



Il Get Semplificato e la Gestione Globale della Seduta per Coach JNA

Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Noi siamo in campo per loro, devo lasciare negli spogliatoi:
 - a) i miei problemi personali
 - b) il cellulare
 - c) il marsupio
 - d) le eventuali polemiche societarie
 - e) gli eventuali screzi con i colleghi (si rema tutti dalla stessa parte)

Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Ridurre al minimo i tempi morti

Poche pause = Tante esperienze

- L'allenamento deve avere ritmo e l'esercizio deve avere la giusta intensità



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Una corretta posizione in campo è fondamentale
- Utilizzare spiegazioni rapide, semplici, precise ed essenziali



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- L'allenatore deve saper utilizzare al meglio la voce

- essere udibile da tutto il gruppo

- usare una terminologia corretta

- incoraggiare e stimolare costantemente tutto il gruppo

- Saper sfruttare al meglio il fatto di essere in 2 allenatori



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Lo sviluppo delle capacità cognitive è fondamentale
- Sono molto importanti i concetti di polivalenza e multilateralità



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Ai giocatori di qualsiasi età piace tirare in porta
- Le correzioni che vengono fornite ai giocatori sono molto importanti



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Ricordarsi che in partita ci sono gli avversari
- E' importante osservare, ed eventualmente variare l'xp in corso d'opera



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- In fase di programmazione ricordarsi di essere stato un bambino.



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

- Il Coinvolgimento emotivo del coach e del bambino fanno la differenza
- Postura del coach
- Sviluppo del sano agonismo



Elementi che un GET deve tenere in considerazione per effettuare una seduta efficace

Passione
Entusiasmo
Magia

