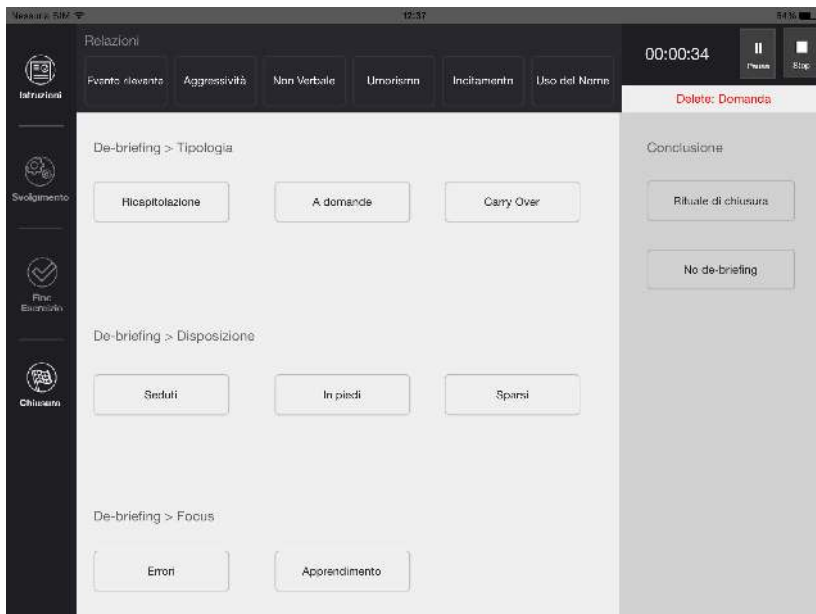
FEEDBACK --- PRECISIONE

STRETTI: feedback rivolti alla prestazione/gesto. Il parametro (+) connota un feedback positivo, es. “Bella ricezione...”. Il parametro (-) connota il feedback negativo o correzione, es. “Tiro troppo debole...”.

LARGHI: feedback rivolti alla persona/e. Il parametro (+) connota un feedback positivo, es “Bravi!”. Il parametro (-) connota il feedback negativo, es “Non sei capace...”.

Il passaggio tra area “istruzioni” e area “svolgimento” può essere effettuato quante volte si vuole, sulla base di quanti esercizi sono proposti in campo. Se lo svolgimento degli esercizi è continuativo e prevede solo piccole varianti invece che una vera e propria ri-consegna di istruzioni potete annotarlo utilizzando il tasto “**VARIANTE ESERCIZIO**”.

AREA CHIUSURA



Al termine dell'allenamento, dopo lo svolgimento dell'ultimo esercizio, si procede con la fase di chiusura. I parametri registrabili in questa fase sono:

RITUALE DI CHIUSURA: un gesto tipico che l'atleta/squadra e allenatore eseguono per salutarsi. Es. tutti in cerchio e facciamo un urlo.

NO DEBRIEFING: l'allenamento termina senza una fase in cui viene esaminato il lavoro svolto.

DEBRIEFING – FOCUS

ERRORI: il de briefing post allenamento viene svolto e l'attenzione viene posta dall'allenatore sugli errori e sulle aree di miglioramento dell'atleta/squadra.

APPRENDIMENTO: il de briefing post allenamento viene svolto e l'attenzione viene posta su quanto appreso durante la sessione di allenamento.

DEBRIEFING --- DISPOSIZIONE

SEDUTI: a terra, in cerchio o comunque in una posizione raccolta intorno all'allenatore.

IN PIEDI: ma sempre accanto all'allenatore che parla.

SPARSI: con atleti ancora in movimento sul campo da gioco.

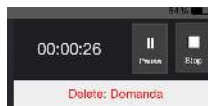
DEBRIEFING --- TIPOLOGIA

RICAPITOLAZIONE: l'allenatore fa un riepilogo delle cose svolte durante l'allenamento.

A DOMANDE: l'allenatore pone domande agli atleti e dalle loro risposte ricava il senso di quanto effettuato durante la sessione di allenamento.

CARRY-OVER: vengono evidenziate le analogie e l'utilità di quanto svolto in allenamento per la fase di gara futura. Es. "Il primo esercizio fatto è servito per sviluppare la percezione necessaria ad aumentare i tempi di reazione quando un avversario cercherà di fare pressing in partita..."

La fase di registrazione dati (e conteggio del tempo) termina nel momento in cui si preme il tasto "**STOP**" e l'applicazione chiede se si desidera salvare i dati, aprendo la schermata di report conclusivo.



REPORT CONCLUSIVO

ipad 15:15 58%

Durata Sessione: 00:26:53						
Descrizione Sessione Allenatore: Mario Rossi BSkilled Analista: Gladys Bounous Sessione: TIPOLOGIA Calcio a 5 - Pulcini		Relazione Evento rilevante: Non verbale Aggressività Unosano Incitamento Uso del nome. 0 1 0 0 6 3				
Esercizio 1 00:07:47 Istruzione 1. 00:11:49 00:11:49 Svolgimento 1 00:24:33		Istruzioni Tempo complessivo: 00:04:02 N. istr. 7 Contatto Visivo Su uno: 0 Su tutti: 0 Disposizione Seduti in cerchio: 1 In piedi: 0 In posizione di gioco: 0 In movimento: 0 Modalità Istruzione Verbale: 1 Guida fisica: 0 Con domande: 0 Dimostrazione: 1 Metafora: 0 Prova pratica: 0 Disegno: 0 Paraverbale Volume +: 0 Velocità +: 0 Tono +: 0 Volume -: 1 Velocità -: 1 Tono -: 1 Altro Verifica compr. istruzione: SI 0 NO 1 Istruzione ripetuta: SI 2 NO 0		Svolgimento Tempo complessivo: 00:12:44 Silenzio complessivo: 00:--4:--... Feedback > Direzione Individuale: 1 Gruppo: 0 Feedback > Tipologia Descrittivi: 2 A sommario: 1 Prescrittivi: 1 A banda: 1 Domanda: 3 Feedback > Precisione Stretti +: 2 Stretti -: 2 Larghi+: 3 Larghi-: 1 Chiusura Tempo complessivo: 00:01:40 De-briefing > Tipologia Ricapitolazione: 1 A Domande: 1 Carry over: 1 De-briefing > Disposizione Seduti: 0 In piedi: 0 Sparsi: 0 De-briefing > Focus Errori: 1 Apprendimento: 1 Conclusioni Rituale di chiusura: 1 No de-briefing: 0		

La schermata finale ci fornisce un'indicazione quantitativa di tutti i dati registrati e sui quali si può iniziare a fare un'analisi o una comparazione della performance dell'allenatore.

DURATA SESSIONE: è il tempo totale dal momento di avvio registrazione al momento di stop. In ogni area è riportato il tempo parziale dedicato alla fase di consegna istruzioni, svolgimento e conclusioni.

Nella colonna a sinistra sotto la parte riepilogativa dell'anagrafica è possibile rintracciare tutti gli esercizi svolti e la durata di ciascuno, con eventuali variazioni esercizi associati al minuto esatto in cui si sono verificati. Questo dato rende possibile recuperare i vari blocchi di attività nella revisione del filmato video.

Per ognuno dei parametri precedentemente descritti avrete la frequenza esatta con la quale quel comportamento è stato emesso e potrete iniziare a ragionare insieme all'allenatore sull'efficacia del suo comportamento oppure sulla necessità di modificare alcuni parametri.

Se desiderate il supporto di un analista comportamentale per supportarvi nella lettura dei vostri dati potete contattare il nostro team di esperti su info@bskilled.it.

Buon divertimento!